

# GUIA PRÁTICO COVID-19 NO AMBIENTE DE TRABALHO

NOVA ATUALIZAÇÃO: JANEIRO/2022

COORDENADORIA DE SERVIÇOS PSICOSSOCIAIS E DE SAÚDE  
SECRETARIA DE GESTÃO DE PESSOAS



# Apresentação

A Coordenadoria de Serviços Psicossociais e de Saúde (CSPS) comprometida com a saúde e a segurança dos magistrados, servidores, estagiários e demais colaboradores, apresenta a **NOVA VERSÃO DESTE GUIA**, cujo objetivo é reforçar as medidas de prevenção da disseminação do vírus da COVID-19 no ambiente de trabalho.

Em decorrência da manutenção da transmissão da COVID-19, sobretudo, reforçada pelo surgimento de novas variantes de valor epidemiológico, além da circulação de outros vírus respiratórios, evidencia-se a necessidade de reforçar as medidas de biossegurança nos ambientes de trabalho, bem como divulgar as novas recomendações quanto aos prazos de afastamentos para os casos suspeitos, positivos e contatos de caso confirmados da COVID-19.

Assim, com base no Ato Normativo 088/2020 e em recentes publicações do Ministério da Saúde e da Portaria Estadual da Secretaria de Saúde N. 013-R, apresentamos as novas recomendações propostas pelos órgãos competentes quanto aos prazos de afastamento da COVID-19.

O conhecimento sobre a COVID-19 está em constante evolução e, nesse sentido, este guia será atualizado sempre que se fizer necessário, de acordo com novas publicações sobre o assunto.

# ASPECTOS GERAIS DA COVID-19

A COVID-19 é uma doença infecciosa, potencialmente grave, causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, de elevada transmissibilidade e de distribuição global .

De acordo com as evidências mais recentes, o SARS-CoV-2, da mesma forma que outros vírus respiratórios, é transmitido principalmente por gotículas, por aerossóis e por contato com pessoas contaminadas/objetos (BRASIL, 2022).

A COVID-19 tem como principais sintomas febre, cansaço e tosse seca. Outros sintomas menos comuns e que podem afetar alguns pacientes são: perda de paladar ou olfato, congestão nasal, conjuntivite, dor de garganta, dor de cabeça, dores nos músculos ou juntas, diferentes tipos de erupção cutânea, náusea ou vômito, diarreia, calafrios ou tonturas.

Em 26 de novembro de 2021, a OMS designou a variante da COVID-19 B.1.1.529 como uma variante de preocupação denominada Ômicron. Essa variante apresenta um grande número de mutações, algumas das quais preocupantes. As outras variantes de preocupação ainda estão em circulação e são: Alfa, Beta, Gama e Delta (OPAS, 2022).



# ASPECTOS GERAIS DA COVID-19

Em 26 de novembro de 2021, a OMS designou a variante da COVID-19 B.1.1.529 como uma variante de preocupação denominada Ômicron. Essa variante apresenta um grande número de mutações, algumas das quais preocupantes. As outras variantes de preocupação ainda estão em circulação e são: Alfa, Beta, Gama e Delta (OPAS, 2022).

Nesse cenário, quanto mais o vírus da COVID-19 circular, através da movimentação das pessoas, mais oportunidades terá de sofrer mutações.

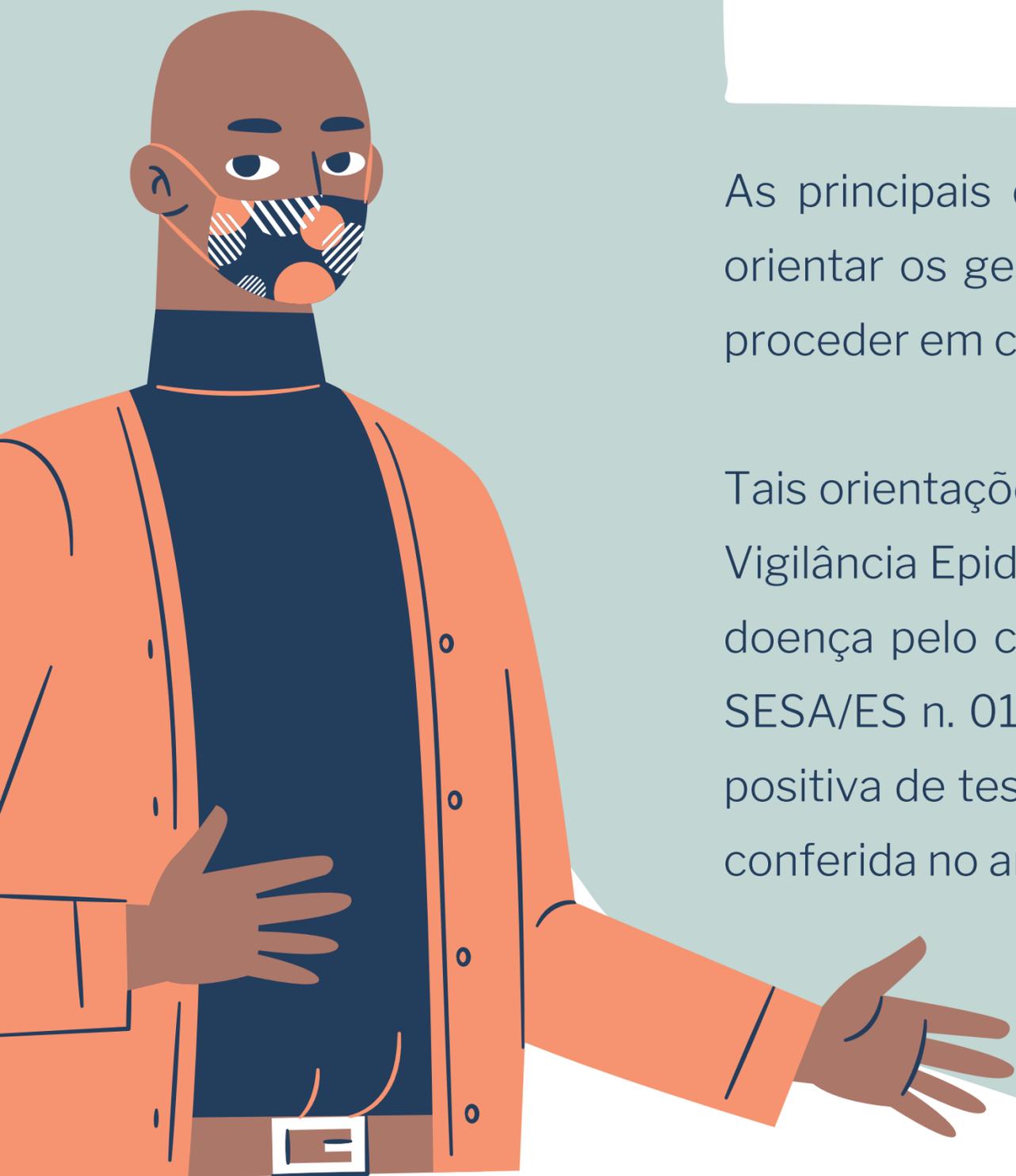
Portanto, a coisa mais importante que as pessoas podem fazer é reduzir o risco de exposição ao vírus e se vacinar contra a COVID-19 (com todas as doses necessárias, segundo o esquema de vacinação), continuar a usar máscaras, manter a higiene das mãos, deixar os ambientes bem ventilados sempre que possível, evitar aglomerações e reduzir ao máximo o contato próximo com muitas pessoas, principalmente em espaços fechados (OPAS, 2022).



# ORIENTAÇÕES SOBRE A COVID-19 NO AMBIENTE DE TRABALHO

As principais orientações podem ser conferidas no quadro abaixo, cujo objetivo é orientar os gestores das unidades, bem como os servidores e estagiários, em como proceder em caso de confirmação da COVID-19 no ambiente laboral.

Tais orientações foram adaptadas ao contexto de trabalho do PJES a partir do Guia de Vigilância Epidemiológica: emergência em Saúde Pública de importância Nacional pela doença pelo coronavírus 2019, publicado no dia 12 de janeiro de 2022 e da Portaria SESA/ES n. 013-R, que dispõe sobre as normas sanitárias decorrentes de notificação positiva de teste para COVID-19, publicada no dia 21 de janeiro de 2022, que pode ser conferida no anexo 1 deste guia.



# QUEM DEVE SER AFASTADO DO TRABALHO?

## Caso confirmado COVID-19

Isolamento por 7 (sete) dias para aquele que não apresente qualquer sintoma, antes e após o teste, contados a partir do dia que apresentou resultado positivo.

Isolamento por 7 (sete) dias para aquele que apresente sintomas, mas esteja sem sintomas no dia anterior ao sétimo dia de isolamento, contados a partir do primeiro dia de sintomas.

Isolamento por 10 (dez) dias para aquele que persista com sintomas no sétimo dia de isolamento, devendo ser reavaliado por serviço de saúde.

## Caso suspeito COVID-19

Para aquele com quadro de síndrome gripal - leve e moderado - para os quais não foi possível a confirmação da COVID-19, as medidas de isolamento e precaução podem ser suspensas desde que permaneça afebril, sem uso de medicamento antitérmico, há pelo menos 24 horas e não apresentar sintomas respiratórios.

## Contato com caso positivo

O período indicado é de 14 (quatorze) dias, contudo, a quarentena poderá ser de 7 dias se o contactante for testado a partir do quinto dia do último contato e tiver resultado negativo e não apresentar sintomas no período.

\*Caso Confirmado da Covid-19: orientações com base na Portaria SESA/ES n. 013-R/2022.

\*\*Caso Suspeito e contato de caso positivo: orientações com base no Guia de Vigilância Epidemiológica, 2022.

# CONFIRA NOSSO QUIZ: AMBIENTE DE TRABALHO X COVID-19



## 1) Quais medidas tomar se apresento sintomas da COVID-19?

Caso apresente sintomas gripais, tais como febre, tosse, dificuldade para respirar ou algum outro sintoma sugestivo de infecção pelo novo coronavírus e em caso de contato direto com pessoa com diagnóstico da COVID-19, comunique ao gestor de sua unidade, pois será indispensável fazer a quarentena.

A CSPS criou um canal de comunicação para o monitoramento dos casos da COVID-19 no ambiente de trabalho, para que os gestores informem os casos suspeitos, positivos e os contatos de caso positivo. O formulário está disponível neste link: [CLIQUE AQUI](#)



## 2) Preciso de atestado médico para me afastar do trabalho em caso de confirmação de COVID-19?

De acordo com a portaria N. 013-R o resultado de teste positivo para a COVID-19, terá plena validade para justificar, nos casos de confirmação do contágio, o não comparecimento em atividades laborais, devendo iniciar o isolamento independente de atestado médico.

Caso tenha apenas o resultado do teste positivo e não tenha passado por avaliação médica, recomendamos fazer o isolamento por 7 (sete) dias e seguir as orientações conforme o quadro de sintomas.

Caso os sintomas persistam no sétimo dia, será necessário passar por avaliação médica e manter isolamento por 10 (dez) dias.

# CONFIRA NOSSO QUIZ: AMBIENTE DE TRABALHO X COVID-19

## 3) Posso fazer trabalho remoto durante o isolamento social mesmo sendo caso confirmado de COVID-19?

Se for possível manter o trabalho remoto, o gestor da unidade poderá analisar essa possibilidade. Nesse caso, o servidor deve ser responsável por monitorar o quadro de saúde e caso evolua com sintomas que requeiram cuidados adicionais, deve suspender o trabalho remoto e procurar ajuda médica.

Quando houver indicação médica em que o quadro de sintomas impossibilite o trabalho remoto, tratando-se de magistrado, o afastamento deve ser comunicado à Presidência e se tratando de servidor, comunicado à Coordenadoria de Serviços Psicossociais e de Saúde, por meio da abertura de um processo restrito no Sistema Eletrônico de Informações -SEI, seguindo os trâmites já estabelecidos para as licenças médicas regulares.



# CONFIRA NOSSO QUIZ: AMBIENTE DE TRABALHO X COVID-19

## 4) Tive contato próximo com caso positivo, o que fazer?

Dividir o mesmo ambiente de trabalho, desde que respeitadas as regras de biossegurança como distanciamento, uso de máscara, não compartilhamento de objetos, dentre outras, reduzem potencialmente o risco de transmissão.

Segundo o guia epidemiológico, contato próximo é a pessoa que:

- Esteve a menos de um metro de distância, por um período mínimo de 15 minutos, com um caso confirmado sem ambos utilizarem máscara facial ou utilizarem de forma incorreta.
- Teve um contato físico direto (p. ex.: apertando as mãos) com um caso confirmado;
- É profissional de saúde que prestou assistência em saúde ao caso de covid-19 sem utilizar equipamentos de proteção individual (EPI), conforme preconizado, ou com EPI danificados;
- Seja contato domiciliar ou residente na mesma casa/ambiente (dormitórios, creche, alojamento, dentre outros) de um caso confirmado;

\*Para efeito de avaliação de contato próximo, devem ser considerados também os ambientes laborais ou eventos sociais.

Os contactantes que residem com caso confirmado da COVID-19 devem ser afastados de suas atividades presenciais conforme quadro clínico, devendo ser apresentado documento médico comprobatório ao gestor da unidade (resultado de teste positivo ou atestado médico do caso confirmado).

# CONFIRA NOSSO QUIZ: AMBIENTE DE TRABALHO X COVID-19

## 5) Como comunicar o afastamento do trabalho presencial quando for possível manter trabalho remoto?

Para informar o afastamento do trabalho presencial, o servidor deve comunicar ao gestor da unidade que irá informar a CSPA pelo formulário disponível neste link: [CLIQUE AQUI](#)



## 6) O que devo observar durante o período de isolamento domiciliar?

Todos os casos confirmados, contatos de caso confirmado, bem como os casos suspeitos devem ser monitorados quanto ao aparecimento de sintomas ou seu agravamento (dificuldade para respirar, dor torácica, coloração azulada dos lábios ou rosto, dentre outros). Nesses casos, procure imediatamente o serviço de saúde mais próximo.

Caso tenha alguma dúvida sobre os sintomas, procure os serviços de saúde de referência para atendimento da COVID-19. Você também pode discar para 136 ou pelo aplicativo Coronavírus-SUS para a obtenção de informações sobre sintomas, medidas preventivas, autodiagnóstico e acesso a unidades básicas de saúde.



# CUIDADOS COM O AMBIENTE COLETIVO NA PREVENÇÃO DA COVID-19

A prevenção da disseminação do novo coronavírus depende de uma cadeia de ações que parte das medidas de prevenção individuais e se complementam com as medidas de prevenção coletivas. Dividir espaço de trabalho nesse momento requer muita atenção e dedicação de cada membro da equipe, bem como da organização do ambiente de trabalho.



Todos devem manter os cuidados gerais frente a pandemia por COVID-19 em relação à higienização dos ambientes, assim como os cuidados de higiene pessoal e distanciamento social.



Todas as orientações quanto ao distanciamento físico, higienização, circulação de pessoas, dentre outras, podem ser consultadas no Ato Normativo do PJES 088/2020.



# CUIDADOS COM O AMBIENTE COLETIVO NA PREVENÇÃO DA COVID-19



# O TRABALHO EXTERNO E SEUS CUIDADOS

Para alguns profissionais da Justiça, bem como para todos que precisam se deslocar de suas residências, estar nas ruas representa um risco adicional para a contaminação pela COVID-19, principalmente pela exposição nos transportes coletivos, em locais com aglomeração de pessoas e pela necessidade de visitação de ambientes de maior risco, tais como hospitais, clínicas, instituições bancárias, dentre outros.





- Evite o transporte coletivo e, quando possível, adote o veículo particular, a bicicleta ou a caminhada para se deslocar;
- Estando no ônibus, evite segurar nas barras de apoio, mantenha as janelas abertas, sentando-se próximo a elas, se possível;
- Tenha disponível álcool em gel a 70% para utilizar sempre que não for possível fazer a lavagem das mãos;
- Utilize máscara de proteção e tenha uma outra máscara de reserva para fazer a troca quando necessário;
- Em caso de utilização de veículos oficiais, mantenha sempre os vidros abertos para facilitar a circulação do ar;
- Os motoristas que fizerem uso de veículos oficiais devem higienizar as mãos frequentemente com álcool 70% antes de entrar e sair do veículo, bem como limpar as superfícies de contato no interior do carro;
- É importante fazer uma lista com o nome das pessoas que utilizam o veículo para controle dos contatos;
- Os passageiros que fizerem uso de veículos oficiais devem higienizar as mãos frequentemente com álcool 70% antes de entrar e sair do veículo.



**Ser tiver  
dúvidas, entre  
em contato com  
a Coordenadoria  
de Serviços  
Psicossociais e  
de Saúde**



**csps@tjes.jus.br**  
**E pelos telefones:**  
**3334-**  
**2048/2143/2368**



**Cuide do mais  
importante:  
sua vida!**

Data elaboração: 24/01/2022



Secretaria de Gestão de Pessoas



Coordenadoria de Serviços Psicossociais e de Saúde  
Poder Judiciário - ES

# ANEXO 1

## **PORTARIA Nº 013-R, DE 20 DE JANEIRO DE 2022.**

Dispõe sobre normas sanitárias decorrentes de notificação positiva de teste para COVID-19, e dá outras providências.

O SECRETÁRIO DE ESTADO DA SAÚDE, no uso da atribuição que lhe conferem o artigo 46, alínea "o" da Lei Estadual Nº3.043, de 31 de dezembro de 1975, assim como o artigo 17, inciso IV da Lei Federal nº 8.080, de 19 de setembro de 1990, e,

CONSIDERANDO a necessidade de contenção do contágio devido à alta transmissão da cepa Ômicron do coronavírus;

## RESOLVE

Art.1º ESTABELECEER NORMAS SANITÁRIAS, no âmbito do Estado Espírito Santo, referentes ao afastamento de atividades sociais, laborais, ocupacionais ou educacionais em razão de notificação de teste positivo para infecção pelo novo coronavírus, cujo propósito é a contenção da disseminação do contágio.

Art.2º FICA INSTITUÍDA a notificação eletrônica para isolamento compulsório após resultado positivo para detecção de infecção pelo SARS-COV-2, por meio de teste RT-PCR ou teste rápido por antígeno.

§1º O registro na notificação do teste, independente da motivação ou do resultado positivo ou negativo, é obrigatório a todos os serviços públicos e privados no território espírito-santense, devendo ser realizado por meio do Sistema de Informações do SUS para a Vigilância em Saúde - eSUS/VS.

§2º As informações alimentadas no eSUS/VS são de responsabilidade exclusiva do profissional notificador.

§3º A informação de teste notificado será enviada individualmente por meio de documento digital, via SMS e correio eletrônico, contendo o informe de resultado do teste, o qual terá plena validade para justificar, nos casos de confirmação do contágio, o não comparecimento em atividades laborais, ocupacionais e educacionais pelo período fixado nesta portaria.

§4º A partir da data e hora da notificação pelo sistema eSUS/VS, a pessoa com infecção confirmada deverá realizar isolamento, independente de atestado médico ocupacional.

Art.3º Recebida a notificação de teste positivo para a infecção, o período de isolamento deverá ser contado da seguinte forma:

I. Isolamento por 7 (sete) dias para:

- a) pacientes que não apresentarem qualquer sintoma antes e após o teste, contados a partir do dia que apresentou resultado positivo;
- b) pacientes que apresentarem sintomas, mas estejam sem sintomas no dia anterior ao sétimo dia de isolamento, contados a partir do primeiro 1º dia de sintoma;

II. Isolamento por 10 (dez) dias para pacientes que persistam com sintomas no sétimo dia de isolamento, devendo ser reavaliado por serviço de saúde.

Art.4º Os profissionais da saúde que estejam assintomáticos no 5º dia de isolamento deverão realizar teste de antígeno ou RT-PCR para COVID-19.

Art.5º Esta Portaria entra em vigor a partir de sua data de publicação no Diário Oficial do Estado.

Vitória, 20 de janeiro de 2022.

NÉSIO FERNANDES DE MEDEIROS JUNIOR

Secretário de Estado da Saúde

(publicado no Diário Oficial do ES, dia 21/01/2022)

## MATERIAIS CONSULTADOS

### MATERIAIS CONSULTADOS

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. Folha informativa sobre a COVID-19. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19>

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Guia de Vigilância Epidemiológica: emergência de Saúde Pública de importância Nacional pela doença pelo coronavírus 2019. Vigilância de Síndromes Respiratórias Agudas COVID-19. Brasília: 2022. Disponível em: Guia de Vigilância Epidemiológica Covid-19 (MS, 2022) (fiocruz.br)

ESPÍRITO SANTO. PODER JUDICIÁRIO DO ESPÍRITO SANTO. ATO NORMATIVO 088/2020. Disponível em: <https://sistemas.tjes.jus.br/ediario/index.php/component/ediario/993958?view=content>

Imagens com autorização de uso para esse fim do site Canva. [https://www.canva.com/pt\\_br/](https://www.canva.com/pt_br/)