Considerações gerais sobre as regras de Biossegurança

PROGRAMA Bem Viver

TJMT

- Edição de Texto:

  Allessandra Craice Medina – Enfermeira

- Revisão:

  Enfermeiras TJMT

Apresentação

O Programa Bem Viver junto com a equipe do Ambulatório Médico expõe as orientações para o Plano de Contingência com estratégias baseado nas recomendações da OMS, Ministério da Saúde e Anvisa.

A responsabilidade pelo cumprimento dessas recomendações é de todos que compõe direta ou indiretamente o Tribunal de Justiça do Estado de Mato Grosso.

Será disponibilizado na intranet do site https://www.tjmt.jus.br/ , todas as orientações sobre a covid-19 e sobre os programas do Programa Bem Viver para apoiar os servidores.

Objetivos

- Definir as ações práticas necessárias para enfrentamento da pandemia dentro do serviço, entre as quais:

- ✓ Vigilância e gestão de magistrados, servidores e colaboradores infectados;
- ✓ Elaboração e implantação de protocolos clínicos e fluxos de trabalho (triagem de pacientes e profissionais suspeitos e infectados, afastamentos e retorno laboral);
- ✓ Capacitação e divulgação dos protocolos;

Recomendações Gerais

- Não vá trabalhar caso esteja apresentando algum sintoma gripal ou de infecção respiratória, (febre, tosse, dor de garganta, dificuldade para respirar), ou se algum coabitante esteja, ou ainda se estiver tido contato com algum colega de trabalho que esteja suspeito ou confirmado de covid-19.

- Dê conhecimento ao chefe imediato e entre em contato com os médicos para orientação, caso venha sentir algum dos sintomas, comunicar o Alerta Covid, por e-mail: alertacovid@tjmt.jus.br ou WhatsApp: 65 99290-1299.

- Usar máscara bem ajustada ao rosto, preferencialmente cirúrgica ou PFF2/N95, em casa ou em público.

- Evite usar adornos pessoais (colares, pulseiras, anéis, relógios, brincos, mais de uma bolsa ou mochila entre outros).

Recomendações Gerais

- Se possível, tenha consigo álcool 70% em gel de forma individualizada, lenços de papel (para o caso de necessitar espirrar ou tossir ou para tocar em objetos de uso comum, como maçanetas) e saquinhos de lixo (para depositar esses lenços dentro, antes de jogar na lixeira), máscaras reservas e saquinho que sirva de guarda em caso de troca da máscara.

- Manter cabelos presos, o que favorecerá no retorno ao ambiente familiar.

- Prefira sapatos fechados para trabalhar.

Recomendações Gerais

- Mantenha uma distância segura de outras pessoas (pelo menos 1 metro), evitando contato (aperto de mão e abraços).
- O uso dos elevadores deve ser individual ou com máximo de 03 pessoas.
- Evite encostar-se nas paredes da cabine. Sempre que possível, utilize lenço de papel para chamar o elevador e acionar os botões, realizando higiene das mãos logo em seguida.
- Dê preferência ao uso de escadas.

Recomendações Gerais

- Lave frequentemente as mãos. Utilize água e sabão, ou uma solução à base de álcool.
- Vacine-se quando chegar a sua vez. Siga as orientações locais relativas à vacinação.
- Cubra o nariz e a boca com o cotovelo fletido ou um lenço quando tossir ou espirrar.

Portaria/Recepção

- A entrada dos magistrados, servidores e colaboradores às unidades judiciais e administrativas do Poder Judiciário de Mato Grosso será condicionada ao uso de máscaras, à higienização das mãos com álcool em gel 70% e à aferição de temperatura corporal adequada, bem como ao uso de crachás, no caso de servidores e colaboradores.

- A temperatura corporal deverá ser verificada, pessoas com a temperatura igual ou superior a 37,5 ºC, o acesso deverá ser impedido e deverão ser informados os protocolos de saúde.

- Disponibilizar álcool em gel para higienização das mãos.

No Ambiente de Trabalho

- As mesas de trabalho, quando possível, devem manter a distância de 1,5 entre si. Sendo uma pessoa a cada 5 m² para os locais ventilados e os locais confinados 1 pessoa para cada 7 m².

- Retire todos os objetos desnecessários de cima das mesas e balcões (material de escritório, objetos que não serão utilizados de imediato dentre outros). Mantenha-os em gavetas ou armários para evitar possível contaminação cruzada.

- Realize limpeza regular das superfícies com álcool a 70% onde exerce suas atividades.

No Ambiente de Trabalho

- Evite compartilhar objetos e material de escritório (canetas, grampeadores, pranchetas, etc.), bem como talheres, copos e pratos ao utilizar a copa.

- Usar a ventilação natural nos locais de trabalho, abrindo janelas e portas para melhor circulação do ar, quando possível. Em caso de uso de sistema de climatização de ar, garantir a não reutilização do ar, programando-se a sua renovação constante. Nos locais sem renovação de ar, especialmente com aparelhos do tipo split, além da limpeza periódicas dos filtros, é aconselhável manter portas e janelas abertas.

No Ambiente de Trabalho

- Para os motoristas sempre higienizar volantes e maçanetas. E, priorizar a ventilação natural. Caso utilize o ar condicionado não utilizar a recirculação de ar.

- A higienização do teclado, mouse, telefone e outros equipamentos eletrônicos deve ser feito com álcool isopropólico ou outro indicado pela Ditec, lenço ou papel toalha. Os periféricos devem estar desconectados. Higienizar no início e no final, ou sempre que precisar ausentar-se do posto de trabalho temporariamente

- Os chamados de assistência em TI devem ser atendidos prioritariamente via remoto.O servidor deve higienizar o equipamento para o profissional de TI prestar assistência. O profissional de TI após ter prestado o serviço deverá higienizar o equipamento.

No Ambiente de Trabalho

- Para qualquer atendimento presencial de qualquer equipe de qualquer setor manter a distância de 1,5 de outras pessoas, sempre considerando 1 pessoa a cada 5m² em espaço com ventilação ambiente e 7m² em locais confinados. Utilizando máscara e protetor facial e realizar a higienização das mãos com álcool em gel e/ou água e sabão. Os atendimentos devem ser agendados previamente com dia e hora para evitar aglomerações. Os locais de atendimento devem ser higienizados entre um atendimento e outro. Restrigindo acompanhantes no atendimento, salvo se for imprescindível a presença.

- O deslocamento de documento físico poderá ser feito nos casos estritamente necessários. Nos casos de locomoção/deslocamento e manuseio de documentos e processos físicos, acondicioná-los em embalagens plásticas para facilitar a limpeza com álcool 70% na superfície. Para manipulação, recomenda-se, o uso além da máscara, protetor facial e luvas(optativo), reservar um local específico(mesa/ balcão), devidamente higienizado com álcool 70% para armazenamento e manuseio dos processos.

No Ambiente de Trabalho

- Manter a higiene do balcão com álcool e papel toalha, antes e após o atendimento. E orientar o público aguardar pelo atendimento em local afastado do balcão.

- No caso das sessões presenciais da Câmara e do Plenário deverá ser restrito as pessoas envolvidas no processo, priorizando o atendimento a idosos e pessoas com deficiência, nesses casos podendo entrar acompanhantes.Todos os participantes da sessão devem estar com máscaras. E não deve ser realizada sessão com as pessoas que apresentarem sintomas respiratórios.

- Os Oficiais de Justiça devem utilizar máscara e protetor facial durante a diligência e no trajeto.Manter a distância mínima de preferência de outras pessoas de 1,5m. Devendo considerar 1 pessoa a cada 5m² em ambientes com ventilação e 7m² em locais confinados. Evite passar as mãos na boca, olhos, nariz e no rosto. E higienize os objetos pessoais como celulares, canetas e protetor facial.

No Ambiente de Trabalho

- Para o setor de saúde as consultas deverão ser agendadas com hora marcada e sem fila de espera, salvo situações de urgência e emergência. Deverão ser agendadas pelo número 3617-3106.

- Os atendimentos nas áreas de medicina e psicologia poderão ser prestados com a utilização dos meios tecnológicos de comunicação(chamada de vídeo pelo whatsapp).

- Os atestados médicos e receitas eletrônicas, conforme regulamentação do Conselho Federal de Medicina, poderão ser emitidos virtualmente.

No Ambiente de Trabalho

- A distância mínima de 2 metros no setor de saúde(Ambulatório e Secretaria do Programa Bem Viver) na sala de espera e não deve ter objetos que possam ser compartilhados, como livros e revistas.

- O local de trabalho para o caso confirmado para o Covid-19 deverá ser interditado para sanitização.

No Ambiente de Trabalho

- Ao manusear objetos de uso comum como maçanetas, interruptores de energia, botões da impressora, se possível, utilize lenço de papel ou papel toalha e higienize as mãos em seguida.
- Antes de sentar em sua estação de trabalho, realize a lavagem das mãos com água e sabão.
- Evite tocar o rosto, mais especificamente as mucosas da boca, nariz e olhos.
- Cubra boca ou nariz quando tossir ou espirrar colocando o cotovelo ou usando lenços de papel descartáveis.
- Higienize as mãos após tossir ou espirrar.

Orientações sobre o uso correto de máscaras

Orientações sobre o uso correto de máscaras

- Evite tocar o rosto, mais especificamente as mucosas da boca, nariz e olhos.
- Cobrir boca ou nariz quando tossir ou espirrar colocando o coto velo ou usando lenços de papel descartáveis. Higienize de imediato as mãos após tossir ou espirrar.
- Remova a máscara pegando pelo laço ou nó da parte traseira, evitando de tocar na parte da frente, e lave as mãos em seguida.
- Lembre-se que utilizará mais de uma máscara durante a jornada laboral, pois as mesmas de vem ser renovadas a cada 3 horas ou sempre que se apresentar úmida. O uso da máscara é individual, ela não pode ser compartilhada.

Orientações sobre o uso correto de máscaras

- Retire a máscara segurando-a pelas alças. Dobre-a com a parte externa para dentro e coloque-a em um saco plástico fechado até o momento da higienização.
- Repita o procedimento de higienização das mãos após a retirada da máscara.
- A máscara cirúrgica de ve ser imediatamente descartada após o uso. NUNCA se deve tentar realizar a limpeza da máscara cirúrgica já utilizada, com nenhum tipo de produto.
- Nunca compartilhe sua máscara, ainda que ela tenha sido lavada.
- As máscaras caseiras de tecido devem ser lavadas após o uso conforme orientação do Ministério da Saúde: imersão da máscara em recipiente com água potável e água sanitária (2,0 a 2,5%) por 30 minutos. A proporção de diluição a ser utilizada é de 1 parte de água sanitária para 50 partes de água (Por exemplo: 10 ml de água sanitária para 500ml de água potável). Após o tempo de imersão, realizar o enxágue em água corrente e lavar com água e sabão. Após lavar a máscara, a pessoa deve higienizar as mãos com água e sabão. A máscara deve estar seca para sua reutilização. Após secagem da máscara utilize o com ferro.

Orientações sobre limpeza de máscara de tecidos

- Ao contrário das máscaras descartáveis, as de tecido podem ser lavadas e reutilizadas. É recomendando que a máscara artesanal seja corretamente descartada depois de, no máximo, 30 (trinta) lavagens.
- A máscara deve ser lavada separadamente de outras roupas.
- Lave-a com água corrente e sabão ou deixe-a de molho em solução de água sanitária (duas colheres de sopa de água sanitária diluídas em um litro de água) ou outro desinfetante equivalente por 30 minutos antes de lavá-la com bastante água corrente para remover qualquer resíduo de desinfetante.
- Evite torcer a máscara com muita força.
- Antes de usá-la novamente, passe-a com ferro quente. Guarde-a em recipiente fechado até a hora de reutilizá-la
- Cheque sempre se a máscara não está danificada (ruptura, desgaste, deformidade etc). Se isso ocorrer troque-a imediatamente.

Orientações

Orientações

COMO HIGIENIZAR AS MÃOS COM ÁLCOOL GEL

Aplique uma quantidade suficiente, em uma mão em formato de concha, para cobrir toda superfície da mão.

Friccione as palmas das mãos entre si.

Friccione a palma direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.

Friccione as palmas das mãos entre si com os dedos entrelaçados.

Friccione o dorso dos dedos de uma mão com a palma oposta, segurando os dedos com movimento de vai-e-vem, vice-versa.

Friccione o polegar esquerdo com o auxílio da palma da mão direita, com movimentos circulares, e vice-versa.

Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa.

Quando estiverem secas, suas mãos estaram seguras.

Classificação da doença

Doença leve

Presença de sintomas não específicos, como tosse, dor de garganta ou coriza, seguido ou não de anosmia, ageusia, diarreia, dor abdominal, febre, calafrios, mialgia, fadiga ou cefaleia.

Doença grave

Considera-se a síndrome respiratória aguda grave (síndrome gripal que apresente dispneia/desconforto respiratório ou pressão persistente no tórax ou saturação de O2 menor que 95% em ar ambiente ou coloração azulada de lábios ou rosto).

Doença moderada

Os sintomas mais frequentes podem incluir desde sinais leves da doença, como tosse persistente e febre persistente diária, até sinais de piora progressiva de outro sintoma relacionado à covid-19 (adinamia, prostração, hiporexia, diarreia), além da presença de pneumonia sem sinais ou sintomas de gravidade

Doença crítica

As principais manifestações são sepse, choque séptico, síndrome do desconforto respiratório agudo, insuficiência respiratória grave, disfunção de múltiplos órgãos, pneumonia grave, necessidade de suporte respiratório e internações em unidades de terapia intensiva.

Protocolo clínico para suspeita de Covid-19

- Orientar o servidor ou o colaborador a não comparecer ao Tribunal de Justiça.
- Dar conhecimento ao chefe imediato, por telefone ou *e-mail,* entrar em contato com os médicos para orientação, caso venha sentir algum dos sintomas e comunicar o Alerta Covid, por e-mail: alertacovid@tjmt.jus.br ou WhatsApp: 65 99290-1299.
- Orientar o servidor ou o colaborador que, nos casos de sintomas respiratórios mais graves, deve procurar uma unidade de saúde próxima à sua residência.
- Agendar teste de covid-19, conforme solicitado pelo médico, para descarte da doença.

Protocolo clínico para casos positivos de Covid-19

- Deverá ser afastado das suas atividades até receber autorização médica/enfermagem para retornar à rotina normal;
- Dar conhecimento ao chefe imediato, por telefone ou *e-mail,* entrar em contato com os médicos para orientação, caso venha sentir algum dos sintomas e comunicar o Alerta Covid, por e-mail: alertacovid@tjmt.jus.br ou WhatsApp: 65 99290-1299.

Suspensão de medidas de precauções adicionais e isolamento

- Os dados disponíveis indicam que pessoas com Covid-19 leve a moderada podem transmitir o vírus não mais que 10 dias após o início dos sintomas. Pessoas com doença mais grave a crítica ou pessoas imunocomprometidas, provavelmente podem transmitir o vírus não mais que 20 dias após o início dos sintomas;

- As pessoas recuperadas podem continuar apresentando o RNA detectável de SARSCoV-2 nas amostras respiratórias superiores por até 12 semanas após o início dos sintomas, embora em concentrações consideravelmente mais baixas que durante a doença, em faixas nas quais o vírus competente para replicação não foi recuperado com segurança e que a possibilidade de infecção é improvável.

- Além disso, estudos não encontraram evidências de que pessoas clinicamente recuperadas, com persistência de RNA viral, tenham transmitido SARS-CoV-2 para outras pessoas.

Recomendações do uso de equipamento de proteção individual (EPI)

- Manter os EPI’s sempre limpos e higienizados.
- Substituir as máscaras cirúrgicas, a cada quatro horas de uso, ou de tecido, a cada três horas de uso, ou quando estiverem sujas ou úmidas.
- Não compartilhar os EPI e outros equipamentos de proteção durante as atividades.
- Confeccionar e higienizar as máscaras de tecido de acordo com as recomendações do Ministério da Saúde.