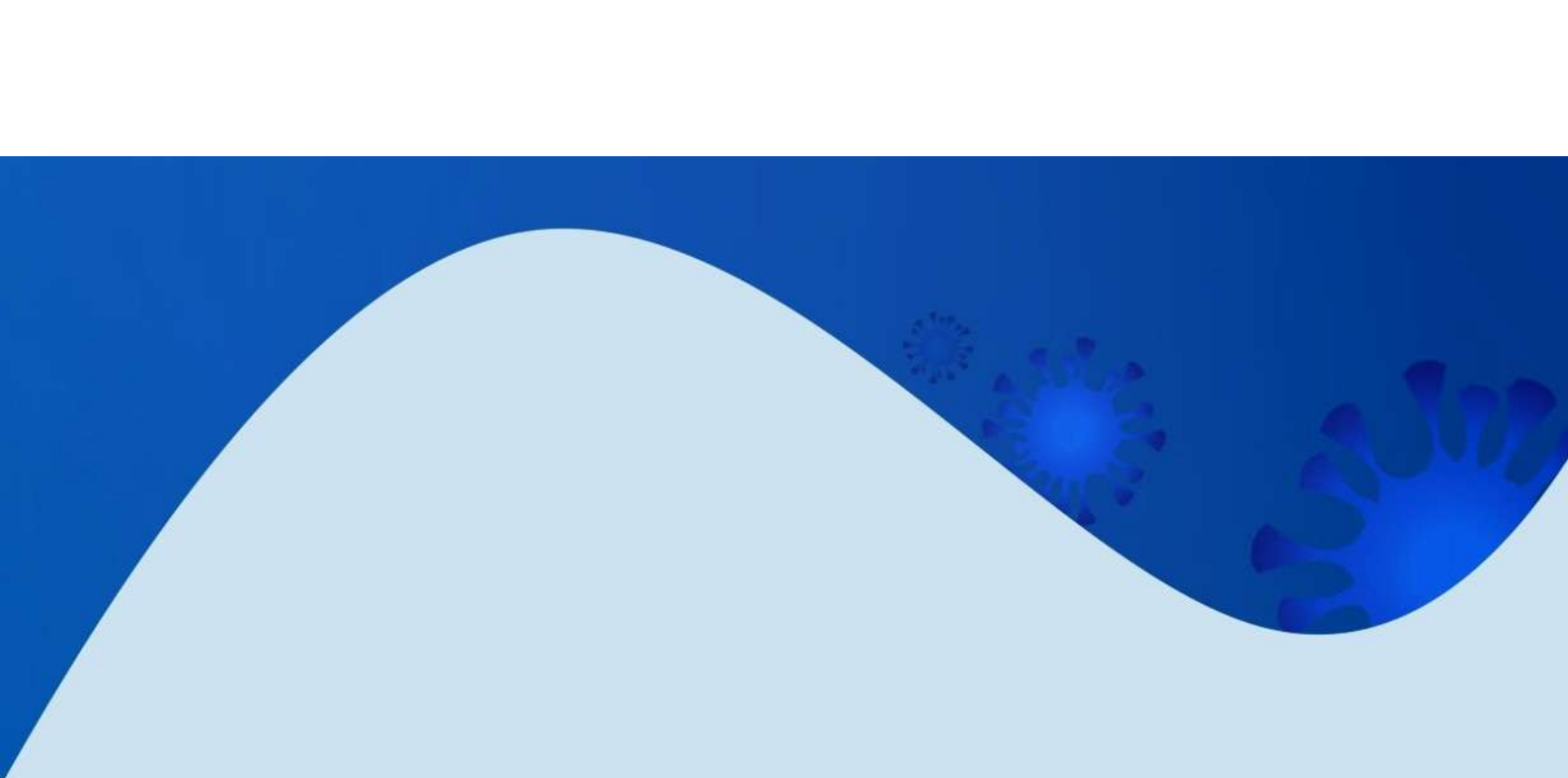




MEDIDAS DE PREVENÇÃO CONTRA A Covid-19



Este documento tem a finalidade de apresentar as medidas de prevenção definidas pela **Namar** contra o novo coronavírus (Covid 19) para os trabalhadores das empresas contratadas, que deverão seguir estes procedimentos os quais serão devidamente fiscalizados pela **Namar**. Salientamos que este documento foi baseado em diretrizes de organismos internacionais e nacionais de saúde e de autoridades governamentais, particularmente do Ofício Circular SEI nº 1088/2020/ME, de 27 de março de 2020, da Secretaria Especial de Previdência e Trabalho do Ministério da Economia.

1 MEDIDAS DE ORDEM GERAL:

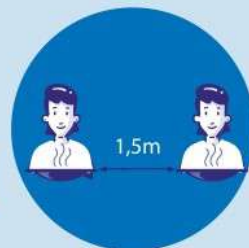
a. Para Empregados:

- Cada empregado deverá manter o hábito de lavar frequentemente as mãos com água e sabão, de acordo com as orientações dos órgãos de saúde, lavando a palma das mãos, os pulsos, os dedos e as pontas dos dedos, enxaguando em seguida o excesso de sabão;
- Na impossibilidade do uso de água e sabão, fazer uso do álcool em gel a 70% para a higienização das mãos;
- Não tocar no rosto, especialmente olhos, nariz e boca antes de higienizar as mãos;
- Ao tossir ou espirrar, cobrir o rosto com a parte interna do braço, na região do cotovelo, ou utilizar um lenço descartável e em seguida, jogar no lixo e lavar as mãos;
- Evitar ao máximo multidões e aglomerações;
- Lavar as mãos com água e sabão antes e após as refeições;
- Lavar as mãos com água e sabão antes e após o uso do banheiro;
- Manter uma distância segura de cerca de 1,5 a 2,0 metros de outras pessoas;
- Não cumprimentar outras pessoas com toque, como apertos de mãos ou abraços;
- Fazer uso de máscara de proteção individual ao sair de casa, que deverá apresentar, pelo menos, uma dupla camada, devendo ser trocada a cada duas ou três horas no máximo. As máscaras podem ser descartáveis ou reutilizáveis depois de terem sido devidamente higienizadas e lavadas após o uso. No caso de máscaras reutilizáveis, a higienização se faz colocando a máscara usada durante cerca de 30 minutos em um recipiente com uma solução de 1 litro de água com 25 ml de água sanitária (meio copinho de café descartável) e, em seguida, lavar a máscara com água e sabão. **Deve-se lavar as mãos com água e sabão antes de se colocar e retirar a máscara do rosto,**

manuseando-a apenas pelas alças laterais de fixação às orelhas ou pelas tiras de amarrar atrás da cabeça, evitando-se sem-pre tocar as mãos na parte frontal e posterior da máscara.

- Antes de colocar a máscara, lavar as mãos com água e sabão ou higienizá-las com álcool a 70%. A máscara deve ser manuseada apenas pegando no elástico ou tiras para ajustar atrás das orelhas ou amarrar na face posterior da cabeça e pescoço. **A face anterior da máscara, que vai em contato com o rosto, não deverá ser tocada em nenhum momento.** Ao retirar a máscara, lavar ou higienizar as mãos previamente, devendo-se segurar apenas nos elásticos ou tiras e guardá-la em um saco de plástico ou envelope de papel para que seja higienizada e lavada ao chegar em casa, na forma descrita anteriormente.
- Em caso de sintomas, como tosse, espirro, coriza ou febre manter isolamento domiciliar; caso haja piora dos sintomas, como febre permanente ou falta de ar, não comparecer ao ambiente de trabalho, comunicar imediatamente à sua chefia na empresa e procurar atendimento médico;
- Limpar sistematicamente os objetos de uso pessoal com álcool em gel a 70% ou outro sanitizante disponível, como solução com água sanitária;
- Não compartilhar copos, pratos ou outros artigos de uso pessoal;
- Não compartilhar telefones celulares sem a limpeza ou desinfecção;
- Nos refeitórios comunitários, manter a distância de segurança de 1,5 a 2,0 metros de outras pessoas;
- Procurar manter-se informado sobre as medidas definidas pelos protocolos de prevenção contra o novo coronavírus – covid 19 emitidos pela Chesf e pela empresa contratada.



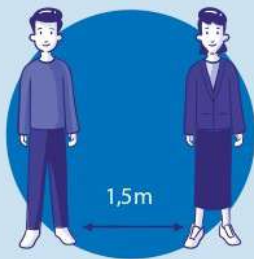


b. Para Empresas:

- A empresa deverá se responsabilizar em aumentar a frequência de asseio e limpeza do ambiente de trabalho e dos meios de transportes de empregados;
- Higienizar internamente os veículos de uso para transportes dos empregados após cada uso e manter preferencialmente os vidros abertos durante os deslocamentos;
- Manter todas as condições de higiene nas residências ou alojamentos dos empregados, procurando limpar o ambiente com solução de água sanitária (pisos e banheiros), álcool comum a 70% (móveis e utensílios) e álcool isopropílico (materiais elétricos ou eletrônicos);
- Informar imediatamente à Chesf a ocorrência de qualquer caso suspeito ou confirmado da covid-19 entre os seus empregados, procedendo a todas as medidas de controle, isolamento e higienização necessárias.







b. Para Empresas:

- **Garantir a limpeza e desinfecção do ambiente de trabalho e dos objetos e superfícies que tenham contato frequente de muitas pessoas como torneiras, maçanetas, interruptores de luz, botões de elevador, entre outros, utilizando solução com água sanitária, álcool comum a 70% ou outro produto de desinfecção. Para os equipamentos como telefones e teclados de computador, utilizar álcool comum a 70% e para equipamentos eletroeletrônicos, usar álcool isopropílico, evitando contato com partes energizáveis dos componentes;**
- **Preferencialmente, abrir portas externas e janelas dos ambientes fechados para aumentar a circulação de ar no local;**
- **Fornecer máscaras de proteção individual para os empregados utilizarem quando estiverem realizando suas funções nas instalações da Empresa. Tais máscaras poderão ser cirúrgicas descartáveis ou de tecido, com no mínimo duas camadas de proteção. A quantidade de máscaras a ser disponibilizada pela empresa para cada trabalhador deverá ser compatível com as suas funções, local de trabalho e frequência de troca sugerida a cada duas horas ou três no máximo. Caso seja fornecida a máscara reutilizável deverá ser disponibilizada pela empresa água sanitária para que se possa fazer a higiene a cada dia, no caso de o empregado não poder retornar à sua residência.**

• A empresa deverá se responsabilizar em aumentar a frequência de asseio e limpeza do ambiente de trabalho. Em caso de confirmação de algum caso de empregado contaminado, a empresa deverá realizar a desinfecção de toda área anteriormente ocupada pelo referido empregado com produtos específicos para este fim.



TRABALHO EM CAMPO

a. Para Empregados

- Lavar as mãos frequentemente com água e sabão nas frentes de trabalho em campo, na forma estabelecida pelos órgãos de saúde. Na impossibilidade do uso de água e sabão, higienizar as mãos com álcool em gel a 70%;
- Higienizar os materiais, ferramentas e equipamentos de trabalho utilizando álcool comum a 70%, solução com água sanitária ou outro produto de desinfecção, evitando nesse caso contato com partes energizáveis do componente. Equipamentos eletroeletrônicos deverão ser higienizados com álcool isopropílico;
- Utilizar máscara de proteção individual nas atividades de campo, que deve ser trocada a cada duas ou três horas, no máximo. As máscaras reutilizáveis deverão ser devidamente higienizadas ao se chegar em casa ou no local de repouso, com o procedimento descrito anteriormente;
- Ao chegar ao local de repouso, retirar sapatos e roupa para lavagem ou isolamento e tomar um banho completo com água e sabão, conforme descrito no item de Trabalho em Escritório ou em Ambientes Fechados.



b. Para Empresas

- **Implantar locais para que os trabalhadores possam higienizar as mãos com água e sabão em todas as frentes de trabalho;**
- **Fornecer material de higienização para as máquinas e equipamentos utilizados pelos trabalhadores, como álcool em gel, álcool isopropílico ou solução de água sanitária;**
- **Fornecer máscaras de proteção individual para os empregados utilizarem quando estiverem realizando suas funções nas instalações da Empresa. A quantidade de máscaras a ser disponibilizada pela empresa para cada trabalhador deverá ser compatível com as suas funções, local de trabalho e frequência de troca sugerida de duas horas ou três no máximo.**
- **Criar um procedimento para os trabalhadores lavarem periodicamente as mãos com água e sabão e trocarem as máscaras de proteção individual. Este procedimento deve ser realizado a cada duas ou, no máximo, três horas;**
- **Proibir a utilização de talheres e/ou copos coletivos nas frentes de serviço e/ou cantinas;**
- **Fazer preferencialmente o transporte dos trabalhadores diretamente para as frentes de serviço sem precisarem passar pelo canteiro;**
- **Dividir as equipes de trabalho em números máximos de 10 trabalhadores, para evitar a contaminação das equipes;**
- **O transporte de trabalhadores deve ser feito com o menor número possível de pessoas dentro do mesmo veículo e mantendo sempre que possível a ventilação natural dentro dos veículos através da abertura das janelas. Quando for necessária a utilização do sistema de ar condicionado, deve-se evitar a recirculação do ar;**
- **Desinfetar regularmente os assentos e demais superfícies do interior do veículo que são mais frequentemente tocadas pelos trabalhadores, tais como, portas, maçanetas, alças de apoio, cintos de segurança, bancos e tapetes (esses últimos, apenas ao final do dia);**



- Os motoristas devem observar a higienização do seu posto de trabalho, inclusive volantes e maçanetas do veículo, além de utilizar álcool gel 70% ou água e sabão para higienizar as mãos;
- Manter atualizada a programação diária das diversas frentes de trabalho, especificando onde cada equipe executará as suas atividades para a fiscalização da Chesf;
- Evitar ao máximo a aglomeração de pessoas, fazendo rodízio nas situações que envolvam um maior quantitativo de trabalhadores, como na hora das refeições, por exemplo;
- Realizar reuniões de trabalho, inclusive de segurança do trabalho e de saúde ocupacional, com o menor número possível de pessoas, nas frentes de obra, repetindo as reuniões com os trabalhadores, se necessário;
- Garantir a higienização dos alojamentos dos trabalhadores, bem como de suas vestimentas com materiais e produtos adequados;
- Preparar um procedimento de emergência, com a previsão de recolhimento, transporte e isolamento do empregado que apresentar quaisquer dos sintomas mencionados anteriormente, bem como da equipe envolvida, caso apresentem sintomas.



**MANTER A DISTÂNCIA DE
SEGURANÇA DE 1,5
A 2,0 METROS DE OUTRAS
PESSOAS EM QUALQUER
CIRCUNSTÂNCIA.**

**PROCURAR NUNCA LEVAR
AS MÃOS AO ROSTO,
ESPECIALMENTE OLHOS,
NARIZ E BOCA SEM TER FEITO
A HIGIENIZAÇÃO CORRETA
DAS MÃOS.**

**A RESPONSABILIDADE DE
CUMPRIMENTO DESSAS
DETERMINAÇÕES É DE CADA
TRABALHADOR E DA EMPRESA.**

**PROCURAR LAVAR SEMPRE
AS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO
E, NA IMPOSSIBILIDADE, FAZER
USO DO ÁLCOOL EM GEL
A 70% PARA
HIGIENIZAÇÃO.**




**EVITE CONTATO FÍSICO
COM PESSOAS QUE TENHAM
QUALQUER SINTOMA, COMO
FEBRE, TOSSE, CORIZA
OU ESPIRROS.**

**SE ESTIVER COM QUALQUER
SINTOMA DESCRITO ACIMA,
FICAR EM CASA, EVITANDO
IR AO TRABALHO.**

**JUNTOS
SOMOS
MAIS FORTES!**

**CASO HAJA
AGRAVAMENTO DOS SINTOMAS,
COMO FEBRE PERMANENTE
OU DIFICULDADE EM RESPIRAR,
PROCURE ATENDIMENTO
MÉDICO.**





AS MEDIDAS DE PREVENÇÃO ESTÃO EM NOSSAS MÃOS.
VAMOS CUMPRIR TODAS AS DETERMINAÇÕES DOS
ÓRGÃOS DE SAÚDE E AUTORIDADES SANITÁRIAS NACIONAL,
ESTADUAL E MUNICIPAL PARA EVITAR A PROLIFERAÇÃO
DO NOVO CORONAVÍRUS, BEM COMO DE OUTROS,
CAUSADORES DE SÍNDROMES COM SINTOMAS
SEMELHANTES, COMO GRIPES E RESFRIADOS.

