



► Prevenção e Mitigação da COVID-19 no Trabalho

LISTA DE VERIFICAÇÃO DAS AÇÕES DE MELHORIA

Data: 28/04/2020

Esta lista de verificação é uma ferramenta de gestão para implementar ações práticas com vista a mitigar a propagação da pandemia COVID-19 no local de trabalho. A aplicação bem sucedida do instrumento está dependente da cooperação entre entidades empregadoras, de supervisão e trabalhadores/as para realizar mudanças positivas nos locais de trabalho e melhorar o planeamento e a resposta à COVID-19. As entidades empregadoras devem envolver no processo, as comissões de segurança e saúde no local de trabalho, sempre que existam, ou outros representantes dos trabalhadores para a SST.

Como utilizar esta lista de verificação:

► 1. Nomear uma equipa que inclua a direção de topo, supervisores/as, representantes dos/as trabalhadores/as e responsáveis de segurança e saúde no trabalho;

► 2. Informar e proporcionar formação à equipa responsável pela aplicação da lista de verificação sobre as etapas de implementação da mesma;

► 3. Completar a lista de verificação e registar os resultados da verificação;

► 4. Planear, em equipa, que medidas devem ser tomadas, por quem e quando. Procurar a melhor forma de aplicar as medidas identificadas, e se necessário, pedir aconselhamento a responsáveis da área ou a trabalhadores/as.

- Se a medida já tiver sido aplicada ou não for necessária, assinale **Não** em "**Propõe ação**".
- Se achar que a medida é válida para a situação específica, assinale **Sim**.
- Utilize o espaço reservado a observações para adicionar comentários, descrever cada situação ou inserir sugestões.

► 5. Proceder à revisão dos itens em que assinalou Sim. Escolha aqueles que considera mais importantes e identifique como **Prioridade**¹.

► 6. Imediatamente após a conclusão da **lista de verificação, organizar uma discussão em grupo** com a equipa para preparar sugestões à Gestão (a experiência demonstra que este passo é essencial para promover uma mudança positiva).

► 7. Apresentar os resultados da discussão do grupo à Gestão para planear a implementação contínua das melhorias².

A equipa não deve hesitar em pedir esclarecimentos às autoridades de segurança e saúde no trabalho, Inspeção do Trabalho, organizações nacionais de segurança ou associações profissionais nacionais de SST e organizações de empregadores e trabalhadores.

Esta não é uma lista exaustiva de todas as medidas necessárias. A equipa deve adicionar à lista de verificação quaisquer itens adicionais que considere adequados para melhorar a resposta à COVID-19 nos locais de trabalho. Ao estabelecer o seu plano de prevenção e controlo da pandemia COVID-19, a entidade empregadora deve cumprir as suas obrigações de acordo com a legislação nacional em vigor.

¹As prioridades devem ser decididas de acordo com a maior ou menor probabilidade de incidência de uma determinada situação que afete a saúde dos/as trabalhadores/as, a sua gravidade e urgência.

²Anexo I

1 Desenvolver e publicar uma declaração de compromisso e das responsabilidades da gestão com o objetivo de reduzir o risco de exposição ao vírus e a transmissão da COVID-19 no local de trabalho, em consulta com representantes dos/as trabalhadores/as.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

2 Desenvolver um plano de preparação e resposta para a prevenção da COVID-19 no local de trabalho, tendo em conta todas as áreas, postos de trabalho e tarefas desempenhadas pelos/as trabalhadores/as e potenciais fontes de exposição.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

A De acordo com as Diretrizes da OIT de 2001 sobre sistemas de segurança e saúde no trabalho (§3.10.3.), as medidas de prevenção, preparação e resposta de emergência devem ser tomadas de acordo com a dimensão e natureza da atividade da organização. Devem ser estabelecidas em cooperação com os serviços de emergência externos e outros organismos, se for caso disso, e: assegurar a informação necessária, a comunicação interna e a coordenação para proteger todas as pessoas em caso de emergência no local de trabalho; Fornecer informações e comunicar com as autoridades competentes e os serviços envolventes e de resposta de emergência; Integrar os primeiros socorros e assistência médica, o combate a incêndios e a evacuação de todas as pessoas no local de trabalho; e fornecer informações pertinentes e formação a todos os elementos da organização, em todos os níveis, incluindo sobre exercícios regulares de avaliação de procedimentos de prevenção, planeamento e resposta de emergência.

3 Consulta regular aos serviços de saúde no trabalho, autoridade local de saúde pública ou a outras entidades parceiras, que possam ter desenvolvido materiais informativos para promover e prevenir o risco de exposição ao vírus e outros pareceres técnicos.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

4 Estabelecer um sistema para fornecer informações fiáveis e atualizadas a trabalhadores/as sobre a situação emergente da COVID-19, com referência às informações divulgadas pelas autoridades de saúde nacionais ou locais.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

5 Estabelecer um sistema para fornecer informações fiáveis e atualizadas a trabalhadores/as.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

6 Integrar a segurança e a saúde no trabalho no seu plano de contingência e de continuidade empresarial e considerar outros requisitos relacionados com o trabalho, incluindo quando as operações devem ser efetuadas com menos pessoal.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

7 Promover o teletrabalho para profissionais não críticos/as para minimizar a propagação da COVID-19 no local de trabalho.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

8 Se o teletrabalho não for viável, introduzir turnos para evitar grandes concentrações de trabalhadores/as nas instalações.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Remarks:

9 Desenvolver um plano de procedimentos a adotar perante a identificação de um caso confirmado ou suspeito de COVID-19 no local de trabalho que inclua, entre outros elementos, relatórios, medidas de monitorização e desinfeção em conformidade com as orientações nacionais.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

10 De acordo com as normas nacionais, alargar o acesso a licenças remuneradas por doença, prestações de doença e licença parental/ de cuidados familiares e informar todos/as os/as trabalhadores/as.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

11 Estabelecer um mecanismo de monitorização e avaliação das estratégias e planos de prevenção da COVID-19.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

► II. AVALIAÇÃO DOS RISCOS, GESTÃO E COMUNICAÇÃO

12 Avaliar o risco de potenciais interações entre trabalhadores/as, prestadores de serviços, clientes e visitantes no local de trabalho e contaminação do ambiente de trabalho, e implementar medidas (ver secção III).

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

13 Formação de gestores/as, trabalhadores/as e seus/suas representantes sobre as medidas adotadas para prevenir o risco de exposição ao vírus e de como agir em presença da infeção COVID-19. Para os/as trabalhadores/as expostos/as a elevado risco, a formação deve incluir a utilização correta, manutenção e eliminação e equipamento de proteção individual (EPI).

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

14 Informar os/as trabalhadores/as do direito de ser retirado/a de uma situação que represente um perigo iminente e grave para a vida ou para a saúde, de acordo com a legislação nacional e que foram elaborados procedimentos de reporte imediato da situação à supervisão e à direção.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

15 Prestar assistência a profissionais de entregas, motoristas e outros/as profissionais de transportes para minimizar o contacto direto com clientes e garantir práticas de higiene pessoal, como lavagem manual e utilização de desinfetante de mãos. Considerar fornecer equipamentos de proteção individual, caso exista contacto direto com clientes.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

16 As viagens devem ser evitadas se não forem em essenciais. Avaliar o risco de infecção da COVID-19 no planeamento das viagens em trabalho (para todas as fases de viagens e tarefas de trabalho)³.
Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

17 Manter uma comunicação regular com trabalhadores/as e seus/suas representantes, incluindo através da internet, ou quando não possível, por telefone.
Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

18 Auxiliar trabalhadores/as a gerir quaisquer riscos psicossociais de emergentes, novas formas de trabalhar e na promoção e manutenção de estilos de vida saudáveis, incluindo dieta, repouso e sono, exercício e contactos sociais com pessoas amigas e familiares.
Propõe Ação?

NÃO AIM PRIORIDADE

Observações:

► III. MEDIDAS DE PREVENÇÃO E MITIGAÇÃO

19 Organizar o trabalho de forma a permitir o distanciamento físico de pelo menos 2 metros de outras pessoas ou de outras distâncias, conforme prescrito pela autoridade competente
Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

20 Evitar reuniões presenciais, dando preferência a chamadas telefónicas, e-mails ou reuniões virtuais. Se for necessário realizar reuniões, proceder à organização do espaço para permitir o distanciamento físico aconselhado.
Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

21 Dotar o pessoal, clientes e visitantes instalações amplas e facilmente acessíveis para lavagem das mãos com água e sabão, e aplicação de desinfetantes e, além disso, promover hábitos de higienização das mãos.
Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

22 Colocar dispensadores de desinfetante de mãos em diversos locais espalhados pelas instalações de trabalho e assegurar o seu abastecimento regular.
Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

23 Promover hábitos de limpeza regular de mesas e postos de trabalho, maçanetas de portas, telefones, teclados e objetos de trabalho com produtos desinfetantes bem como áreas comuns, incluindo salas de convívio/refeição. As superfícies frequentemente tocadas devem ser limpas com mais frequência. Dependendo das atividades, considerar contratar serviços de limpeza e desinfecção.
Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

³Para mais informações: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/travel-advice>

24 Melhorar a ventilação, exaustão e renovação de ar das salas e operações com elevado risco de exposição ao vírus.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

25 Promover e informar sobre uma boa higiene respiratória no local de trabalho, como tapar a boca e o nariz com o cotovelo ou tecido dobrados quando se tosse ou se espirra.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

26 Assegurar o distanciamento social no local de trabalho e ficar fora "de grandes concentrações" ⁴ tanto quanto possível.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

27 Fornecer máscaras faciais adequadas e disponibilizar toalhetes descartáveis de papel disponíveis nos locais de trabalho, para utilização por aqueles que apresentem sintomas, como corrimento nasal, ou tosse com expetoração, juntamente com recipientes fechados para a sua eliminação higiénica.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

► IV. PROCEDIMENTOS A ADOTAR PARA CASOS SUSPEITOS E CONFIRMADOS DE COVID-19

28 De acordo com as orientações das autoridades locais, encorajar os/as trabalhadores/as com sintomas suspeitos de COVID-19 a não se deslocarem para o local de trabalho e a seguirem as orientações das autoridades locais competentes.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

29 Aconselhar os/as trabalhadores/as a contactarem para o/a seu/a médico/a ou para o departamento de saúde pública local sempre que apresentarem uma condição de saúde grave, incluindo dificuldade em respirar, dando-lhes detalhes sobre as suas deslocações/viagens e sintomas recentes

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

30 Providenciar o isolamento de qualquer pessoa que desenvolva sintomas de COVID-19 no local de trabalho, enquanto aguarda transferência para uma unidade de saúde adequada. Providenciar a desinfecção do local de trabalho e a vigilância da saúde de pessoas em contacto de proximidade.

Propõe Ação?

NÃO SIM PRIORIDADE

Observações:

⁴ Lugares onde as pessoas se encontram e se reúnem, como refeitórios.

ANEXO I

PLANO DE AÇÃO E FORMULÁRIO DE ACOMPANHAMENTO

1. Planeamento das Ações

Departamento/Secção/Operação:

Data: _____

Grupo: _____

Área técnica:

☐ Política, planeamento e organização

☐ Avaliação de riscos, gestão e comunicação

☐ Higiene e limpeza do local de trabalho

☐ Higiene respiratória no local de trabalho

☐ Viagens de carácter profissional

☐ Procedimentos a adotar para casos suspeitos e confirmados de

COVID-19

☐ Outra _____

Descrição da melhoria esperada

Localização

Data aproximada de conclusão

- Devem ser utilizadas folhas separadas para as melhorias identificadas para diferentes áreas técnicas.

2. Acompanhamento das ações: (Informação sobre as melhorias efetuadas)

Data: _____

Grupo: _____

Departamento/Secção/Operação:

Designação da ação melhoria efetuada/em curso:

Área técnica:

☐ Política, planeamento e organização

☐ Avaliação de riscos, gestão e comunicação

☐ Higiene e limpeza do local de trabalho

☐ Higiene respiratória no local de trabalho

☐ Viagens de carácter profissional

☐ Procedimentos a adotar para casos suspeitos e confirmados de COVID-19

☐ Outra _____

Data de implementação da melhoria:

Nome da(s) pessoa(s) responsável:

Tempo necessário para concluir a implementação da melhoria:

Competências e técnicas necessárias para a implementação da mesma:

Possibilidades de melhoria:

Pontos fortes efetuar a melhoria:

Apoio necessário para a implementação da melhoria (incluindo da(s) autoridade(s) de SST):