

# **CETESB**

## **Guia de prevenção à COVID-19 nas atividades presenciais**



Versão 5 01/12/2020



**Equipe técnica responsável:**

Diretoria de Gestão Corporativa - A

Departamento de Gestão de Recursos Humanos – AR

Divisão de Desenvolvimento de Recursos Humanos, Higiene, Segurança e  
Medicina do Trabalho – ARD

Setor de Higiene, Segurança e Medicina do Trabalho – ARDH

Setor de Avaliação e Desenvolvimento de Recursos Humanos - ARDD

**Dezembro/2020**

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b>	<b>4</b>
<b>2. INFORMAÇÕES BÁSICAS SOBRE A COVID-19</b>	<b>5</b>
2.1. O QUE É A COVID-19	5
2.2. TRANSMISSÃO DA COVID-19	5
2.3. SINTOMAS DA COVID-19	5
<b>3. MEDIDAS DE PREVENÇÃO NAS INSTALAÇÕES</b>	<b>6</b>
<b>3.1. MONITORAMENTO DAS CONDIÇÕES DE SAÚDE</b>	<b>6</b>
3.1.1. QUESTIONÁRIO SOBRE SINTOMAS E AFERIÇÃO DA TEMPERATURA	7
3.1.1.1. CRITÉRIOS RELATIVOS À TEMPERATURA CORPÓREA	7
3.1.1.2. ORIENTAÇÕES PARA OS RESPONSÁVEIS PELA AFERIÇÃO DE TEMPERATURA CORPÓREA	8
<b>3.2. HIGIENE E CUIDADOS PESSOAIS</b>	<b>9</b>
3.2.1. USO DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS DE TECIDO	9
3.2.1.1. CUIDADOS AO COLOCAR, UTILIZAR E RETIRAR AS MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS DE TECIDO	10
3.2.1.2. COMO HIGIENIZAR SUAS MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS DE TECIDO	10
3.2.1.3. QUANDO E COMO DESCARTAR SUAS MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS DE TECIDO	11
3.2.2. PROTETOR FACIAL	13
3.2.2.1. ONDE E QUEM DEVE UTILIZAR O PROTETOR FACIAL	13
3.2.2.2. COMO SOLICITAR O PROTETOR FACIAL	13
3.2.2.3. COMO UTILIZAR O PROTETOR FACIAL	13
3.2.2.4. COMO HIGIENIZAR O PROTETOR FACIAL	14
3.2.3. UNIFORMES	14
3.2.4. HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS	14
3.2.4.1. DISPONIBILIZAÇÃO DE ÁLCOOL EM GEL A 70%	15
3.2.5. DISTANCIAMENTO SOCIAL	17
3.2.5.1. DISTANCIAMENTO DE 1,5 m	17
3.2.5.2. SINALIZAÇÕES DE DISTANCIAMENTO	17
3.2.5.3. DISTANCIAMENTO NO USO DE ELEVADORES	18
3.2.5.4. OUTRAS MEDIDAS PARA GARANTIR/PROMOVER O DISTANCIAMENTO	19
3.2.6. CUIDADOS PARA A ALIMENTAÇÃO NA CETESB	19
3.2.6.1. CONSUMO DE ÁGUA E ALIMENTOS	19
3.2.6.2. USO DE LOCAIS DE REFEIÇÃO	20
<b>3.3. HIGIENE E CUIDADOS GERAIS COM OS AMBIENTES</b>	<b>21</b>
<b>3.4. CUIDADO NO USO DA FROTA</b>	<b>22</b>

## 1. INTRODUÇÃO

A CETESB – Companhia Ambiental do Estado de São Paulo, na qualidade de órgão delegado do Governo do Estado de São Paulo, cuja atuação está pautada na execução das políticas de meio ambiente e de desenvolvimento sustentável para melhoria contínua da qualidade do meio ambiente e na proteção da saúde pública, tem trabalhado intensamente para manter a qualidade de seus serviços à sociedade paulista e proporcionar aos seus trabalhadores as melhores condições de trabalho, equilibrar a valorização do capital humano e compromisso da empresa com a eficiência e eficácia dos serviços prestados.

Com o início da Pandemia várias medidas foram adotadas para manter a qualidade dos serviços da CETESB e a saúde de seus profissionais. Este Guia é mais uma das ações de enfrentamento e adequação ao cenário atual, que prevê a retomada gradual das atividades presenciais.

Com o objetivo de orientar a todos os colaboradores para um retorno seguro às atividades presenciais, este Guia foi elaborado com regras, orientações e práticas que devem ser adotadas por todos no que tange às melhores condutas para reduzir o risco de contágio e transmissão da COVID-19. O Guia está baseado nas normas e recomendações estabelecidas pela Organização Mundial da Saúde (OMS), Ministério da Saúde e nas recomendações do Governo do Estado de São Paulo e da Secretaria de Estado da Saúde, especialmente a Portaria Conjunta nº 20/2020, do Ministério da Saúde e da Secretaria Especial de Previdência e Trabalho, e a Portaria CVS – 20/2020, do Centro de Vigilância Sanitária do Estado de São Paulo.

A CETESB está presente em diferentes regiões do Estado de São Paulo, cada qual com suas particularidades. Independentemente do momento em que a retomada das atividades presenciais ocorrer, é importante que todos os empregados tenham conhecimento das práticas que devem adotar para seu próprio cuidado pessoal e dos demais empregados e usuários dos serviços da CETESB.

## **2. INFORMAÇÕES BÁSICAS SOBRE A COVID-19**

### **2.1. O QUE É A COVID-19**

Os coronavírus são uma grande família de vírus que causam doenças que variam do resfriado comum a doenças mais graves, como pneumonia e síndromes respiratórias conhecidas como SARS e MERS. O novo coronavírus foi denominado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como SARS-CoV-2 e a doença causada por este novo coronavírus é chamada COVID-19, cujo espectro clínico pode variar de infecções assintomáticas a quadros graves.

### **2.2. TRANSMISSÃO DA COVID-19**

A principal forma de transmissão acontece de uma pessoa infectada para outras, por meio da inalação de gotículas que contenham o vírus, suspensas no ar, através da fala, tosse ou espirros ou pelo contato de nossas mãos com superfícies contaminadas e posterior contato com a mucosa da boca, olhos ou nariz.

### **2.3. SINTOMAS DA COVID-19**

Os sintomas da COVID-19 são principalmente respiratórios e, de acordo com o Ministério da Saúde, podem variar de um resfriado ou uma Síndrome Gripal – SG (presença de um quadro respiratório agudo, caracterizado por, pelo menos, dois dos seguintes sintomas: sensação febril ou febre associada a dor de garganta, dor de cabeça, tosse, coriza) até uma pneumonia severa. Os sintomas mais comuns são:

- Tosse;
- Febre;
- Coriza;
- Dor de garganta;
- Dificuldade para respirar;
- Perda de olfato (anosmia);
- Alteração do paladar (ageusia);
- Distúrbios gastrintestinais (náuseas/vômitos/diarreia);
- Cansaço (astenia);
- Diminuição do apetite (hiporexia);
- Falta de ar (dispneia).

## **3. MEDIDAS DE PREVENÇÃO NAS INSTALAÇÕES**

### **3.1. MONITORAMENTO DAS CONDIÇÕES DE SAÚDE**

**Canal de comunicação de prevenção à COVID-19:**  
[coronavirus\\_cetesb@sp.gov.br](mailto:coronavirus_cetesb@sp.gov.br)

Este é o canal corporativo para os empregados da CETESB, obrigatoriamente, informarem qualquer situação funcional relacionada à COVID-19 e à própria saúde, tais como:

- Ocorrência de contato com pessoas infectadas ou com suspeita de infecção pelo novo coronavírus – COVID-19;
- Manifestação ou alteração de sintomas característicos de infecção pelo novo coronavírus – COVID-19;
- Realização de qualquer tipo de teste para detecção de infecção pelo novo coronavírus – COVID-19;
- Em caso de resultado positivo para infecção pelo novo coronavírus – COVID-19, informação dos nomes de pessoas com as quais o empregado teve contato dentro das instalações da CETESB (contato em tempo superior a 15 minutos e à distância menor que 1 m);
- Ocorrência de afecção dermatológica associada ou não ao uso de equipamentos de proteção facial.

Identificar e isolar as pessoas que possam estar infectadas é a primeira etapa da proteção dos empregados e colaboradores da CETESB, motivo pelo qual o Departamento de Gestão de Recursos Humanos mantém um controle de pessoas que contraíram a COVID-19, que apresentaram sintomas suspeitos da infecção ou que tiveram contato com pessoas infectadas ou com suspeita de infecção, efetuando monitoramento sistemático destes casos.

Em atendimento à Portaria CVS – 20/2020, do Centro de Vigilância Sanitária do Estado de São Paulo, os Gerentes imediatos ficam responsáveis pelo acompanhamento semanal do estado de saúde dos empregados, estagiários e aprendizes a eles subordinados, que estejam realizando trabalho remoto, informando através do canal supracitado sobre qualquer alteração.

Devido à similaridade entre sintomas das duas afecções (COVID-19 e Síndrome Gripal), recomenda-se que os empregados procurem um posto de saúde mais próximo para que sejam vacinados contra o vírus Influenza, causador da Síndrome Gripal, de forma a proteger o sistema imunológico e melhorar a precisão dos diagnósticos.

### **3.1.1. QUESTIONÁRIO SOBRE SINTOMAS E AFERIÇÃO DA TEMPERATURA**

A CETESB questiona quanto à ocorrência de sintomas suspeitos e monitora a temperatura corporal de todos empregados, estagiários, aprendizes, terceirizados e visitantes que ingressam na Companhia, a fim de manter o controle profilático.

Ao ingressar na CETESB, a temperatura da pessoa é medida por profissional da equipe de segurança patrimonial, no caso da Sede, e por profissional designado pelo respectivo Gerente, nas Unidades Descentralizadas.

O mesmo profissional questiona os ingressantes quanto à ocorrência de **tosse** ou **coriza**. Caso alguém relate um desses sintomas ao ingressar na Companhia, o responsável pelo questionamento impedirá a entrada e orientará o ingressante a informar sua condição ao Departamento de Gestão de Recursos Humanos – AR, através do e-mail [coronavirus\\_cetesb@sp.gov.br](mailto:coronavirus_cetesb@sp.gov.br), e fará o apontamento do nome, número de registro e/ou local de trabalho e telefone do empregado ou colaborador, que será comunicado ao Setor de Higiene, Segurança e Medicina do Trabalho – ARDH.

#### **3.1.1.1. CRITÉRIOS RELATIVOS À TEMPERATURA CORPÓREA**

O responsável pela verificação da temperatura informará ao ingressante o resultado da medição realizada.

Para pessoas com **temperatura menor ou igual a 37,5 °C**, o acesso será **liberado**;

Para pessoas com **temperatura maior que 37,5 °C** e para aquelas que se recusarem a aferir a temperatura corpórea, o acesso será **negado**.

Temperaturas superiores a 37,5 °C são consideradas como febre. Esta alteração pode ser sintoma de infecção pelo novo coronavírus. Sendo assim, como medida de mitigação da disseminação do vírus, toda alteração de saúde com apresentação de sintomas suspeitos de infecção pelo novo coronavírus deverá ser informada ao Departamento de Gestão de Recursos Humanos – AR, através do e-mail [coronavirus\\_cetesb@sp.gov.br](mailto:coronavirus_cetesb@sp.gov.br) e todas as orientações recebidas deste deverão ser seguidas.

O responsável pela verificação da temperatura fará o apontamento do nome, número de registro e/ou local de trabalho e telefone do empregado ou colaborador, que será comunicado ao Setor de Higiene, Segurança e Medicina do Trabalho – ARDH.

### **3.1.1.2. ORIENTAÇÕES PARA OS RESPONSÁVEIS PELA AFERIÇÃO DE TEMPERATURA CORPÓREA**

Procedimento para leitura da temperatura corpórea:

- Selecione a opção "BODY" (corpo) no leitor digital apertando o botão central;
- Segure o aparelho pelo cabo anatômico e aponte para a superfície a ser medida (centro da testa), a uma distância de aproximadamente 5 centímetros (solicitar remoção do cabelo, se o mesmo estiver na frente);
- Pressione o gatilho para ligar o aparelho e fazer uma leitura de temperatura. A leitura de temperatura aparece na tela grande e soará um alarme indicando a medição de temperatura;
- Libere o gatilho; a leitura vai se manter por alguns segundos e o medidor desligará automaticamente.

Cuidados de higiene na manipulação do termômetro:

- Higienização frequente das mãos do responsável pela aferição através da lavagem com água e sabão e/ou uso do álcool em gel a 70%;
- Higienização frequente do termômetro com uso de algodão com álcool etílico a 70%. ATENÇÃO! Não utilize álcool em gel no instrumento; não molhe o instrumento; não use quantidade excessiva de álcool durante a limpeza; não deixe a umidade infiltrar-se através das áreas de acesso aos botões; deixe o dispositivo desligado por no mínimo 10 minutos após a limpeza;
- A higienização do termômetro é obrigatória antes de passá-lo a outra pessoa e antes de guardá-lo.

Substituição da bateria:

- Quando o símbolo de bateria fraca aparecer na tela, substitua a bateria do medidor. O compartimento da bateria está localizado na parte inferior do cabo;
- Abra o compartimento deslizando a tampa para fora;
- Substitua as 2 (duas) pilhas "AAA" e feche a tampa.

Materiais necessários para a aferição de temperatura e higienização do termômetro:

- Termômetro;
- Algodão;
- Álcool líquido a 70%;
- Pilhas tipo "AAA".

## **3.2. HIGIENE E CUIDADOS PESSOAIS**

### **3.2.1. USO DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS DE TECIDO**

O uso de máscara de proteção facial constitui condição obrigatória de ingresso e permanência eventual ou habitual dos empregados, estagiários, aprendizes, terceirizados e visitantes nas dependências da CETESB. O uso das máscaras, conforme preconizado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), é mais um item para redução do risco de contágio por fazer uma barreira de proteção contra gotículas potencialmente infecciosas.

A exigência do uso de máscara de proteção facial é, além de uma proteção à saúde, uma obrigação legal, para cumprimento das disposições do Decreto Estadual nº 64.959/2020, que determina a obrigatoriedade do uso de máscaras de proteção facial de uso não profissional.

Para garantir o suprimento de máscaras de proteção facial de uso não profissional aos empregados, estagiários e aprendizes, a CETESB distribuiu e mantém estoque para fornecimento de máscaras reutilizáveis de tecido, que podem ser solicitadas pelos empregados, estagiários e aprendizes, a qualquer momento, no Setor de Armazenamento e Controle Patrimonial – AASA.

A máscara reutilizável de tecido é de uso individual e não pode ser compartilhada.

Nota importante: o uso de **máscaras com válvulas de ventilação** de saída de ar expirado, não são adequadas para uso cotidiano, pois a válvula de ventilação pode permitir que gotículas de aerossóis atinjam outras pessoas ou objetos, não sendo, dessa forma, eficazes na prevenção da transmissão do Covid-19. Seu uso **não é recomendado** por alguns órgãos de saúde, como por exemplo, o CDC americano. \*

\* Fonte: Grupo de Trabalho – Produção e Consumo Sustentável para Indústria Têxtil – pertencente à Câmara Ambiental da Indústria Têxtil da CETESB.

### 3.2.1.1. CUIDADOS AO COLOCAR, UTILIZAR E RETIRAR AS MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS DE TECIDO



Fonte: <https://www.saopaulo.sp.gov.br/coronavirus>

- Antes de colocar a máscara, higienize as mãos;
- Ao colocar a máscara, segure-a pelas alças;
- Certifique-se de cobrir a boca e o nariz, acomodando a máscara para minimizar espaços entre a máscara e o rosto;
- Durante o uso não toque na parte frontal para evitar contaminação;
- Antes de retirar a máscara, higienize as mãos;
- Quando da retirada de uniformes ou outros equipamentos, a máscara deve ser retirada por último;
- Remova a máscara pegando pelas alças, sem tocar na parte frontal da máscara;
- Acondicione a máscara usada em um saco plástico e reserve para posterior higienização;
- Troque as máscaras a cada duas a três horas ou sempre que estiverem úmidas.

### 3.2.1.2. COMO HIGIENIZAR SUAS MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS DE TECIDO

- As máscaras de tecido podem ser lavadas e reutilizadas regularmente;
- As máscaras devem ser lavadas separadamente de outras roupas;
- Lavar previamente com água corrente e sabão neutro;
- Deixar de molho em uma solução de água com água sanitária ou outro desinfetante equivalente de 20 a 30 minutos;
- Enxaguar bem em água corrente, para remover qualquer resíduo de desinfetante;

- Evite torcer a máscara com força e deixe-a secar;
- Passar com ferro quente.

### **3.2.1.3. QUANDO E COMO DESCARTAR SUAS MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS DE TECIDO**

As máscaras reutilizáveis de tecido podem durar muitas lavagens, mas devem ser observadas as seguintes recomendações para o seu descarte:

- Desgaste do tecido (esgarçamento, furos e rasgos);
- Desgaste, ruptura ou perda de elasticidade das alças.

Para descartar as máscaras reutilizáveis de tecido e máscaras descartáveis, ao final da sua vida útil, observe as recomendações abaixo:

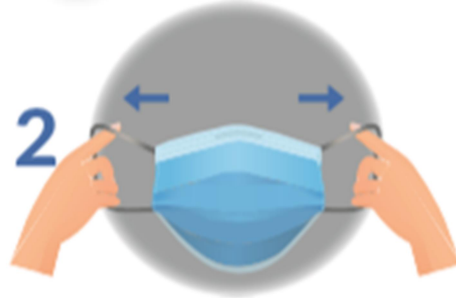
1. Lave as mãos;
2. Retire a máscara segurando pelas alças;
3. Amarre as alças para impedir qualquer uso posterior (embrulhe a máscara com papel toalha para segurança dos trabalhadores responsáveis pela limpeza e coleta de lixo);
4. Coloque num saco e feche;
5. Descarte em lixeira com tampa, de preferência no banheiro; (nunca descarte em recipientes para materiais recicláveis)
6. Ao terminar, lave as mãos novamente!

A seguir, apresentamos cartaz com textos explicativos sobre descarte correto de máscara.

# Descarte sua máscara usada corretamente



1 Lave as mãos com água e sabão, ou higienize com álcool gel ou similar



2 Retire sempre a máscara segurando apenas pelas alças



3 Amarre as alças para inutilizá-la e impedir qualquer uso posterior



4 Coloque em um saco e feche



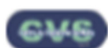
5 Descarte em lixeira com tampa, de preferência no banheiro

! **Nunca descarte em recipientes para recicláveis**



6 Ao terminar, lave ou higienize as mãos novamente!

Acompanhe as redes sociais da CETESB:  
Site: [cetesb.sp.gov.br](http://cetesb.sp.gov.br)  
Facebook: [facebook.com/cetesbsp](https://www.facebook.com/cetesbsp)  
LinkedIn: [linkedin.com/company/cetesb](https://www.linkedin.com/company/cetesb)  
Instagram: [instagram.com/cetesbsp](https://www.instagram.com/cetesbsp)  
SoundCloud: [soundcloud.com/cetesbsp](https://www.soundcloud.com/cetesbsp)



SECRETARIA DE  
LIMPEZA URBANA E AMBIENTE



### **3.2.2. PROTETOR FACIAL**

O protetor facial é um EPI – Equipamento de proteção Individual e tem por objetivo a proteção da face contra respingos e impactos de objetos ou materiais.

#### **3.2.2.1. ONDE E QUEM DEVE UTILIZAR O PROTETOR FACIAL**

Os protetores faciais devem ser utilizados por todos os empregados e colaboradores que trabalham com atendimento ao público interno e externo, na Sede e nas Unidades Descentralizadas.

Por ser um EPI, o protetor facial é de uso exclusivamente individual, não podendo ser compartilhado com outros empregados.

Seu uso é exclusivo no ambiente de trabalho.

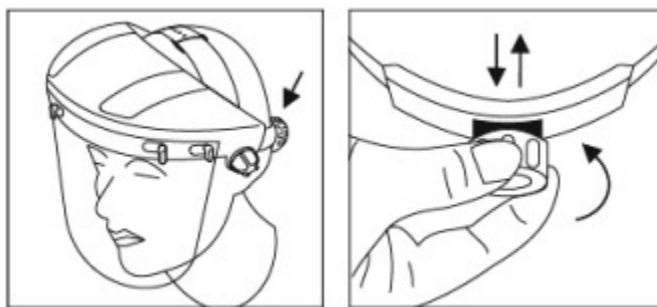
#### **3.2.2.2. COMO SOLICITAR O PROTETOR FACIAL**

Para solicitação do Protetor Facial (face shield) é necessário o envio de mensagem eletrônica ao ARDH por parte do Gerente Imediato do empregado, observado os seguintes critérios:

- empregados(as) que trabalham com atendimento ao público interno e externo, cujo tempo de atendimento médio for superior a 15 minutos;
- ou quando número de pessoas atendidas diariamente na Unidade for superior a 10 (dez);
- o uso da máscara de proteção facial não profissional (máscara de pano) deve ser utilizado em todas as ocasiões citadas acima.

#### **3.2.2.3. COMO UTILIZAR O PROTETOR FACIAL**

O protetor facial é composto por uma viseira de acrílico de alta resistência, um suporte de viseira e a carneira que proporciona o ajuste na cabeça do usuário através de um sistema de catraca localizada na parte posterior do equipamento, deixando o ajuste preciso para que o equipamento não se mova durante a sua utilização.



Coloque o protetor facial na cabeça e gire a catraca para ajustar

#### **3.2.2.4. COMO HIGIENIZAR O PROTETOR FACIAL**

O protetor facial deve ser lavado com água e sabão neutro, utilizando uma esponja macia ou as próprias mãos. Deve-se deixar secar à sombra. Se for utilizar algum material para secá-lo, este deve ser macio, como uma toalha de tecido ou lenço de papel (papel toalha é abrasivo e pode causar riscos, prejudicando a visibilidade).

#### **3.2.3. UNIFORMES**

A CETESB disponibiliza, através do Setor de Armazenamento e Controle Patrimonial – AASA, a lavagem dos uniformes dos empregados.

Recomenda-se que os empregados que utilizam uniformes, principalmente nos laboratórios da Companhia, coloquem-nos para lavar com frequência, conforme procedimento já existente.

#### **3.2.4. HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS**

Na CETESB, é fundamental que todos os empregados, estagiários, aprendizes, terceirizados e visitantes façam a correta assepsia de mãos e antebraços utilizando sabonete líquido ou álcool em gel a 70%, com destaque para:

- Chegada ao trabalho;
- Antes e após as pausas (almoço, lanches e cafés);
- Antes e após a utilização do banheiro;
- Antes e após a utilização de pias coletivas;
- Sempre que for necessário tocar em superfícies de uso comum, como impressoras, portas, maçanetas, garrafas de café, etc.;
- Após tossir ou espirrar.

Trata-se de uma medida simples e efetiva de proteção contra várias doenças infecciosas, inclusive o novo coronavírus.

#### **3.2.4.1. DISPONIBILIZAÇÃO DE ÁLCOOL EM GEL A 70%**

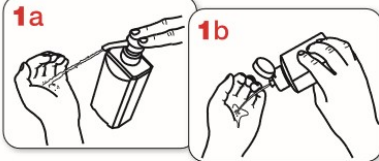
Ao entrar na CETESB, higienize suas mãos com álcool em gel a 70% nos dispensadores localizados próximos às entradas da Companhia (Sede e Unidades Descentralizadas).

Dispensadores com álcool em gel a 70% estão disponíveis nos acessos dos prédios, próximos aos relógios de ponto e em áreas de atendimento ao público interno e externo e de circulação de pessoas. Devem ser utilizados para higienização das mãos, quando não for possível lavá-las com água e sabão (Sede e Unidades Descentralizadas).

O abastecimento dos dispensadores fixos da Sede é feito sob gestão do Setor de Zeladoria – AAZE – ramal 3382. Os dispensadores de mesa fornecidos pela CETESB podem ser abastecidos pelo mesmo setor, desta forma recomenda-se não descartar as embalagens vazias para posterior reabastecimento.

No caso das Unidades Descentralizadas a aquisição e disponibilização de álcool gel deverá ser feita por meio de fundo de caixa, sob gestão da gerência da unidade.

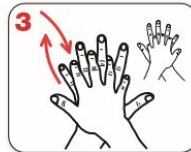
## Como Fazer a Fricção Anti-Séptica das Mãos com Preparações Alcoólicas?



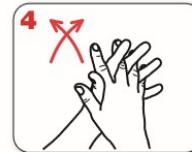
Aplique uma quantidade suficiente de preparação alcoólica em uma mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies das mãos.



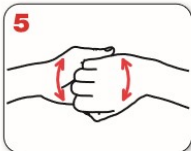
Fricção as palmas das mãos entre si.



Fricção a palma direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.



Entrelace os dedos e fricção os espaços interdigitais.



Fricção o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa.



Fricção o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa.



Fricção as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa.



Enxágue bem as mãos com água.



Seque as mãos com papel toalha descartável.



No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel toalha.



20-30 seg.



Quando estiverem secas, suas mãos estarão seguras.



40-60 seg.



Agora, suas mãos estão seguras.



World Health Organization  
Patient Safety  
A World Alliance for Safer Health Care



Organização Pan-Americana da Saúde  
Organización Mundial da Saúde  
Organización de las Américas



SUS



ANVISA  
Agência Nacional de Vigilância Sanitária



Ministério da Saúde



A Organização Mundial da Saúde tomou todas as precauções cabíveis para verificar a informação contida neste informativo. Entretanto, o material publicado está sendo distribuído sem qualquer garantia expressa ou implícita. A responsabilidade pela interpretação e uso deste material é do leitor. A Organização Mundial da Saúde não se responsabilizará em hipótese alguma pelos danos provocados pelo seu uso.

A OMS agradece ao Hospital Universitário de Genebra (HUG), em especial aos membros do Programa de Controle de Infecção, pela participação ativa no desenvolvimento deste material.

Fonte: Agência Nacional de Vigilância em Saúde – Anvisa

### **3.2.5. DISTANCIAMENTO SOCIAL**

#### **3.2.5.1. DISTANCIAMENTO DE 1,5 m**

É fundamental manter o espaçamento de no mínimo 1,5 m entre as pessoas. Esta medida deve ser observada tanto lateralmente quanto frontalmente. Solicita-se às gerências das unidades atenção para cumprir o distanciamento da equipe e, caso necessário, fazer as adequações do ambiente para garantir o máximo possível de distanciamento.

#### **3.2.5.2. SINALIZAÇÕES DE DISTANCIAMENTO**

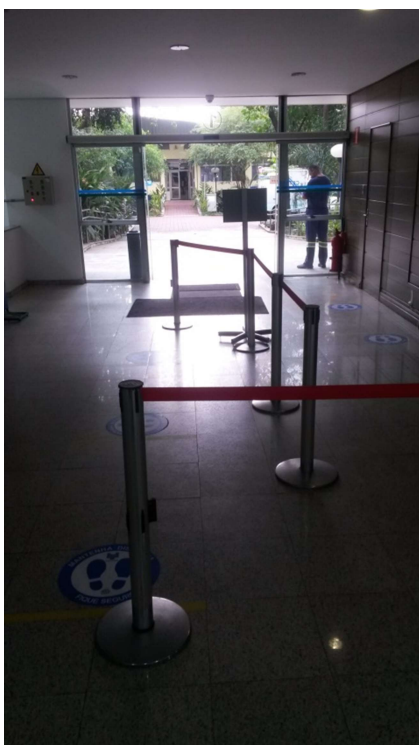
A sinalização de distanciamento é uma forma de lembrar a importância do distanciamento, com sinais visuais. Para lembrar da necessidade do distanciamento nas áreas comuns, foram sinalizados os principais pontos de encontro e circulação da CETESB com a distância considerada segura. A todos os empregados e colaboradores é solicitado seguir a sinalização de piso para orientação de distância mínima entre pessoas de 1,5 m nas áreas comuns.

Observe o distanciamento e siga as indicações e marcações de uso para sua segurança e a do próximo:



### 3.2.5.3. DISTANCIAMENTO NO USO DE ELEVADORES

- Ao utilizar o elevador, siga as sinalizações de piso no hall dos elevadores para a espera;
- Siga as informações de ocupação máxima permitida nos elevadores (3 pessoas no máximo);
- Mantenha-se na posição indicada no piso dentro do elevador;
- Após utilizar o painel do elevador, faça higienização com álcool-gel;
- Dê preferência ao uso das escadas, sempre que possível.



#### **3.2.5.4. OUTRAS MEDIDAS PARA GARANTIR/PROMOVER O DISTANCIAMENTO**

- Realize reuniões preferencialmente à distância, usando os recursos tecnológicos;
- Quando necessário realizar reuniões presenciais, reduza o grupo ao máximo possível, utilizando ambiente aberto e ventilado e preservando distância mínima de 1,5 m entre os participantes;
- Durante a pandemia, no ambiente laboral, não devem ocorrer contatos físicos, tais como, apertos de mãos, abraços e beijos;
- Evite deslocamentos desnecessários dentro dos ambientes na CETESB;
- Ao utilizar banheiros coletivos, a ocupação não deve ser superior a 50% da capacidade, observando o número de pias, mictórios e boxes;
- Ao utilizar pias coletivas, siga as regras de distanciamento.

#### **3.2.6. CUIDADOS PARA A ALIMENTAÇÃO NA CETESB**

##### **3.2.6.1. CONSUMO DE ÁGUA E ALIMENTOS**

- Os utensílios para o consumo de água e alimentos devem ser de uso individual;
- Ao utilizar os filtros de água, não encoste os copos e recipientes na torneira;
- Higienizar as mãos antes e depois de utilizá-los;
- Ao retirar as garrafas de café e o desjejum, na copa, observar as regras de distanciamento social de no mínimo 1,5 m;
- Preferencialmente, o empregado deverá consumir água e café na sua estação de trabalho.

### 3.2.6.2. USO DE LOCAIS DE REFEIÇÃO

- A todos os empregados e colaboradores caberá observar o distanciamento social de no mínimo 1,5 m entre pessoas, bem como as orientações de ocupação, de acordo com as marcações das mesas e assentos:



- No horário do almoço, ao utilizar o micro-ondas para aquecer a refeição, higienizar as mãos antes e após o uso;
- Preferencialmente, o empregado deverá aquecer sua refeição e consumi-la na sua estação de trabalho;
- As refeições entregues por *delivery* deverão ser recebidas pelo solicitante, que será responsável pelo seu recebimento e higienização;
- Na Sede, as refeições deverão ser recebidas na Portaria dos Vigilantes (Portaria de Serviços), enquanto que nas Unidades Descentralizadas, deverão ser recebidas na entrada principal;
- Os locais de refeição devem ser higienizados antes e após o uso pelo usuário, estando disponíveis nesses ambientes: álcool em gel, sabonete líquido e papel toalha;
- O resíduo proveniente da alimentação deverá ser descartado nas lixeiras com indicação **lixo não reciclável**:



### **3.3. HIGIENE E CUIDADOS GERAIS COM OS AMBIENTES**

- Ao entrar na Sede da CETESB, utilize os tapetes sanitizantes instalados nas entradas dos prédios 1, 12, garagens e elevadores, destinados à higienização de solados de calçados;
- Os tapetes sanitizantes estão instalados na Sede da Companhia em função do maior fluxo de circulação de pessoas. Limpar os calçados ao entrar nos ambientes ajuda no combate à propagação do vírus, pois esta ação remove cerca de 90% dos micro-organismos presentes nos solados dos calçados;
- Para a limpeza e desinfecção de mesa, cadeira, telefone, mouse, teclado, etc., ao longo do dia, adicionalmente à limpeza convencional realizada pela equipe de limpeza, utilize os borrifadores com substância desinfetante e panos de limpeza multiuso. Estes itens foram disponibilizados para todas as unidades da CETESB (Sede e Unidades Descentralizadas);
- Mantenha as portas e janelas abertas, sempre que possível para permitir a ventilação natural dos ambientes;
- Adote a política da "mesa limpa" - remova os objetos pessoais das estações de trabalho quando do término do expediente para facilitar a limpeza e higienização;
- Ao utilizar banheiros coletivos, abaixar a tampa do vaso antes de dar descarga;
- Ao utilizar pias coletivas, mantenha as condições adequadas de higiene e limpeza para a próxima pessoa que for utilizar.

### **3.4. CUIDADO NO USO DA FROTA**

- Quando for fazer uso de um veículo da frota, utilize um borrifador com solução desinfetante ou água e sabão neutro e um pano multiuso para higienizar as maçanetas externas e internas, alavanca de câmbio, volante, freio de estacionamento e botões de comando;
- O borrifador e o pano multiuso estão no balcão do AAAT - Setor de Operação e Manutenção de Transportes na Sede;
- Nas Unidades Descentralizadas, os itens estão sob responsabilidade de empregado designado pela Gerência;
- Se houver mais de um empregado no veículo, mantenha o maior distanciamento possível entre as pessoas e os vidros abertos para garantir a circulação do ar;
- Recomenda-se não utilizar o aparelho de ar condicionado;
- Sempre usar máscara reutilizável de tecido dentro do veículo, independentemente da quantidade de pessoas;
- Cabe ao usuário esvaziar a lixeira do veículo após o uso.

## **FONTES:**

ABLA associação brasileira das locadoras de automóveis (2020) Cuidados à COVID-19. [Disponível aqui](#)

Agência Nacional de Vigilância em Saúde – Anvisa (2020). Orientações gerais – Máscaras faciais de uso não profissional. [Disponível aqui](#)

Agência Nacional de Vigilância em Saúde – Anvisa (2020) ORIENTAÇÃO Saneantes substituem álcool gel no combate à Covid-19. [Disponível aqui](#)

Associação Brasileira das Empresas de Elevadores – Abeel (2020). Coronavírus: como evitar a propagação em elevadores. [Disponível aqui](#)

Decisão de Diretoria 106-2020-P – “Orientação sobre utilização e descarte de máscara de uso não profissional, no contexto da COVID-19 – Meio Ambiente e Sustentabilidade”.

Hospital Sirio Libanes (2020). Previna-se contra o coronavírus (atualizado em 22/05/2020). [Disponível aqui](#)

Ministério da Saúde (2020). [Disponível aqui](#)

Ministério da Saúde e Secretaria Especial de Previdência e Trabalho (2020). Portaria Conjunta nº 20, de 18 de junho de 2020. [Disponível aqui](#)

Governo do Estado de São Paulo (2020). [Disponível aqui](#)

Governo do Estado de São Paulo (2020). Decreto Estadual nº 64.959/2020. [Disponível aqui](#)

Prefeitura Municipal de São Paulo (2020). [Disponível aqui](#)

Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo (2020). Portaria CVS – 20, de 23/07/2020, do Centro de Vigilância. [Disponível aqui](#)

