



**Doença do coronavírus (COVID-19)**  
**PREVININDO O COVID-19 NO AMBIENTE DE TRABALHO:**  
**CONSELHO PARA EMPREGADORES, FUNCIONÁRIOS E TRABALHADORES DE SERVIÇOS ESSENCIAIS**

Estamos tomando medidas extraordinárias em todo o Canadá para prevenir a propagação do COVID-19. Para alguns ambientes de trabalho, isto significa alterar ou limitar seus horários de operação, ou até mesmo fechar por um período de tempo. Foi solicitado que muitos empregados ficassem em casa e outros trabalhassem de casa, enquanto outros devem continuar a ir trabalhar porque suas funções são essenciais para manter o funcionamento do Canadá durante este surto.

Trabalhadores essenciais são considerados fundamentais para a preservação da vida, saúde e o funcionamento básico da sociedade. Esses trabalhadores incluem, mas não se limitam aos socorristas, trabalhadores da saúde, trabalhadores de infraestrutura essencial, energia e gás natural e trabalhadores que são essenciais para suprir mercadorias básicas tais como alimentos e medicamentos à sociedade.

Enquanto todos os empregados devem continuar a praticar o [distanciamento social](#) e a [higiene](#) nas suas vidas pessoais, precisamos também tomar medidas adicionais para proteger ambientes de trabalho e empregados fundamentais que estão fornecendo serviços essenciais. Empregadores e funcionários deverão trabalhar juntos para proteger a saúde de empregados e clientes, e para manter o fornecimento de seus serviços essenciais no ambiente de trabalho.

**Os empregadores devem usar as [diretrizes](#) para a tomada de decisões baseada no conhecimento dos riscos para ambientes de trabalho/negócios durante a pandemia do COVID-19.**

### Para todos os empregados

Todos os empregados devem garantir que compreenderam e que seguirão as políticas e práticas sobre a prevenção de infecção em vigor nos seus locais de trabalho.

#### **Mantenha suas mãos limpas:**

- [Lave suas mãos](#) frequentemente com água e sabão por no mínimo 20 segundos.
- Caso não houver a disponibilidade de água e sabão, use um gel sanitizante para mãos à base de álcool.
- Evite tocar seus olhos, nariz e boca.
- Tussa e espirre no seu braço flexionado.





- Evite tocar superfícies que as pessoas tocam com frequência.
- Em vez de um aperto de mão, ofereça um aceno amigo ou cumprimento com o cotovelo.
- Use todos os equipamentos de proteção pessoal, conforme direcionado.

#### **Mantenha o seu meio ambiente limpo:**

- Use [produtos](#) apropriados para limpar e desinfetar sua escrivaninha, superfícies de trabalho, telefones, teclados de computadores e eletrônicos, caixas registradoras, teclados numéricos, botões de elevadores e mesas de restaurantes no mínimo duas vezes ao dia, e com mais frequência se estiverem visivelmente sujas.
- Os eletrônicos que não resistem aos líquidos para desinfecção e que são tocados frequentemente tais como telefones, computadores e outros dispositivos poderão ser desinfetados com 70% álcool (ex.: lenços umedecidos à base de álcool).

#### **Mantenha sua distância:**

- Mantenha uma distância de 2 metros entre você, seus colegas de trabalho e clientes.
- Aumente a distância entre escrivaninhas, mesas e estações de trabalho.
- Reduza atividades que requerem grande proximidade física ou contato com pessoas, tais como reuniões de equipe.
- Limite qualquer contato físico que esteja em uma distância menor que 2 metros pelo tempo mínimo possível.

#### **Se você apresentar um sintoma do COVID-19:**

- No caso de você achar que pode ter o COVID-19, use a nossa [ferramenta de autoavaliação](#) para saber o que fazer.
- É fundamental que, se apresentar um sintoma do COVID-19 (febre, tosse ou dificuldade em respirar), mesmo que sejam sintomas leves, você deverá ficar em casa para evitar a propagação da doença para outros.
- Caso você desenvolva até mesmo [sintomas](#) leves enquanto no local de trabalho, separe-se das outras pessoas e vá para casa, evitando o uso do transporte público (ex.: ônibus, trem e táxi) se possível.
- Contate a sua [Autoridade de Saúde Pública](#) e siga suas orientações.
- Se você estiver preocupado sobre sua estabilidade financeira durante este tempo, o Governo do Canadá está oferecendo [assistência](#).



## Para empregadores

Estabeleça políticas para reduzir a propagação do COVID-19 no local de trabalho e garanta que tais políticas sejam comunicadas e compreendidas pelos empregados:

- Use as [diretrizes](#) para a tomada de decisões baseadas no conhecimento dos riscos durante a pandemia do COVID-19.
- Aumente a comunicação com o seu pessoal e com os seus clientes sobre o COVID-19 e sobre as medidas que você está tomando para a prevenção.
- Coloque sinais solicitando que clientes que estiverem doentes mantenham-se distante do local de trabalho.
- Coloque avisos encorajando a boa higiene respiratória, higiene das mãos e outras práticas saudáveis
- Quando viável, ajuste as políticas e procedimentos para reduzir o contato social, tais como providências para teletrabalho, horas flexíveis e escala do horário de início, uso de e-mail e teleconferência.
- Cancele ou adie reuniões ou viagens não essenciais.
- Avalie o local de trabalho para áreas onde as pessoas têm contato frequente umas com as outras e compartilham espaços e objetos, e aumente a frequência da limpeza dessas áreas.
- Considere maneiras para que os empregados possam praticar o distanciamento social, tais como aumentar a distância entre as escrivaninhas, filas de pessoas e estações de trabalho.
- Considere minimizar as interações entre os clientes e seus funcionários, tais como limitar o número de clientes permitidos em seu estabelecimento ou servir os clientes por telefone. Idealmente, uma separação de 2 metros deve ser mantida, a menos que houver uma barreira física (ex.: cubículo, janela de plexiglass).

Forneça os recursos e os produtos de limpeza necessários para manter um local de trabalho limpo e seguro:

- Ofereça instalações para a lavagem das mãos e coloque dispensadores de sanitizantes para as mãos em locais importantes por todo o local de trabalho.
- Garanta que áreas de trabalho de tráfego intenso ou superfícies que são tocadas com frequência sejam desinfetadas duas vezes ao dia.
- Garanta que materiais de limpeza estejam disponíveis para os empregados limpar e desinfetar seus áreas de trabalho.
- Forneça aos empregados todos os equipamentos de proteção pessoal recomendado pelas diretrizes de segurança e saúde ocupacional – e treinamento para garantir que sejam usados corretamente.



Certifique-se que os funcionários saibam o que fazer no caso de apresentarem sintomas:

- Considere políticas de licença médica mais flexíveis que ofereçam suporte aos empregados em auto-isolamento quando doentes. Isto inclui a suspensão da necessidade de atestados médicos para retornar ao trabalho já que reduzem o ônus no sistema de saúde que já se encontra em estresse.
- Se os empregados tiverem que usar o transporte público para vir trabalhar, considere horários flexíveis para evitar que eles viajem em períodos de pico.
- Considere como os funcionários irão retornar para casa sem usar o transporte público caso eles desenvolvam sintomas no trabalho.
- Prepare-se para o aumento da ausência no trabalho em razão de doenças entre os funcionários e suas famílias ou fechamento das escolas.

## Viagens de trabalho

- Viagens não essenciais não devem ocorrer neste momento.
- Considere os riscos e benefícios relacionados a qualquer viagem essencial futura e avalie outras opções, tais como o adiamento, cancelamento ou a participação virtual.
- Verifique as mais recentes informações sobre áreas afetadas e quaisquer [avisos sobre saúde de viagem](#).
- Ao retornar de qualquer viagem fora do Canadá, é necessário que você se auto-isole por 14 dias.
- Ao retornar de viagem dentro do Canadá, monitore-se para sintomas, tais como tosse, febre ou dificuldade em respirar por 14 dias.
- Se você desenvolver [sintomas](#), mesmo que sejam leves, tais como tosse, febre ou dificuldade em respirar, [se auto-isole](#) em casa e contate a sua [Autoridade de Saúde Pública](#) local para instruções adicionais.

## Viagem a trabalho para trabalhadores essenciais

- Trabalhadores de transportes essenciais, tais como motoristas de caminhões, trem ou tripulação de aviões precisam viajar para garantir o movimento de pessoas e mercadorias necessárias para a resposta ao COVID-19 e para o funcionamento contínuo do país.
- Não é requerido que os trabalhadores essenciais se auto-isolem por 14 dias após viagem relacionada ao trabalho, mas é [requerido](#) que se automonitorem atentamente para sintomas e que se auto-isolem caso eles desenvolvam sintomas, mesmo que leves.



Todos nós podemos fazer a nossa parte na prevenção da propagação do COVID-19. Para mais informações, visite [Canada.ca/coronavirus](https://Canada.ca/coronavirus) ou contate 1-833-784-4397  
[Canada.ca/le-coronavirus](https://Canada.ca/le-coronavirus)