



CORONAVÍRUS - COVID-19

Saiba o que é e **como se proteger**



INICIATIVA

SENAR

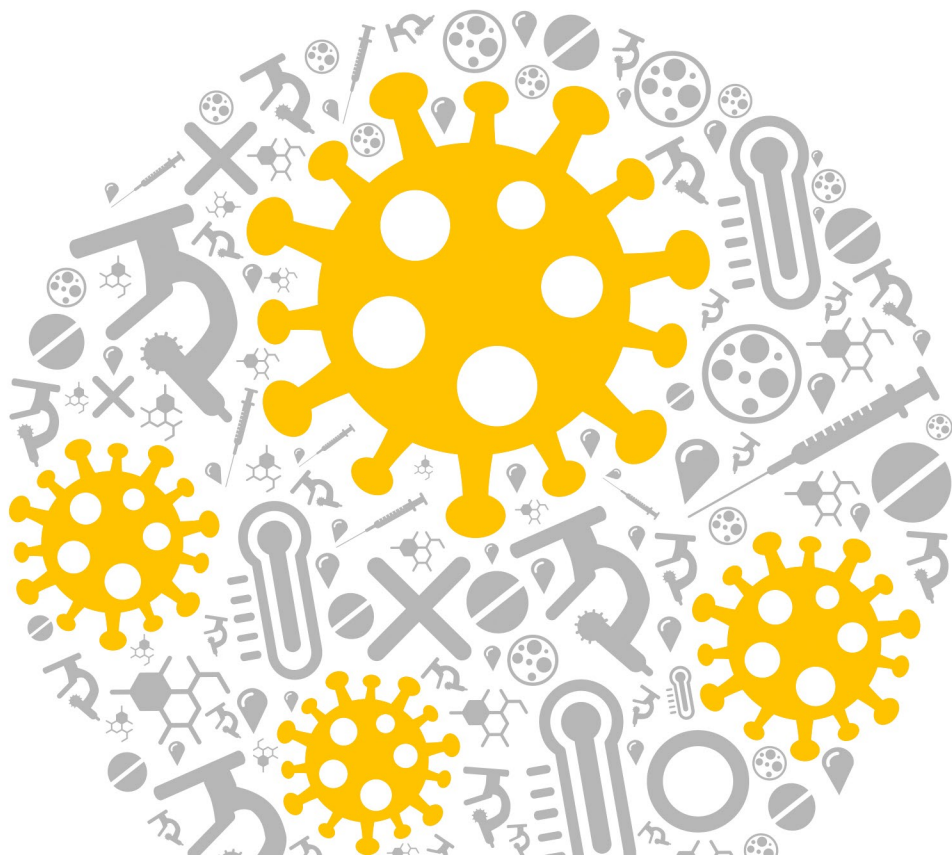
PARCERIA

INSTITUTO
LADO A LADO
PELA VIDA

CORONAVÍRUS

O que são?

São uma grande família de vírus que podem causar desde resfriados comuns até doenças respiratórias mais graves. O novo coronavírus (SARS-Cov-2) causa a Doença pelo Coronavírus 2019 (Covid-19).



Quais são os sintomas da Covid-19?

Os sintomas podem ser leves a moderados, semelhante a uma gripe ou resfriado. Pessoas que já possuam outras doenças podem apresentar complicações, como síndrome respiratória aguda grave. Em casos mais graves, pode levar à morte.

Principais Sintomas:



Febre



Tosse



Falta de ar

Fique atento também a:



Nariz entupido



Dor de garganta



Cansaço



Dores no corpo



Corrimento nasal

Atenção

Se você está com sintomas de gripe, avise seu chefe imediato, fique em casa e evite contato com outras pessoas por 14 dias. Ao sentir **FALTA DE AR**, você deve procurar atendimento médico.

2 Atenção aos Grupos de Risco

Se você se encaixa em alguns desses grupos, fique ainda mais atento e se possível, mantenha isolamento social



Acima de 60 anos



Asmáticos



**Doenças
cardiovasculares**



Fumantes



**Problemas no
sistema imunológico**



Diabéticos



**Doença respiratória
ou renal crônica**



Pressão alta

3 Como se transmite a doença?

A transmissão ocorre de pessoa para pessoa por meio de secreções contaminadas, como:



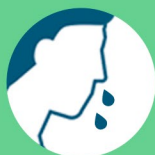
Saliva



Contato pessoal próximo, como toque ou aperto de mão



Espirro



Catarro



Tosse



Contato com objetos ou superfícies contaminadas, seguido de contato com a boca, nariz ou olhos

Atenção

Os sintomas podem aparecer de 1 a 14 dias, após a pessoa ser infectada. O mais comum é por volta de cinco dias. Mas há pessoas que não apresentam sintomas. Estudos sugerem que a transmissão pode ocorrer mesmo sem o aparecimento de sinais e sintomas.

4 Saiba como se prevenir



Lave as mãos com água e sabão



Limpe o celular e objetos com frequência



Mantenha os ambientes bem ventilados



Na falta de água e sabão, use álcool em gel 70%



Cubra boca e nariz com o cotovelo ao tossir ou espirrar



Não compartilhe talheres, copos, garrafas e pratos



Evite beijos, abraços e apertos de mãos



Não toque olhos, nariz e boca



Se possível, mantenha distância das pessoas (2m)



5 Quando as pessoas devem entrar em quarentena?

As pessoas infectadas devem ficar em casa enquanto os sintomas forem leves. Se você apresentar febre acima de $37,3^{\circ}\text{C}$, tosse seca e falta de ar, deve procurar um agente de saúde. Confirmado o diagnóstico clínico, a quarentena terá seu prazo determinado pelo médico.

Fique atento aos sintomas suspeitos (febre por mais de 48 horas, tosse seca constante ou sintomas comuns de resfriado) e procure imediatamente seu superior para orientação.

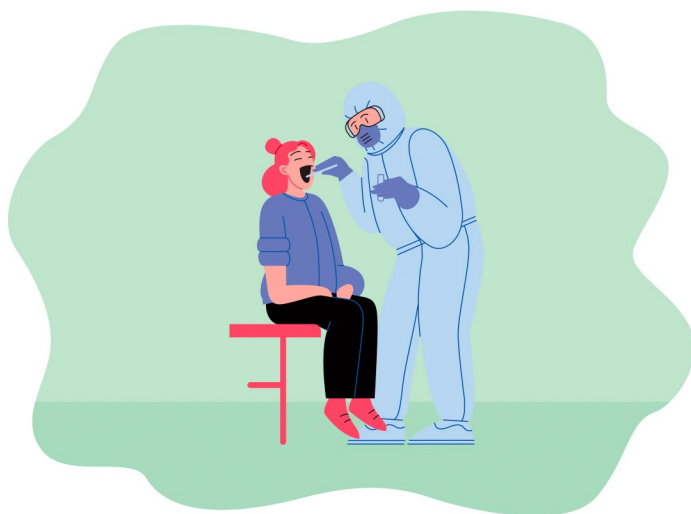
Para os empregadores a dica é monitorar constantemente a condição de saúde dos trabalhadores e ficar alerta a qualquer sintoma do novo coronavírus.



6

Como é feito o diagnóstico?

Coleta de materiais respiratórios: Aspiração de vias aéreas ou indução de escarro. É necessária a coleta de duas amostras em caso de suspeita, para serem encaminhadas para laboratórios.



Atenção

Até o momento não há vacina contra a Covid-19. O Ministério da Saúde orienta que casos graves sejam encaminhados a um hospital para isolamento e tratamento. Casos leves devem ser acompanhados pela Atenção Primária em Saúde (APS) e instituídas medidas de isolamento domiciliar.

7 O uso de máscara funciona como prevenção?

- No momento o Ministério da Saúde recomenda que você sempre use a máscara quando for a cidade e/ou estiver na presença de outras pessoas.
- Use também quando estiver tossindo ou espirrando, pois com o uso, evitará transmitir o vírus para outras pessoas.
- E se você estiver cuidando de alguém com sintomas suspeitos de coronavírus.



Atenção

O uso da máscara só é eficaz, se as outras medidas de prevenção forem adotadas, principalmente a higienização das mãos. Após o uso a máscara, se for descartável, deverá ser colocada no lixo e, se for de tecido lavável, proceder com a higienização correta.

8 Como proceder para se prevenir no ambiente de trabalho?

Alojamentos: Só retorne ao local após o expediente, depois de tomar banho e lavar as mãos. Mantenha sua roupa de cama sempre limpa.

Animais domésticos e de produção: Em períodos de alerta e vigilância como este em vigor, recomenda-se as medidas higiênicas antes, durante e após o contato com animais domésticos e de produção. Em suspeita de doença em curso com alguma pessoa da casa, não manter contato com nenhum animal.

Avaliação de sintomas antes de entrar nas propriedades: avaliar todas as pessoas e checar os principais sintomas da doença (febre, tosse seca e falta de ar), em caso positivo, o responsável imediato deve ser avisado.

Bebedouros: Devem ser interditados e todos orientados a trazerem garrafas de água de casa. Se não for possível, orientar os trabalhadores como higienizar os pontos de contato (locais de acionamento e coleta da água) antes do uso, assim como, a lavagem das mãos antes e depois.

8 Como proceder para se prevenir no ambiente de trabalho?

Evite aglomerações: Nos vestiários, refeitórios e áreas de convivência. Mantenha uma distância de 2m de outras pessoas, sempre que possível.

Fumantes: Lave as mãos com água e sabão antes e depois de fumar e não compartilhe cigarros e nem maços.

Lavar as mãos: Ao chegar ao trabalho, sempre que tocar objetos e ao sair dos vestiários para iniciar o dia. Sempre troque a roupa de casa pela de trabalho. Lave as mãos também, antes e depois de usar sanitários, refeitórios, alojamentos e outras áreas de convivência.

Tereré ou chimarrão: Não compartilhe seu acessório, o uso é individual.



Como evitar contaminação com equipamentos e maquinários?

Ferramentas e equipamentos: Utilize sem trocar ou compartilhar com outros colaboradores. A ferramenta e equipamento devem ser higienizados com álcool 70% antes e depois de seu uso. A orientação é para lavar as mãos o mais frequente possível e não levá-las à boca, olhos e nariz. É importante também não compartilhar equipamentos de comunicação (celulares e rádios comunicadores).

Atenção: o uso de luvas durante o manuseio das ferramentas não reduz seu potencial de contaminação, uma vez que o contato das luvas contaminadas com boca, olhos e nariz pode resultar com contágio.



Como evitar contaminação com equipamentos e maquinários?

Limpeza dos veículos e tratores: Diariamente use água sanitária diluída em água [para cada 1L água 20 ml de água sanitária] ou álcool 70%.

Atenção especial aos locais de manuseio constante, como volantes, câmbio, maçanetas, chaves de partida, alças de setas e botões no painel de controle.

Em nenhuma situação é recomendado que mais de uma pessoa permaneça dentro de um mesmo ambiente fechado com outros colaboradores. Dentro de veículos, se essa recomendação não for possível, opte pelo uso de máscaras por todos os colaboradores.

Trânsito de profissionais, fornecedores ou veículos: Em situações imprescindíveis faça a desinfecção dos veículos na entrada da propriedade e recomende aos condutores que adotem os protocolos de higiene recomendados.



Acesso às propriedades e circulação de pessoas

Acesso restrito: Permita a entrada apenas de pessoas estritamente necessárias.

Circulação de pessoas: Suspenda reuniões presenciais internas e externas, treinamentos e circulação entre filiais e departamentos. Converse com fornecedores e técnicos à distância.

Coleta de produtos ou entrega de insumos: mantenha a distância mínima de 2m dos visitantes e ofereça local para lavarem as mãos. Acesso apenas em pátios, galpões, tanques de resfriamento do leite, depósitos, etc. Limpe e desinfete todas essas áreas após a saída do visitante.

Comercialização: Para vendas diárias ou semanais, tenha cuidado para expor o mínimo possível o contato do visitante com a sua propriedade e redobre a higienização dos locais visitados.

Atenção: Se o produto for ficar armazenado na propriedade por um período antes de ser comercializado, deve-se observar os cuidados já previstos nas boas práticas de fabricação de alimentos.

Acesso às propriedades e circulação de pessoas

Evite se deslocar aos centros urbanos: As cidades, principalmente os grandes centros urbanos, são os locais com maior número de casos do novo Coronavírus. Assim, evite deslocamentos desnecessários para esses locais.

Atenção: Verifique a possibilidade de a compra mensal ser feita pelo empregador/gerente da propriedade. Faça a higienização das compras sempre antes do seu armazenamento. Recomenda-se uso de pano limpo com álcool a 70% ou solução de água sanitária diluída em água.

Licença remunerada ou férias coletivas: Conceda aos trabalhadores que não possam exercer atividade em casa e que sejam do grupo de risco.

Peça orientação técnica para se planejar: Converse com seu agrônomo, veterinário, técnico ou assistente técnico. Eles lhe darão as orientações sobre o estoque de insumos que precisa ter na propriedade nesse momento, desta forma você pode se planejar. De preferência peça essa orientação a distância.

Veículos: Aumente o número de veículos ou de viagens no deslocamento dos trabalhadores aos locais de trabalho. As janelas devem permanecer abertas.

11 Cuidado com as fake news!

Cuidado com as falsas informações circulando pelas redes sociais sobre o coronavírus. Verifique se as mensagens recebidas pelas mídias sociais (WhatsApp, Instagram, Facebook) são verdadeiras, antes de repassar para outras pessoas. Evite desinformação e pânico.



Para saber mais consulte:

O guia com as recomendações do Senar, MAPA e Ministério da Saúde para as propriedades rurais disponível em:

<https://www.cnabrazil.org.br/coronavirus-recomendacoes-de-prevencao-nas-propriedades-rurais>

“Agroindústrias: boas práticas de fabricação de alimentos” Coleção Senar 174. Consulte a estante virtual do Senar, disponível em:

<https://www.cnabrazil.org.br/senar/colecao-senar>

Ministério da Saúde:

saude.gov.br e saude.gov.br/fakenews

*Caso receba alguma informação duvidosa, envie para o número de WhatsApp (61) 99289-4640.

Disque Saúde 136: funciona 24 horas por dia, sete dias na semana e também pode esclarecer dúvidas sobre o coronavírus.

Fontes:

Ministério da Saúde, Secretaria de Saúde do Estado de São Paulo, Organização Mundial de Saúde e Agência Brasil

Guia de recomendações sobre prevenção nas propriedades rurais.
Conteúdo revisado e atualizado em 17 de abril de 2020.



senar.org.br



ladoaladopelavida.org.br