

Prevenção de Doenças Infecciosas

POR QUE ISSO IMPORTA

As doenças infecciosas continuam sendo um risco importante no trabalho. Estima-se que 135.000 trabalhadores morrem de doenças ocupacionais a cada ano nos EUA (AFL-CIO). Em 2024, empregadores reportaram 30.000 casos de doenças respiratórias (OSHA). A OMS estima que a higiene adequada das mãos reduz a propagação de infecções em até 50%. A Cláusula de Dever Geral da OSHA e a norma de Patógenos Sanguíneos (29 CFR 1910.1030) exigem proteção contra riscos biológicos.

135K

Mortes anuais por doenças ocupacionais (AFL-CIO)

30K

Casos de doença respiratória em 2024 (OSHA)

50%

Redução de infecção com higiene de mãos (OMS)

5 Regras de Prevenção de Doenças

Todo trabalhador deve seguir estas regras para reduzir o risco de infecção:

- 1 LAVE AS MÃOS FREQUENTEMENTE**
Sabão e água por 20 segundos — ou álcool em gel quando não houver pia disponível.
- 2 FIQUE EM CASA SE ESTIVER DOENTE**
Febre, tosse, vômito ou diarreia = não venha trabalhar. Avise seu supervisor.
- 3 USE EPI CONFORME NECESSÁRIO**
Luvas, máscaras, protetor facial e aventais ao manusear fluidos corporais ou em áreas de risco.
- 4 CUBRA TOSSES E ESPIRROS**
Use o cotovelo ou um lenço — não as mãos. Descarte lenços imediatamente e lave as mãos.
- 5 MANTENHA SUPERFÍCIES LIMPAS**
Desinfete ferramentas compartilhadas, equipamentos, refeitórios e superfícies de toque frequente.

Antes de Começar — Lista de Verificação

- Há sabão ou álcool em gel na sua estação?
- Você está se sentindo saudável e sem sintomas?
- Tem o EPI necessário para riscos biológicos?
- Ferramentas e superfícies compartilhadas estão sendo desinfetadas?
- Conhece a política de licença por doença?
- Os kits de primeiros socorros têm luvas e desinfetante?

Como as Infecções se Espalham no Trabalho

Contato Direto: Tocar uma pessoa infectada ou seus fluidos corporais — sangue, saliva, muco, vômito.

Gotículas: Tossir, espirrar ou falar envia gotículas até 2 m — máscaras reduzem isso drasticamente.

Via Aérea: Partículas minúsculas ficam suspensas no ar (TB, sarampo, COVID) — ventilação é crítica.

Superfícies: Vírus sobrevivem em superfícies por horas ou dias — desinfete maçanetas, ferramentas e itens compartilhados.

Alimentos Contaminados: Mãos sem lavar ao preparar ou tocar alimentos espalham doenças rápido — especialmente no refeitório.

Mordidas: Trabalhadores ao ar livre arriscam doenças por carrapatos, mosquitos e mordidas de animais.

Erros Comuns que Espalham Doenças

- ✗ Ir trabalhar doente — "vou aguentar" infecta toda a sua equipe
- ✗ Pular a lavagem das mãos porque "não toquei em nada sujo"
- ✗ Compartilhar garrafas d'água, comida ou itens pessoais — germes invisíveis se transferem fácil
- ✗ Não desinfetar ferramentas e equipamentos compartilhados entre usuários

Dicas de Segurança para Lembrar

- ✓ 20 segundos lavando as mãos = a ferramenta de prevenção mais eficaz que existe
- ✓ Se estiver doente, fique em casa — um "dia difícil" de um pode virar surto no canteiro todo
- ✓ Desinfete superfícies e ferramentas no início, após intervalos e no fim do turno
- ✓ Mantenha as vacinas em dia — gripe, COVID, tétano e as exigidas para seu ambiente de trabalho

Perguntas para Discussão com sua Equipe

1. Onde está a estação de lavagem de mãos ou álcool em gel mais próxima?
2. Qual é nossa política para ficar em casa por doença?
3. Estamos desinfetando ferramentas e refeitórios regularmente?
4. Sabe qual EPI é necessário para exposição a riscos biológicos?
5. Suas vacinas estão em dia para este ambiente de trabalho?

ASSINATURA DO DDS

Data: _____

Supervisor: _____

Projeto: _____

Local: _____

Folha de presença anexada: [] Sim