

BASES PARA A OPERAÇÃO DE BARES, RESTAURANTES E LANCHONETES NO PÓS-COVID-19

Cartilha 2

CUIDADO COM OS COLABORADORES

APRESENTAÇÃO

Nesta cartilha vamos apresentar as regras e cuidados que devem ser seguidos, comparando o que já era previsto na legislação sanitária e o que mudou durante a pandemia em relação aos manipuladores de alimentos, considerando os seguintes assuntos:

- Higiene pessoal e regras para ir e vir;
- Higienização das mãos e uso de álcool em gel;
- Programa de monitoramento das condições de saúde;
- Atestados de saúde ocupacional;
- Uso de máscaras e protetores faciais;
- Uso de luvas;
- Escala de colaboradores;
- Capacitação de colaboradores e diálogos diários de segurança - DDS.

As informações legais apresentadas foram retiradas do Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação, RDC 216/2004, com âmbito federal, no entanto devemos lembrar que existem diversas notas técnicas, legislações estaduais e municipais, que devem ser consideradas para a tomada de decisões.

Higiene pessoal e regras para ir e vir

As regras de higiene pessoal previstas nas legislações compreendem a necessidade de higienização frequente das mãos e proibição de falar, tossir ou espirrar nas áreas de manipulação, pontos que devem ser reforçados com os colaboradores. A principal fonte de transmissão do vírus se dá pela disseminação de gotículas de saliva de um indivíduo contaminado, que se depositam em superfícies e atingem os indivíduos não contaminados por meio do toque das mãos no rosto.

O trajeto entre a casa e o local de trabalho pode expor os colaboradores ao vírus, portanto é imprescindível que os seguintes cuidados sejam tomados:

- Lavar e trocar os uniformes diariamente e levá-los ao local de trabalho protegidos em saco plástico;
- Carregar álcool em gel para que possam se proteger no trajeto;
- Não tocar boca, nariz e olhos antes de higienizar as mãos;
- Lavar as mãos sempre que sair e voltar ao local de trabalho;
- Usar o uniforme exclusivamente dentro da empresa. Não sair nas áreas externas com uniforme.

Higienização das mãos e uso de álcool em gel

A higienização frequente das mãos é, com certeza, a maior arma contra a disseminação do vírus. No entanto, os colaboradores devem ser capacitados sobre a forma correta de higienização de mãos, assim como a frequência e o uso do álcool em gel.

A legislação já previa este ponto e, agora mais do que nunca, devemos disponibilizar informativos sobre o passo a passo da higienização das mãos nas pias exclusivas.

COMO HIGIENIZAR AS MÃOS



1
Molhe as mãos evitando tocar na pia



2
Aplique sabonete na palma da mão



3
Ensaboe as palmas das mãos friccionando-as entre si



4
Esfregue os punhos, os antebraços e o dorso das mãos, entrelaçando os dedos



5
Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta (e vice-versa), segurando os dedos, com movimento de vai-vem



6
Esfregue o polegar direito, com auxílio da palma da mão esquerda (e vice-versa), utilizando movimento circular



7
Friccione as pontas dos dedos e unhas da mão esquerda contra a palma da direita (e vice-versa), fazendo movimento circular



8
Esfregue o punho e o antebraço com o auxílio da palma da mão, utilizando movimento circular



9
Enxague as mãos retirando os resíduos de sabonete. Evite contato direto das mãos com a torneira



10
Seque as mãos com papel-toalha descartável, iniciando pelas mãos em direção aos punhos

Fonte: ANVISA

Não existe uma frequência de higienização das mãos que garanta total segurança. Desta forma, é importante alertar os colaboradores sobre a necessidade de realizar o procedimento sempre que entrarem nas áreas de manipulação, mudarem de atividade ou tocarem materiais ou áreas possivelmente contaminadas. Segue abaixo alguns exemplos de situações que requerem higienização das mãos:

- Ao chegar ao trabalho;
- Após utilizar os sanitários;
- Após tossir, espirrar ou assoar o nariz;
- Após usar esfregões, panos ou materiais de limpeza;
- Após fumar;
- Após recolher lixo e outros resíduos;
- Após tocar em sacarias, caixas, garrafas e sapatos;
- Após tocar em alimentos não higienizados ou crus;
- Ao interromper o serviço e iniciar outro;
- Após manusear dinheiro;
- Antes de usar utensílios higienizados;
- Antes de colocar luvas descartáveis;
- Antes de colocar e após retirar as máscaras.

Uma prática muito adotada pelo mercado é a instalação de *timer* (por exemplo, a cada 30 minutos) com aviso sonoro para lembrar os colaboradores sobre a necessidade de higienizar as mãos quando ficam muito tempo fazendo a mesma atividade e não se enquadram nas situações descritas acima.

E o álcool em gel? Devemos utilizar ou não? E em quais situações?

Quando se fala de higienização das mãos, o álcool em gel é obrigatório após o processo de lavagem das mãos, caso seja utilizado sabonete neutro ao invés de sabonete antisséptico. Caso contrário, somente o sabonete antisséptico é capaz de remover sujidades e eliminar microrganismos, desde que o tempo mínimo de ação indicado pelo fabricante do produto seja seguido.

Além disso, o álcool em gel deve ser utilizado nos momentos em que não temos acesso à pia para realizar o procedimento completo de higienização das mãos, como no trajeto de ida e volta do trabalho, durante atividades que não permitem parada, como no caixa em alto movimento, entre outras situações, lembrando que **somente é eficiente quando estamos com as mãos limpas, sem resíduos e, não substitui a higienização completa.**

Programa de monitoramento das condições de saúde

É importante levar em consideração o fato de que se tivermos um colaborador contaminado na operação, podemos colocar em risco toda a equipe e, conseqüentemente, o negócio.

Uma forma de reduzir esse risco é a implementação do monitoramento das condições de saúde dos colaboradores. Nossa sugestão é de que o programa seja constituído por um questionário de avaliação das condições de saúde dos colaboradores juntamente com aferição da temperatura corporal.



Questionário de avaliação das condições de saúde dos colaboradores



Aferição da temperatura corporal



Programa de monitoramento das condições de saúde dos colaboradores

O questionário deve conter perguntas relacionadas à presença de sintomas, contato com pessoas suspeitas ou diagnosticadas com Covid-19 e, obviamente, se o colaborador foi diagnosticado com a doença. Sugerimos as seguintes perguntas:

- Você está com algum sintoma de gripe ou resfriado (tosse, coriza, espirros)?
- Na última semana, você apresentou febre (conforme regulamentação local) ou sintomas de gripe associados com dificuldades para respirar?
- Na última semana, você esteve em contato com algum caso confirmado de Covid-19?
- Você foi diagnosticado com Covid-19?

Se tivermos a resposta SIM para alguma das perguntas descritas acima durante as entrevistas, devemos seguir as orientações da empresa responsável pela medicina ocupacional e o colaborador deve ser afastado.

Para a aferição da temperatura corporal, recomenda-se a utilização de termômetros digitais, próprios para este fim e sem contato, a fim de evitar contaminações.

Atestados de Saúde Ocupacional (ASOs)

Em tempos normais, os colaboradores devem ser submetidos a exames admissionais, periódicos e demissionais, de acordo com o determinado no Programa de Controle Médico e Saúde Ocupacional (PCMSO).


Nesse momento, os exames médicos periódicos somente precisarão ser realizados em 60 dias após o encerramento do estado de calamidade pública, conforme a Medida Provisória 927, de 22 de março de 2020. Já os exames médicos demissionais ainda são obrigatórios, a menos que o exame periódico tenha sido realizado nos últimos 180 dias.

O médico ocupacional do PCMSO poderá requerer a realização de outros exames (relacionados ou não a Covid-19), se entender necessário.

Uso de máscaras e protetores faciais

Um dos assuntos mais polêmicos nesse momento em relação aos colaboradores é a importância, necessidade e/ou obrigatoriedade do uso de máscaras ou protetores faciais nas áreas de manipulação de alimentos.

Dessa forma, vamos avaliar a seguinte linha do tempo e entender quais considerações foram utilizadas para a tomada de decisões.

ANTES DO CORONAVÍRUS	DEPOIS DO CORONAVÍRUS			
RDC 216/2004	Nota Técnica Nº. 15/2020 25/03/2020	Nota Informativa Nº. 03/2020 02/04/2020	Nota Técnica Nº. 23/2020 06/04/2020	Nota Técnica Nº. 47/2020 03/06/2020
<p>Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação Âmbito Federal</p> <p>NÃO CITA O USO DE MÁSCARAS NAS ÁREAS DE MANIPULAÇÃO DE ALIMENTOS</p> <p> Legislações Estaduais e Municipais</p>	<p>ANVISA</p> <p>REFORÇA QUE O USO DE MÁSCARAS NÃO É RECOMENDADO PELO MINISTÉRIO DA SAÚDE POR PESSOAS SAUDÁVEIS</p>	<p>Ministério da Saúde</p> <p>SUGERE QUE A POPULAÇÃO UTILIZE MÁSCARAS PARA REDUZIR A TAXA DE TRANSMISSÃO E INDICA A UTILIZAÇÃO DE MÁSCARAS CASEIRAS</p>	<p>ANVISA</p> <p>ATUALIZA A NOTA TÉCNICA NO. 03, REFORÇANDO QUE O USO DE MÁSCARAS DEVE SER FEITO DE FORMA QUE NÃO SEJA UM RISCO DE SEGURANÇA DE ALIMENTOS</p>	<p>ANVISA</p> <p>DETALHA AS REGRAS DE USO DE MÁSCARAS</p>
<p>PROÍBEM OU NÃO RECOMENDAM O USO DE MÁSCARAS</p>	<p> Notas técnicas e legislações Estaduais e Municipais</p>			

Antes do Coronavírus, não havia indicação do uso de máscaras nas áreas de manipulação de alimentos pela ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária). Essa posição foi mantida no início da pandemia (Nota Técnica N°15/2020), pelo fato do uso de máscaras, caso inadequado, ser um risco de contaminação dos alimentos pelas bactérias do trato respiratório, as quais podem ser causadoras de DTAs (Doenças Transmitidas por Alimentos). No entanto, devido a pressão existente por parte da população em geral, o Ministério da Saúde se posicionou através da Nota Informativa N°3/2020, indicando que a transmissão do

vírus poderia ser reduzida com a utilização de máscaras caseiras, com objetivo de não impactar a disponibilidade de máscaras de uso cirúrgico no sistema de saúde. Em seguida, a ANVISA atualizou sua posição através da Nota Técnica N°23/2020, alinhando-se ao Ministério da Saúde e, a partir disso, os municípios têm se posicionado sobre o assunto e, a maioria adotou o uso de máscaras como obrigatório por meio de legislações locais, as quais contemplam as regras de uso.

No entanto, em relação ao uso de máscaras alguns pontos importantes devem ser levados em consideração:



Tipo/material das máscaras

As máscaras devem ser constituídas de material recomendado pelo Ministério da Saúde, sendo tecido de saco de aspirador, cotton (composto de poliéster 55% e algodão 45%), tecido de algodão 100% e tecido antimicrobiano. Fonte: NOTA INFORMATIVA Nº 3/2020-CGGAP/DESF/SAPS/MS.

Além disso, devem ser desenvolvidas de forma que sejam capazes de cobrir totalmente o nariz e a boca, sem espaços.

As máscaras devem ser minimamente confortáveis, de forma que não haja necessidade de tocá-las durante sua utilização. É importante lembrar que o uso de máscaras pode dar uma falsa sensação de segurança, causando menor adesão às principais medidas de prevenção (distanciamento entre pessoas e higienização das mãos).

Cuidados no uso das máscaras

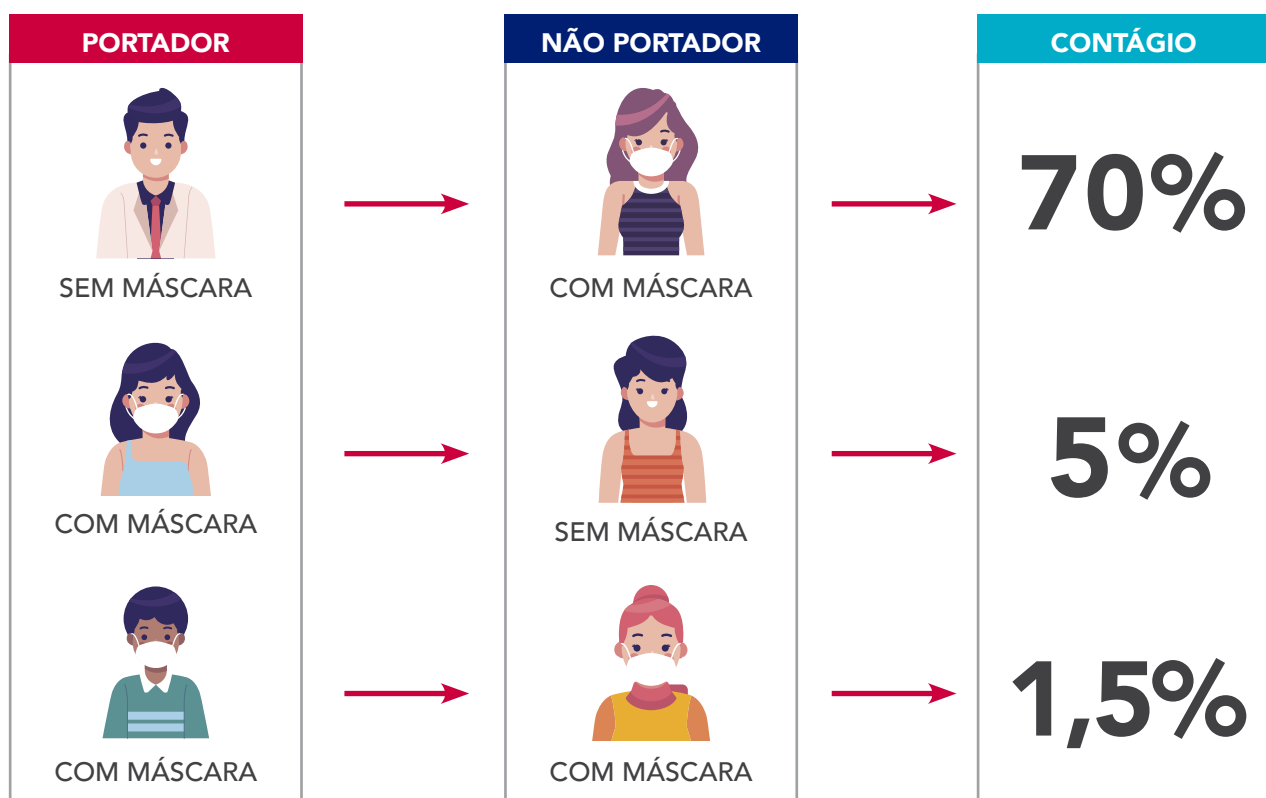
As mãos devem ser lavadas sempre ao manusear as máscaras, seja antes de colocar a limpa ou na hora de remover a usada. Além disso, nunca devemos tocar na área que ficará sobre a boca e nariz, ou seja, devemos colocar e tirar as máscaras pelos elásticos ou faixas laterais. A regra mais importante é nunca tocar as máscaras durante sua utilização e, caso isso ocorra, higienizar as mãos imediatamente.

Capacitação dos colaboradores sobre o uso de máscaras

Os colaboradores devem ser capacitados em relação a esses riscos e também em relação ao principal objetivo da utilização das máscaras, que é a redução da disseminação de gotículas expelidas do nariz ou da boca do usuário no ambiente, garantindo uma barreira física, ou seja, proteção do outro.

Através do esquema apresentado a seguir, é possível entender melhor esse ponto. Caso um indivíduo contaminado estiver sem máscara e entrar em contato com um indivíduo não contaminado utilizando máscara, a probabilidade de contaminação é de 70%. Caso o indivíduo contaminado utilize a máscara e o não contaminado não a utilize, essa probabilidade cai para 5%. Se ambos utilizarem a máscara, o número cai ainda mais, para 1,5%.

POSSIBILIDADE DE CONTÁGIO | COVID-19



Tempo de Uso das Máscaras

Não existe uma resposta totalmente segura em relação ao tempo de uso das máscaras caseiras, uma vez que as condições de conservação da máscara irão depender do seu uso e do tipo de material. Antes de pensar em um tempo exato, temos que ter em mente que caso a máscara esteja úmida, deve ser substituída. Com base nessa regra, os municípios e estados têm sugerido um tempo máximo entre 2 e 3 horas para substituição, assim como a ANVISA, através da Nota Técnica No. 47/2020.

Higienização das Máscaras

Tão importante quanto falarmos sobre o tempo de utilização das máscaras, é falarmos sobre a forma correta de higienização e, também, armazenamento e transporte.

Devemos todos os dias sair de casa com um kit de máscaras limpas armazenadas em um saco plástico limpo e, devemos também, ter outro saco plástico para armazenamento das máscaras utilizadas ao longo do dia, a fim de evitar contaminação entre elas.

De acordo com o Ministério da Saúde, o procedimento de higienização das máscaras deve ser realizado da seguinte forma:

1



As máscaras devem ser higienizadas separadas das demais roupas;

2



Lave as máscaras com água corrente e sabão neutro;

3



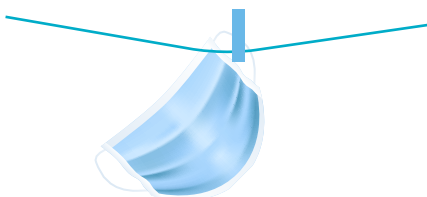
Coloque de molho em água sanitária e água na proporção: 2 colheres de sobremesa de água sanitária para 1 (um) litro de água por 20 minutos. Essa etapa pode ser substituída por fervura das máscaras durante 5 minutos);

4



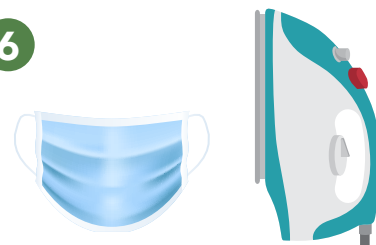
Enxaguar as máscaras em água corrente, garantindo remoção total dos resíduos de produto químico;

5



Deixar a máscara secar ao ar livre, evitando torcê-la;

6



Passar com ferro quente para garantir eliminação dos microrganismos e armazenar as máscaras no saco plástico limpo.

Em relação ao uso de protetor facial *face shield*, a ANVISA se posicionou através da Nota Técnica No. 49/2020, de 02/06/2020, indicando que também precisam ser confeccionados de material impermeável e de fácil higienização. Deve-se ter atenção no uso deste tipo de

proteção, evitando tocar sua superfície interior, na região que cobre a boca e o nariz. Ao optar pelo *face shield*, verificar se as legislações locais permitem que seja utilizado como única proteção ou como proteção adicional às máscaras.

Uso de luvas

A necessidade do uso de luvas também é uma dúvida dos empresários e colaboradores do setor. É importante lembrarmos que a transmissão do vírus se dá pelas vias aéreas e não está relacionada com o contato entre a pele e o vírus. Ao adotarmos o uso de luvas, damos aos colaboradores uma falsa sensação de segurança e dificultamos que o correto procedimento de higienização das mãos seja cumprido.

Desta forma, as regras sobre o uso de luvas são mantidas quando comparamos ANTES DO CORONAVÍRUS e DEPOIS DO CORONAVÍRUS, uma vez que as notas técnicas 15 e 23 da ANVISA reforçam o que já era previsto na RDC 216/2004, o uso de luvas somente é recomendado durante a manipulação de alimentos prontos para o consumo em substituição ao uso de utensílios, como pegadores.

Escala de colaboradores

Uma das principais medidas preventivas de transmissão do vírus é o distanciamento entre as pessoas. Desta forma, precisamos reorganizar as escalas de trabalho, para reduzir o número de colaboradores por turno e evitar aglomeração de pessoas.

Capacitação dos colaboradores e diálogos diários de segurança - DDS

É de extrema importância que os colaboradores sejam capacitados nos assuntos decorridos nesta cartilha ou nos procedimentos desenvolvidos internamente e estejam cientes e seguros de todas as medidas adotadas pela empresa, entendendo a importância de protegerem uns aos outros.

No entanto, lembrem-se de realizar os treinamentos de forma a também evitar aglomerações, prefiram locais abertos e maiores ou então realizem de forma remota ou por turmas.

Recomendamos que, minimamente, os seguintes assuntos sejam abordados:

- Informações sobre a doença;
- Regras de higiene pessoal;
- Cuidados para ir e vir;
- Higienização das mãos;
- Uso e higienização de máscaras;
- Condições de saúde.

Registre todas as informações em listas de presença ou em caso de treinamentos remotos, através de avaliações, pois caso algum colaborador seja acometido pela Covid-19 e consiga de alguma forma demonstrar que a adquiriu doença no ambiente de trabalho, a em-

presa poderá ser responsabilizada.

Além dos treinamentos, é importante estabelecer uma rotina de diálogos diários com os colaboradores, para alinhamento de novos procedimentos e novas informações relacionadas à situação atual. Os temas devem ser relacionados ao coronavírus, no entanto, recomendamos que essa prática seja mantida para que se crie uma cultura na empresa, focada em qualidade e segurança de alimentos. Essas reuniões tenham duração de aproximadamente 10 minutos, para que seja possível manter a rotina diária.



anrbrasil.org.br
firmareconsultoria.com.br

