

## **RECOMENDAÇÃO DA OSHA RELATIVAS À PANDEMIA COVID-19**

TIPO DE ARTIGO: Journal Club, Artigo da Equipa Técnica

AUTORES: Santos M<sup>1</sup>, Almeida A<sup>2</sup>, Lopes C<sup>3</sup>, Oliveira T<sup>4</sup>.

A *Occupational Safety and Health Administration* (OSHA), inserida no *United States Department of Labor*, divulgou este mês um documento intitulado “Evidence on Preparing Workplaces for Covid-19” do qual salientamos aqui as seguintes ideias-chave, ainda que recomendemos a leitura do artigo original, na íntegra:

- desenvolver um plano de atuação perante o Covid-19
- considerar risco acrescido nos Trabalhadores com mais idade, doenças crónicas (não esquecendo a imunossupressão) e grávidas; bem como postos de trabalho com contato com o público/ muitos colegas e/ ou necessidade de viajar
- facilitar condições para lavagem das mãos ou, na impossibilidade, de ter dispositivos com solução alcoólica (pelo menos a 60%), preferencialmente que não exijam o toque direto para serem acionados
- relembrar a necessidade de, se precisar tossir ou espirrar, cobrir a boca e nariz com um lenço descartável ou cotovelo
- dar acesso a lenços descartáveis e local para estes serem depositados e eliminados
- se possível, colocar os funcionários a trabalhar por turnos (eventualmente até incluindo fins-de-semana e feriados, aumentado as folgas), para diminuir o número de colegas presentes ao mesmo tempo e aumentar a distância física entre os presentes
- não usar telefones, secretárias ou gabinetes de outros colegas
- manter as superfícies limpas e desinfetadas, escolhendo agentes químicos adequados, na concentração e tempo de aplicação recomendados, não só pelos responsáveis da limpeza mas também, de forma mais sumária, por cada trabalhador, através de material descartável

---

### **1 Mónica Santos**

Licenciada em Medicina; Especialista em Medicina Geral e Familiar; Mestre em Ciências do Desporto; Especialista em Medicina do Trabalho e Doutoranda em Segurança e Saúde Ocupacionais, na Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto. Presentemente a exercer nas empresas Medicisforma, Servinecra, Securilabor e Medimarco; Diretora Clínica da empresa Quercia; Diretora da Revista Portuguesa de Saúde Ocupacional *online*. Endereços para correspondência: Rua Agostinho Fernando Oliveira Guedes, 42, 4420-009 Gondomar. E-mail: s\_monica\_santos@hotmail.com. ORCID N° 0000-0003-2516-7758

### **2 Armando Almeida**

Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária, com Competência Acrescida em Enfermagem do Trabalho. Doutorado em Enfermagem; Mestre em Enfermagem Avançada; Pós-graduado em Supervisão Clínica e em Sistemas de Informação em Enfermagem; Professor Auxiliar Convidado na Universidade Católica Portuguesa, Instituto da Ciências da Saúde - Escola de Enfermagem (Porto) onde Coordena a Pós-Graduação em Enfermagem do Trabalho; Diretor Adjunto da Revista Portuguesa de Saúde Ocupacional *online*. 4420-009 Gondomar. E-mail: aalmeida@porto.ucp.pt. ORCID N° 0000-0002-5329-0625

### **3 Catarina Lopes**

Licenciada em Enfermagem, desde 2010, pela Escola Superior de Saúde Vale do Ave. A exercer funções na área da Saúde Ocupacional desde 2011 como Enfermeira do trabalho autorizada pela Direção Geral de Saúde, tendo sido a responsável pela gestão do departamento de Saúde Ocupacional de uma empresa prestadora de serviços externos durante 7 anos. Atualmente acumula funções como Enfermeira de Saúde Ocupacional e exerce como Enfermeira Generalista na SNS24. Encontra-se a frequentar o curso Técnico Superior de Segurança do Trabalho. 4715-028. Braga. E-mail: [catarinafflopes@gmail.com](mailto:catarinafflopes@gmail.com)

### **4 Tiago Oliveira**

Licenciado em Enfermagem pela Universidade Católica Portuguesa. Frequenta o curso de Técnico Superior de Segurança no Trabalho. Atualmente exerce a tempo inteiro como Enfermeiro do Trabalho. No âmbito desportivo desenvolveu competências no exercício de funções de Coordenador Comercial na empresa Academia Fitness Center, assim como de Enfermeiro pelo clube de futebol União Desportiva Valonguense. 4435-718 Baguim do Monte. E-mail: [tiago\\_sc16@hotmail.com](mailto:tiago_sc16@hotmail.com)

- potenciação dos sistemas de filtração/ ventilação
- colocação de barreiras físicas para potenciar o isolamento entre colegas de trabalho assintomáticos
- desencorajar o contato entre funcionários e incentivar o teletrabalho, sempre que possível
- desmarcar todas as viagens que não sejam estritamente necessárias
- se for adequado usar equipamentos de proteção individual fornecidos pelo empregador, explicar como o fazer em segurança
- desenvolver estratégias para se identificar e isolar casos suspeitos (reservando uma área física para esse efeito) e fornecendo máscara
- encorajar os trabalhadores sintomáticos a ficar em casa
- facilitar a monitorização da temperatura, se eventualmente expostos a caso suspeito ou confirmado.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

USA. Evidence on Preparing Workplaces for Covid-19. *Occupational Safety and Health Administration*. 2020.

Data de receção: 20/03/27

Data de publicação: 2020/03/30



