

# ● Recomendações para a prevenção contra a COVID-19 nos canteiros de obras

Mãos à obra na luta contra o vírus



**SINDUSCON - MA**

SINDICATO DAS INDÚSTRIAS DA CONSTRUÇÃO CIVIL DO MARANHÃO

## ÍNDICE

O que é o coronavírus?.....	02
Quais os principais sintomas?.....	02
Quem é do grupo de risco?.....	02
Como é transmitido?.....	03
O que fazer se tiver os sintomas? .....	03
Como se proteger? .....	03
Como prevenir a disseminação do vírus no ambiente de trabalho?.....	04



O Sindicato das Indústrias Construção Civil do Maranhão - Sinduscon-MA elaborou essa cartilha para orientar as empresas associadas a se organizarem para voltar ao trabalho com as medidas de segurança necessárias, garantindo a saúde do trabalhador nos canteiros de obras. O objetivo é proteger a vida de todos os trabalhadores para a obra não parar e ainda contribuir na prevenção do coronavírus.

### **O que é o coronavírus?**

Coronavírus é uma família de vírus que causam infecções respiratórias que podem variar de um simples resfriado até uma pneumonia severa. Provoca a doença chamada de coronavírus (COVID-19).

### **Quais os principais sintomas?**

Os sintomas mais comuns do COVID-19 são tosse, febre, cansaço e dor de garganta. Em alguns casos, o paciente pode apresentar também:

- Coriza (nariz escorrendo);
- Dor no peito;
- Dores no corpo;
- Diarreia;
- Dificuldade para respirar;
- Mal estar no geral.

Esses sintomas geralmente são leves e aparecem gradualmente. Algumas pessoas são infectadas, mas não apresentam sintomas e não estão doentes. A maioria das pessoas (cerca de 80%) se recupera da doença sem precisar de tratamento especial. Segundo dados da Organização Mundial de Saúde - OMS, cerca de 1 em cada 6 pessoas que recebem COVID-19 desenvolvem uma doença grave e têm dificuldade para respirar.

### **Quem é do grupo de risco?**

Grupo mais vulnerável à contaminação pelo Coronavírus:

- Pessoas com idade acima dos 60 anos;
- Diabéticos;
- Com doenças respiratórias crônicas (asma, bronquite);



- Doenças cardiovasculares (pressão alta, arritmia, derrame, infarto, Doença de Chagas);
- Doenças renais crônicas (hemodiálise);
- Imunodeprimidos, com sistema imunológico enfraquecido (transplante de órgãos, câncer, HIV/AIDS, lúpus);
- Gestantes.

### **Como é transmitido?**

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo por meio de:

- Toque do aperto de mão;
- Gotículas de saliva;
- Espirro;
- Tosse;
- Catarro;
- Objetos ou superfícies contaminadas, como celulares, mesas, maçanetas, brinquedos, teclados de computador etc.

### **O que fazer se tiver os sintomas?**

Caso apresente sintomas de gripe, evite contato físico com outras pessoas, principalmente do grupo de risco, avise ao seu supervisor e familiares, fique em casa por 14 dias em isolamento domiciliar.

Procure um serviço de saúde apenas se persistirem/agravarem os sintomas ou apresentar falta de ar.

### **Como se proteger?**

As recomendações de prevenção à COVID-19 são as seguintes:

- Lavar com frequência as mãos até a altura dos punhos, com água e sabão, ou então higienizar com álcool em gel 70%.
- Ao tossir ou espirrar, cobrir nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.
- Evitar tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas.
- Ao tocar, lavar sempre as mãos como já indicado.
- Manter uma distância mínima de cerca de 2 metros de qualquer pessoa tossindo ou espirrando.



- Evitar abraços, beijos e apertos de mãos. Adotar um comportamento amigável sem contato físico, mas sempre com um sorriso no rosto.
- Higienizar com frequência o celular e todos os objetos de uso diário, de preferência a cada 2h.
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos, copos e ferramentas de trabalho.
- Manter os ambientes limpos e bem ventilados.
- Evitar circulação desnecessária nas ruas, estádios, teatros, shoppings, shows, cinemas e igrejas. Se puder, fique em casa.
- Se estiver doente, evitar contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos, e ficar em casa até melhorar.
- Dormir bem e ter uma alimentação saudável.
- Utilizar máscaras caseiras ou artesanais feitas de tecido em situações de saída de sua residência.

### **Como prevenir a disseminação do vírus no ambiente de trabalho?**

Reunimos protocolos que deverão ser exigidos e implantados nos canteiros de obras com o objetivo resguardar nossos colaboradores. Destacamos, ainda, que tais protocolos foram estudados, avaliados e extraídos de manual da Câmara Brasileira da Indústria da Construção – CBIC.

- Informar, divulgar e disponibilizar material educativo no canteiro de obra para informar sobre a doença e procedimentos implantados para prevenção;
- Identificar os colaboradores do grupo de risco, com monitoramento dos que tem boa saúde e afastamento dos que tem comorbidades e riscos;
- Tornar obrigatório o fornecimento de máscaras para os deslocamentos externos e no canteiro de obra, orientando como utilizar, higienização, sua obrigatoriedade e a validade;
- A empresa deverá estabelecer local adequado na obra para armazenagem dos uniformes dos trabalhadores e periodicidade adequada para a higienização dos mesmos;



- Aferir temperatura na entrada da obra, utilizando equipamentos que evitem contato, em conjunto com a avaliação dos demais sintomas;
- Desinfectar calçados na entrada e saída das obras para impedir a entrada de superfícies contaminadas, utilizando recipientes com água sanitária;
- Deve ser restrita a entrada e circulação de pessoas que não trabalham no canteiro, especialmente fornecedores de materiais, que, se necessária a entrada, deve ser restrita a ambiente de descarga e deve durar o menor tempo possível. A essas pessoas deve ser oferecida higienização das mãos, com água e sabão ou álcool 70%, antes de adentrarem à área de descarga;
- Monitorar, de forma organizada e orientativa, a marcação das filas com o espaçamento adequado para ponto, evitando aglomerações;
- Monitorar os vestiários, com pequenos grupos e mobília reorganizada mantendo o afastamento de 2 (dois) metros entre os funcionários;
- Implantar nos refeitórios turnos de alimentação para evitar aglomeração, além de reorganização do layout dos mobiliários para atender as exigências mínimas de distanciamento. Implantar lavatórios e exigir a higienização das mãos antes e depois das refeições;
- Disponibilizar lavatórios fixos nos refeitórios e em pontos estratégicos na obra, com orientações de como deve ser utilizado;
- Fornecer água potável para consumo com o uso de bebedouros sem as torneiras à jato que permitiam a ingestão de água diretamente dos bebedouros com a boca dos usuários. Substituir por equipamento que possibilite a retirada de água apenas em copos descartáveis ou recipientes de uso individual;
- Implantar nos canteiros uma rígida rotina de limpeza e desinfecção das áreas comuns, com execução diárias com produto a alto teor desinfetante;
- Orientar os colaboradores a não compartilhar ferramentas de uso individual, e que estas sejam limpas e desinfetadas diariamente;



- Determinar que as equipes de segurança do trabalho e gestores das obras que monitorem e identifiquem os funcionários que apresentarem alguns sintomas suspeitos sejam encaminhados às unidades de saúde;
- Realizar todas as reuniões, treinamentos e encontros das equipes em ambientes abertos, e os que não forem a céu aberto devem ser mantidos ventilados e desinfetados;
- Evitar trabalhos em locais confinados e sem ventilação. Orientar quanto ao uso do elevador de obra, informando que deve ser limitado, garantindo um espaçamento mínimo de 1,5 metros entre as pessoas. E em alguns casos, recomendamos a utilização, preferencialmente, de escada;
- Entregar periodicamente cartilhas orientativas com kits de higiene para que o funcionário possa levar para a sua residência;
- Orientar como proceder e ações de higiene no transporte público durante o deslocamento para o serviço e na sua volta para casa. Se fornecido transporte pela empresa, deve ter sua ocupação limitada a 50% e deverá ser fornecido na entrada do veículos álcool gel 70% e/ou sanitizantes ou produtos antissépticos que possuam efeito similar;
- Os resíduos provenientes dos cuidados e medidas de prevenção contra o novo Coronavírus (COVID-19) devem ser enquadrados na categoria A1, conforme Resolução RDC/Anvisa nº 222, de 28 de março de 2018 (disponível em [http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/3427425/RDC\\_222\\_2018\\_.pdf/c5d3081db331-4626-8448-cc9aa426ec410](http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/3427425/RDC_222_2018_.pdf/c5d3081db331-4626-8448-cc9aa426ec410));



São Luis, 29 de maio de 2020.



**Fábio Nahuz**

Presidente do Sinduscon-MA



**Humberto França Mendes**

Sindicato dos Trabalhadores na Indústria da Construção Civil de São Luís –  
Sindconstrucivil

