

# PCMSO

PROGRAMA DE CONTROLE MÉDICO DE SAÚDE OCUPACIONAL

**VIGÊNCIA**

17/08/2022 à 16/08/2023

**R.V. PLASTIC FORROS E DIVISÓRIAS LTDA.**



**ELABORAÇÃO**

**INSTITUTO PAULISTA DE MEDICINA OCUPACIONAL S/S LTDA. - CNPJ  
01.785.152/0001-00**



**São Paulo, 17 de Agosto de 2022**

## SUMÁRIO

1. IDENTIFICAÇÃO DA EMPRESA	3
2. RESPONSÁVEL PELO PCMSO	4
3. INTRODUÇÃO	5
4. FINALIDADE	6
5. RESPONSABILIDADES	7
6. POLÍTICA DE SAÚDE OCUPACIONAL	8
7. ATIVIDADES DO PCMSO	9
8. RELATÓRIO ANUAL	10
9. PROCEDIMENTOS DE PRIMEIROS SOCORROS	11
10. INFORMATIVO E PROCEDIMENTOS SOBRE O COVID – 19	12
11. PARÂMETROS PARA MONITORAÇÃO DAS EXPOSIÇÕES À RISCOS AMBIENTAIS	17
12. ASSINATURA DO(S) RESPONSÁVEL(IS)	18

## 1. IDENTIFICAÇÃO DA EMPRESA

**Razão Social:** R.V. PLASTIC FORROS E DIVISÓRIAS LTDA.  
**Nome Fantasia:** R.V. PLASTIC FORROS E DIVISÓRI  
**CNPJ:** 00.676.849/0001-80  
**Endereço:** Rua Maria Domitila, 295, 291 / 301  
**Bairro:** Brás  
**Município:** São Paulo  
**UF:** SP  
**CEP:** 03003-010  
**Telefone:** (11) 3228-8514  
**E-mail:** adm@rvplastic.com.br  
**Site:**

**Qtde Funcionários:** 4  
**CNAE Principal:** 4744-0-02  
**Grau de Risco:** 2  
**RAT:** 3,00%

**Atividade Econômica:** Comércio varejista de madeira e artefatos

## 2. RESPONSÁVEL PELO PCMSO

**Razão Social:** INSTITUTO PAULISTA DE MEDICINA OCUPACIONAL S/S LTDA. - CNPJ 01.785.152/0001-00

**Nome Fantasia:** IPAMO

**CNPJ:** 01.785.152/0001-00

**Endereço:** Rua Sete de Abril, 235, 5º Andar - Conj. 509

**Bairro:** República

**Cidade:** São Paulo

**Estado:** SP

**CEP:** 01043-000

**Telefone:** (11)3159-5108

**E-mail:** ipamo@ipamo.com.br

**Site:** www.ipamo.com.br

**Profissional Técnico:** Plínio da Cruz Carreira

**Profissão:** Médico(a) Responsável

**CRM:** 27220

**UF:** SP

**Profissão:** Médico(a) Médico do Trabalho

**RQE:** 15705

**UF:** SP

### 3. INTRODUÇÃO

O Ministério do Trabalho, considerando a necessidade de atualizar as medidas preventivas de Medicina do Trabalho, adequando-se aos novos conhecimentos técnico-científicos, alterou a NR-7 - Norma Regulamentadora Nº 7, de Segurança e Medicina do Trabalho, através da Portaria Nº 24 de 29 de dezembro de 1994, da Secretaria de Segurança e Saúde no Trabalho, criando o P.C.M.S.O. - Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional, que tem por objetivo com o controle médico, a atividade de acompanhar e intervir em todas as situações de desvio da saúde do trabalhador.

A NR-7 estabelece a obrigatoriedade da elaboração e implementação por parte de todos os empregadores e instituições que admitam empregados, do P.C.M.S.O. - Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional, com o objetivo de promoção e preservação da saúde do conjunto de seus trabalhadores.

#### **4. FINALIDADE**

- a. Deverá ter caráter de prevenção, rastreamento e diagnóstico precoce dos agravos à saúde, relacionados ao trabalho, inclusive, de natureza sub-clínica, além da constatação da existência de casos de doenças profissionais ou danos irreversíveis à saúde dos trabalhadores.
- b. Tem por finalidade, estabelecer procedimentos para a realização de exames médicos ocupacionais no ambiente da Empresa.
- c. Deverá obedecer a um planejamento em que estejam previstas as ações de saúde a serem executadas durante o ano, devendo as mesmas serem objeto de Relatório Anual.

## 5. RESPONSABILIDADES

### Do Empregador

1. Garantir a elaboração e efetiva implementação do P.C.M.S.O., bem como zelar pela sua eficácia.
2. Custear todos os procedimentos relacionados ao P.C.M.S.O., e quando solicitado pela inspeção do trabalho, comprovar a execução da despesa. POLÍTICA DE SAÚDE OCUPACIONAL.
3. Custear, sem ônus para o empregado, todos os procedimentos relacionados ao P.C.M.S.O.
4. Indicar dentre os médicos dos serviços especializados em Engenharia de Segurança e Medicina do Trabalho - SESMT da empresa, um coordenador responsável pela execução do P.C.M.S.O.
5. No caso da Empresa estar desobrigada de manter Médico do Trabalho, de acordo com a NR-4, deverá o empregador indicar Médico do Trabalho, empregado ou não da Empresa, para coordenar o P.C.M.S.O.
6. Inexistindo Médico do Trabalho na localidade, o empregador poderá contratar médico de outra especialidade para coordenar o P.C.M.S.O.

### Do Médico Coordenador

1. Operacionalizar o P.C.M.S.O., conforme o previsto na Legislação atual, na NR-7, do Ministério do Trabalho, de maneira integral, conhecendo todos os parâmetros da norma e suas responsabilidades.
2. Realizar os exames médicos previstos no item 7.4.1 da NR-7 ou encarregar os mesmos à um profissional médico, familiarizado com a patologia ocupacional e suas causas, bem como com:
  - O ambiente de trabalho;
  - As condições de trabalho;
  - Os fatores de riscos a que está ou será exposto cada trabalhador da Empresa a ser examinado.
3. Encarregar dos exames complementares previstos nos itens, quadros e anexos desta NR, profissionais e/ou entidades devidamente capacitados, equipados e qualificados.

### Dos Empregados

1. Observar as Normas de Segurança e Medicina do Trabalho, inclusive as instruções de que trata o item II do artigo 157.

Parágrafo Único: Constitui ato faltoso do Empregado a recusa injustificada.

\*À observância das instruções expedidas pelo Empregador na forma do item II do Artigo 157.

2. Cumprir as disposições legais e regulamentares sobre Segurança e Medicina do Trabalho, inclusive, as ordens de serviço expedidas pelo empregador (NR1-item 1.8).

## 6. POLÍTICA DE SAÚDE OCUPACIONAL

### Diretrizes Gerais

Os princípios contidos nas diretrizes devem reger o desenvolvimento de todas as atividades de saúde ocupacional da Empresa:

1. Desenvolver as atividades de saúde ocupacional, alinhadas aos objetivos operacionais da Empresa e dirigidas à prevenção de doenças e lesões, ao prolongamento da vida produtiva dos empregados e a promoção da saúde, bem-estar e qualidade de vida no trabalho.
2. Concentrar a atenção nas medidas de proteção da saúde dos trabalhadores contra os riscos gerados, com vistas à melhoria dos níveis de saúde na Empresa.
3. Dar ênfase às ações preventivas de caráter coletivo que atinjam o maior número de trabalhadores, com vistas à melhoria dos níveis de saúde na Empresa.
4. Desenvolver as atividades de saúde ocupacional em articulação com as áreas de segurança do trabalho.
5. Envolver todos os dirigentes nos diversos hierárquicos da Empresa, de forma que assumam a responsabilidade pela saúde ocupacional, atribuindo-lhe a mesma prioridade das atividades operacionais.
6. Procurar criar e desenvolver nos trabalhadores o compromisso na apuração e implementação da Política de Saúde Ocupacional.
7. Consolidar uma consciência de saúde entre os empregados, voltada a adoção de estilos de vida adequados à redução de riscos auto impostos e à prevenção de doenças.
8. Antecipar-se, na medida do possível, às exigências externas futuras e incorporar os avanços na área de saúde ocupacional no planejamento, à longo prazo da empresa.
9. Otimizar o relacionamento com instituições externas, com vistas ao desenvolvimento integrado das ações de saúde.
10. Contribuir com o governo e com a sociedade em particular, na difusão de informações no campo de saúde, especialmente, na área ocupacional.



## 7. ATIVIDADES DO PCMSO

Os exames médicos ocupacionais obrigatórios continuam sendo conforme a legislação. Além de avaliação clínica, abrangendo anamnese ocupacional e exame físico e mental obrigatório a qualquer cargo, serão realizados os procedimentos diagnósticos previstos no PCMSO:

**Admissional** - Será realizado antes que o trabalhador assumira suas atividades na empresa.

**Periódico** - Será realizado para todos os trabalhadores anualmente, ou conforme quadros 2 e 3 da NR7, ou a critério do Médico Coordenador do PCMSO.

**Demissional** - será obrigatoriamente realizada em até 10 (dez) dias contados a partir do término do contrato, desde que o último exame médico ocupacional tenha sido realizado há mais de:

- 135 (cento e trinta e cinco) dias para as empresas de grau de risco 1 e 2, segundo o Quadro I da NR-4;
- 90 (noventa) dias para as empresas de grau de risco 3 e 4, segundo o Quadro I da NR-4.

**Retorno Ao Trabalho** - Será realizado no 1º dia da volta ao trabalho de trabalhadores ausentes por um período igual ou superior a 30 dias por motivo de doença, acidente ou parto, isto é, em retorno do INSS ou outro tipo de previdência estatal ou privada e licença maternidade.

**Mudança de Função** - Será obrigatoriamente realizado antes que ocorra a mudança, entendendo mudança de função toda alteração de atividade, posto de trabalho ou de ambiente de trabalho que acarrete fator de risco ao trabalhador diferente do que ele estava exposto anteriormente à mudança, e não necessariamente somente a mudança de função em carteira de trabalho/contrato de trabalho; portanto pode ocorrer mudança de função mesmo sendo mantida a função em carteira.

**Encaminhamento ao Auxílio Doença do INSS** - não-ocupacional - realizado para todos os funcionários afastados do trabalho por motivo de saúde assistencial e sem CAT, ou CAT duvidosa.

**Encaminhamento ao Auxílio Doença do INSS** - ocupacional - realizado para todos os funcionários afastados do trabalho por motivo de doença ocupacional, doença do trabalho e /ou acidente do trabalho, típico ou de trajeto, com CAT, sem CAT ou CAT duvidosa.

**Alta do Auxílio-Doença do INSS** - não-ocupacional - realizado para todos os funcionários afastados do trabalho por motivo de saúde assistencial e sem CAT, ou CAT duvidosa.

**Alta do Auxílio-Doença do INSS** - ocupacional - realizado para todos os funcionários afastados do trabalho por motivo de doença ocupacional, doença do trabalho e /ou acidente do trabalho, típico ou de trajeto, com CAT, sem CAT ou CAT duvidosa.

**Encaminhamento ao Auxílio Maternidade** - Para todas as funcionárias que irão gozar os 120 dias previstos em lei de afastamento remunerado do trabalho.

**Alta do Auxílio Maternidade** - Para todas as funcionárias que já gozaram os 120 dias previstos em lei de afastamento remunerado do trabalho.

## 8. RELATÓRIO ANUAL

O Relatório Anual do PCMSO tem por finalidade encerrar o Programa de Controle Médico depois de decorrido um ano de sua implantação, dando uma visão clara do perfil de saúde da empresa naquele ano e norteamento das ações de saúde e as medidas de corretivas que se farão necessárias no ano seguinte. É montado em conformidade com o Quadro III da NR-7, discriminando o número e a natureza das avaliações médicas (exames clínicos e procedimentos diagnósticos).

## 9. PROCEDIMENTOS DE PRIMEIROS SOCORROS

### Caixa de Primeiros Socorros

A empresa deve manter uma caixa para atendimento básico em primeiros socorros, com os materiais abaixo descritos e que deverá ficar sob a guarda de um funcionário adequadamente treinado em primeiros socorros.

Antes de fornecer o material, questionar o funcionário se tem algum tipo de alergia e/ou reação a algum medicamento/produto.

#### Caixa de primeiros socorros - Recomendação:

	Medicamento / Produto	Como utilizar
1 -	Agilisin / Gelol ou Cataflan spray	Passar em casos de contusão, sem ferimentos
2 -	Água boricada	Gaze embebida para limpeza dos olhos
3 -	Álcool 70º	Limpeza da pele e higiene das mãos
4 -	Algodão hidrófilo	Limpeza de ferimentos
5 -	Algodão em rama	Auxiliar em aparelho provisório no caso de fraturas
6 -	Água oxigenada 10 volumes	Limpeza e curativo de ferimentos
7 -	Atadura de crepe 10 cm	
8 -	Band-Aid	Pequenos ferimentos
9 -	Buscopan composto comp. / gotas	Dar 1 comprimido ou 30 gotas em caso de cólicas
10 -	Colar cervical médio e grande	Imobilizar pescoço em caso de quedas ou lesões
11 -	Cotonetes	
12 -	Dorflex	Dar 1 comp. em caso de dor muscular
13 -	Esparadrapo	
14 -	Furacin líquido ou pomada	Passar em queimaduras
15 -	Gaze esterilizada	Para uso em ferimentos e compressas nos olhos
16 -	Luvas cirúrgicas	Para uso pelo socorrista no atendimento de ferimentos
17 -	Maca portátil em local desobstruído	Para transporte de acidentados
18 -	Pinça dentada média	
19 -	Povidine ou Mercurocromo	Como antisséptico em ferimentos
20 -	Paracetamol ou Tylenol	Dar 1 comprimido em casos de dor ou febre
21 -	Plasil ou Dramin B6	Dar 1 comprimido em caso de ânsia /náuseas.
22 -	Sabonete antisséptico líquido/sólido	Limpeza de ferimentos e higiene das mãos do socorrista
23 -	Saco para água quente/gelo	Aplicar em contusões agudas
24 -	Soro fisiológico - frasco de 500 ml	Para limpeza de ferimentos
25 -	Termômetro	
26 -	Tesoura reta de ponta arredondada	
27 -	Vaselina esterilizada	Aplicar com gaze em queimaduras

Lembramos que os procedimentos /materiais acima são para uso imediato, sendo que o acidentado ou que apresente sintomas fortes, deve ser encaminhado o mais rapidamente possível ao Posto Médico mais próximo, conforme a gravidade do acidente.

**Em casos graves acionar o Resgate pelo tel: 193.**

Outros itens importantes e opcionais: Maca móvel, cobertor, talas (pequenas tiras de madeiras de aproximadamente 0,5m por 5cm de largura, para o caso de eventuais fraturas).

#### Instrumentação Auxiliar

Manter a maca para transporte de emergência facilmente acessível a cada ambiente de trabalho, devidamente sinalizada em local desobstruído;

Cada turno de trabalho deverá contar com ao menos um funcionário treinado para prestação dos primeiros socorros.

## 10. INFORMATIVO E PROCEDIMENTOS SOBRE O COVID – 19

### 1 - INTRODUÇÃO

Apesar das medidas tomadas, entre elas a vacinação em massa, a pandemia de COVID continua em expansão e que certamente continuará por mais algum tempo.

O IPAMO no intuito de auxiliar a sua empresa, nestes momentos tão difíceis, vem prestar algumas orientações e recomendações, visando à prevenção do Covid-19 no ambiente de trabalho.

As informações abaixo devem ser consideradas como auxiliares, não sendo consideradas como regras definitivas e ou totais para o momento que vivemos, pois diariamente aparecem novas informações.

**As medidas e orientações abaixo são baseadas na literatura específica e na PORTARIA MPT/MS nº 14 editada em 20/01/2022.**

### 2 - TRABALHADOR CONFIRMADO, TRABALHADOR SUSPEITO E/OU CONTACTANTES.

#### 2.1 - Considera-se caso confirmado o trabalhador nas seguintes situações:

a - Síndrome Gripal - SG ou Síndrome Respiratória Aguda Grave - SRAG, conforme definição do Ministério da Saúde, associada à anosmia (disfunção olfativa) ou à ageusia aguda (disfunção gustatória) sem outra causa progressiva, e para o qual não foi possível confirmar Covid-19 por outro critério;

b - SG ou SRAG com histórico de contato próximo ou domiciliar de caso confirmado de Covid-19, nos quatorze dias anteriores ao aparecimento dos sinais e sintomas;

c - SG ou SRAG com resultado de exame laboratorial que confirme Covid-19, de acordo com as orientações do Ministério da Saúde;

d - indivíduo assintomático com resultado de exame laboratorial que confirme Covid-19; ou

e - SG ou SRAG ou óbito por SRAG para o qual não foi possível confirmar Covid-19 por critério laboratorial, mas que apresente alterações nos exames de imagem de pulmão sugestivas de Covid-19..

#### 2.2 - Considera-se caso suspeito todo o trabalhador que apresente quadro compatível com SG ou SRAG, conforme definição do Ministério da Saúde.

O quadro de SG é aquele com pelo menos dois dos seguintes sinais e sintomas:

I - febre (mesmo que referida);                      II - tosse;    III - dificuldade respiratória;  
IV - calafrios    V - distúrbios olfativos e gustativos;  
VI - dor de garganta e de cabeça;                      VII - coriza;    ou VIII - diarreia.

#### 2.3. É considerado trabalhador com quadro de SRAG aquele que além da SG apresente:

a - dispneia e/ou desconforto respiratório ou pressão ou dor persistente no tórax; ou

b - saturação de oxigênio menor que 95% em ar ambiente ou coloração azulada (cianose) dos lábios ou no rosto.

#### 2.4 Contactante

Considera-se contactante próximo de caso confirmado ou suspeito da Covid-19 o trabalhador assintomático que esteve próximo de caso confirmado de Covid-19, entre dois dias antes e dez dias após o início dos sinais ou sintomas ou a data da coleta do exame de confirmação laboratorial (caso confirmado assintomático) do caso, em uma das situações:

a - teve contato durante mais de quinze minutos a menos de um metro de distância, com um caso confirmado, sem ambos utilizarem máscara facial ou a utilizarem de forma incorreta;

b - teve um contato físico direto, como aperto de mãos, abraços ou outros tipos de contato com pessoa com caso confirmado;

c - permaneceu a menos de um metro de distância durante transporte por mais de quinze minutos; ou

d- compartilhou o mesmo ambiente domiciliar com um caso confirmado, incluídos dormitórios e alojamentos.

### 3 - TRANSMISSÃO - SINTOMAS E CUIDADOS SOBRE O COVID-19

O vírus que causa a COVID-19 é transmitido por meio de gotículas geradas quando uma pessoa infectada tosse, espirra ou exala. Você pode ser infectado ao inalar o vírus se estiver próximo de alguém que tenha Covid-19 por meio de:

- Toque do aperto de mão.
- Gotículas de saliva;
- Espirro.
- Tosse;
- Catarro;
- Tocar em objetos ou superfícies contaminadas, como celulares, mesas, maçanetas, brinquedos, teclados de computador etc. e, em seguida, passar as mãos nos olhos, no nariz ou na boca.

Os sintomas podem aparecer entre 1 e 14 dias, mas em média aparecem após 3 a 6 dias depois de ser contaminado pelo vírus.

#### A - Sintomas mais comuns pelo COVID-19

- Febre alta (>37,8° C)
- Tosse seca
- Cansaço intenso
- Sintomas gastrointestinais (diarréia).
- Dispnéia - falta de ar ou dificuldade para respirar;

#### B - Sintomas menos comuns:

- Dor muscular
- dor de garganta
- tonturas
- conjuntivite
- dor de cabeça
- Perda de paladar ou olfato
- erupção cutânea na pele ou descoloração dos dedos das mãos/pés

#### C - Sintomas graves:

- Dificuldade de respirar ou falta de ar intensa
- Dor ou pressão no peito

- Perda de fala ou movimento
- Cianose - ponta dos dedos, lábios arroxeados
- Persistência ou aumento da febre por mais de 3 dias ou retorno após 48 horas de período afebril.

Procure atendimento médico imediato se apresentar sintomas graves.

#### 4 - MEDIDAS PREVENTIVAS E RECOMENDAÇÕES.

A empresa deve estabelecer e divulgar orientações ou protocolos com a indicação das medidas necessárias para prevenção, controle e mitigação dos riscos de transmissão da Covid-19 nos ambientes de trabalho.

As medidas recomendadas abaixo visam prevenir, reduzir e minimizar a exposição ao risco e o possível contágio do COVID-19, assim diminuindo a responsabilidade legal da empresa, quando da ocorrência de casos da doença.

Importante lembrar que as recomendações abaixo requerem a ação mútua do funcionário e da empresa e que poderão exigir alterações nas políticas ou procedimentos de trabalho para reduzir ou minimizar a exposição a um perigo.

- a - As orientações ou protocolos devem estar disponíveis para os trabalhadores e suas representações, quando solicitados e devem incluir:
- b- Medidas de prevenção nos ambientes de trabalho, nas áreas comuns da organização, como refeitórios, banheiros, vestiários, áreas de descanso e no transporte de trabalhadores, quando fornecido pela organização
- c- ações para identificação precoce e afastamento dos trabalhadores com sinais e sintomas compatíveis com a Covid-19;
- d- procedimentos para que os trabalhadores possam reportar à organização, inclusive de forma remota, sinais ou sintomas compatíveis com a Covid-19 ou contato com caso confirmado da doença
- e- instruções sobre higiene das mãos e etiqueta respiratória.
- f- As orientações ou protocolos podem incluir a promoção de vacinação, a fim de evitar outras síndromes gripais que possam ser confundidas com a Covid-19
- g- A empresa deve informar aos trabalhadores sobre a Covid-19, as formas de contágio, os sinais, os sintomas e os cuidados necessários para a redução da transmissão
- h- Fornecer e manter o uso da máscara cirúrgica ou de tecido

**As instruções aos trabalhadores podem ser transmitidas durante treinamentos ou por meio de diálogos de segurança, documento físico ou eletrônico, cartazes e normativos internos, evitado o uso de panfletos.**

**A empresa deve estender essas informações aos trabalhadores terceirizados e de outras organizações que adentrem o estabelecimento.**

#### 5 - COMO SE PROTEGER - ORIENTAÇÃO BÁSICA INDIVIDUAL

As recomendações de prevenção à COVID-19 são as seguintes:

- Lave com frequência as mãos até a altura dos punhos, com água e sabão, ou então higienize com álcool em gel 70%.
- Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.
- Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas.
- Ao tocar em objetos, lave sempre as mãos como já indicado.
- Mantenha uma distância mínima de cerca de 2 metros de qualquer pessoa tossindo ou espirrando.
- Evite abraços, beijos e apertos de mãos. Adote um comportamento amigável sem contato físico, mas sempre com um sorriso no rosto.
- Higienize com frequência o celular e os brinquedos das crianças.
- Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.
- Mantenha os ambientes limpos e bem ventilados.
- Evite circulação desnecessária nas ruas, estádios, teatros, shoppings, shows, cinemas e igrejas. Se puder, fique em casa.
- Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos, e fique em casa até melhorar.
- Durma bem e tenha uma alimentação saudável.
- Utilize máscaras caseiras ou artesanais feitas de tecido em situações de saída de sua residência.

#### 6 - PRÁTICAS DE TRABALHO SEGURO

Visando reduzir a duração, frequência ou intensidade da exposição a um risco de contaminação, deve a empresa:

- **Vestiários, lavatórios, banheiros**
  - Disponibilizar banheiros e lavatórios no ambiente de trabalho com dispenser de sabão líquido;
  - Colocar sinais de lavagem das mãos nos banheiros
  - Orientar sobre o não compartilhamento de toalhas e produtos de uso pessoal.
  - Disponibilizar equipamentos que promovam a higiene pessoal, como lenços de papel, latas de lixo sem necessidade de contato, sabonete, e frascos com álcool a 70%
  - Deve-se evitar aglomeração de trabalhadores na entrada, na saída e durante a utilização do vestiário, manter a distância de um metro entre si durante a sua utilização e orientar os trabalhadores sobre a ordem de desparamentação de vestimentas e equipamentos, de modo que o último equipamento de proteção a ser retirado seja a máscara.
- **Refeitórios e bebedouros**
  - Para os funcionários que realizam as suas refeições na empresa, estabelecer horários diferenciados, visando a aglomeração e

aproximação dos funcionários.

- A empresa deve promover nos refeitórios espaçamento mínimo de um metro entre as pessoas na fila, com marcação e delimitação de espaços, e nas mesas, com orientação para o cumprimento das recomendações de etiqueta respiratória e para que sejam evitadas conversas.

- Quando o distanciamento frontal ou transversal não for observado nas mesas, devem ser utilizadas barreiras físicas que possuam altura de, no mínimo, um metro e cinquenta centímetros em relação ao solo

- Proibir o compartilhamento de copos, pratos e talheres não higienizados, bem como qualquer outro utensílio de cozinha;

- Limpar e desinfetar as superfícies das mesas após cada utilização

- Todos os bebedouros do tipo jato inclinado devem ser adaptados de modo que somente seja possível o consumo de água com o uso de copo descartável ou recipiente de uso individual.

• **Medidas gerais**

- Limpar e desinfetar os locais de trabalho e áreas comuns no intervalo entre turnos ou sempre que houver a designação de um trabalhador para ocupar o posto de trabalho de outro.

- Adotar procedimentos contínuos de higienização das mãos, com utilização de água e sabão em intervalos regulares. Caso não seja possível a lavagem das mãos, utilizar imediatamente sanitizante adequado para as mãos, como álcool 70%

- Exigir a lavagem regular das mãos com água e sabão ou o uso de álcool e no mínimo sempre que as mãos estiverem sujas, após o manuseio de objeto possivelmente contaminado ou usado por outros e após remover qualquer EPI

- Evitar contatos muito próximos, como abraços, beijos e apertos de mão;

- Orientar os funcionários para manter distância segura entre si de no mínimo 1 metro

- Orientar os funcionários sobre como evitar tocar boca, nariz, olhos e rosto com as mãos e sobre praticar etiqueta respiratória, incluído utilizar lenço descartável para higiene nasal, cobrir nariz e boca ao espirrar ou tossir e higienizar as mãos após espirrar ou tossir.

- Reforçar a limpeza de pontos de grande contato como corrimões, banheiros, maçanetas, terminais de pagamento, elevadores, mesas, cadeiras.

- Devem ser adotadas medidas para limitação de ocupação de elevadores, escadas e ambientes restritos, incluídas instalações sanitárias e vestiários.

- Empresas que fazem atendimento ao público, deverão controlar o acesso para evitar aglomerações

**Transporte de trabalhadores**

Orientar os funcionários quanto às condutas de prevenção ao sair do trabalho, no transporte e principalmente ao chegar em casa, como lavar sapatos, tomar banho.

**Todo o funcionário que se recusar ou não seguir as orientações fornecidas pela empresa, ou que se recusar ao isolamento recomendado ou determinado coletivamente, poderá ser punido com advertência, suspensão ou demissão por justa causa.**

**Da mesma forma, o empregador que não adote medidas preventivas e de contenção pode estar praticando atos inseguros, de modo a ensejar a rescisão indireta daqueles que se sentirem diretamente prejudicados. É claro que a punição máxima depende do caso concreto e da probabilidade real de contágio e disseminação.**

**7. MEDIDAS PARA RETOMADA DAS ATIVIDADES**

Quando houver a paralisação das atividades de determinado setor ou do próprio estabelecimento, decorrente da Covid-19 devem ser adotados os seguintes procedimentos antes do retorno das atividades:

a - assegurar a adoção das medidas de prevenção previstas neste Anexo e que possíveis situações que possam ter favorecido a contaminação dos trabalhadores nos ambientes de trabalho tenham sido corrigidas;

b - higienizar e desinfetar o local de trabalho, as áreas comuns e os veículos utilizados;

c - reforçar a comunicação aos trabalhadores sobre as medidas de prevenção à Covid-19; e

d - reforçar o monitoramento dos trabalhadores para garantir o afastamento dos casos confirmados, suspeitos e contatantes próximos de casos confirmados da Covid-19.

**Observação:**

Não deve ser exigida testagem laboratorial para a Covid-19 de todos os trabalhadores como condição para retomada das atividades do setor ou do estabelecimento por não haver recomendação técnica para esse procedimento

**8 - USO OBRIGATÓRIO DE EPI**

A empresa deve orientar os trabalhadores sobre o uso, higienização, descarte e substituição das máscaras, higienização das mãos antes e após o seu uso, e, inclusive, limitações de sua proteção contra a Covid-19, seguidas as orientações do fabricante, quando houver..

**As máscaras cirúrgicas e de tecido não são consideradas EPI nos termos definidos na Norma Regulamentadora nº 6 - Equipamentos de Proteção Individual e não substituem os EPI para proteção respiratória, quando indicado seu uso.**

a - Máscaras cirúrgicas ou de tecido devem ser fornecidas para todos os trabalhadores e seu uso exigido em ambientes compartilhados ou naqueles em que haja contato com outros trabalhadores ou público.

b - As máscaras cirúrgicas ou de tecido devem ser substituídas, no mínimo, a cada quatro horas de uso ou quando estiverem sujas ou úmidas.

c - As máscaras de tecido devem ser confeccionadas e higienizadas de acordo com as recomendações do Ministério da Saúde.

d - As máscaras de tecido devem ser higienizadas pela organização, após cada jornada de trabalho, ou pelo trabalhador sob orientação da organização.

e - Os EPI e outros equipamentos de proteção não podem ser compartilhados entre trabalhadores durante as atividades.

g - Os EPI e outros equipamentos de proteção que permitam higienização e desinfecção somente poderão ser reutilizados após a higienização.

h - Os profissionais responsáveis pela triagem ou pré-triagem dos trabalhadores, os trabalhadores da lavanderia (área suja) e que realizam atividades de limpeza em sanitários e áreas de vivências devem receber EPI de acordo com os riscos a que estejam expostos, em conformidade com as orientações e regulamentações dos Ministérios do Trabalho e Previdência e da Saúde.

#### - MEDIDAS OBRIGATÓRIAS

- Uso da máscara obrigatória para todos os funcionários.
- Obrigatório lavar as mãos com álcool gel ou água e sabão
- Uso obrigatório da vacinação conforme protocolo do governo
- CABE À EMPRESA EXIGIR A VACINAÇÃO COMPLETA PELOS FUNCIONÁRIOS

#### 9 - AFASTAMENTO DE CASOS COM COVID, SUSPEITOS OU CONTATANTES

##### Medidas a serem tomadas pela empresa

- Afastar das atividades laborais presenciais, por dez dias, os trabalhadores considerados casos confirmados de Covid-19
- Reduzir o afastamento desses trabalhadores das atividades laborais presenciais para sete dias desde que estejam sem febre há 24 horas, sem o uso de medicamento antitérmicos, e com remissão dos sinais e sintomas respiratórios
- Considerar como primeiro dia de isolamento de caso confirmado o dia seguinte ao dia do início dos sintomas ou da coleta do teste por método molecular (RT-PCR) ou do teste de antígeno.
- A organização deve afastar das atividades laborais presenciais, por dez dias, os trabalhadores considerados contactantes próximos de casos confirmados de Covid-19.
- O período de afastamento dos contactantes próximos de caso confirmado de Covid-19 deve ser considerado a partir do último dia de contato entre os contactantes próximos e o caso confirmado.
- A organização pode reduzir o afastamento desses trabalhadores das atividades laborais presenciais para sete dias desde que tenha sido realizado teste por método molecular (RT-PCR) ou teste de antígeno a partir do quinto dia após o contato, se o resultado do teste for negativo
- Os contactantes próximos que residem com caso confirmado de Covid-19 devem apresentar documento comprobatório da doença do caso confirmado
- Deve afastar das atividades laborais presenciais, por dez dias, os trabalhadores considerados casos suspeitos de Covid-19
- Pode reduzir o afastamento desses trabalhadores das atividades laborais presenciais para sete dias desde que estejam sem febre há 24 horas, sem o uso de medicamento antitérmicos, e com remissão dos sinais e sintomas respiratórios.
- Deve considerar como primeiro dia de isolamento de caso suspeito o dia seguinte ao dia do início dos sintomas
- Deve orientar seus empregados afastados do trabalho a permanecer em suas residências, assegurada a manutenção da remuneração durante o afastamento.

#### 10 - AFASTAMENTO DAS ATIVIDADES DOS FUNCIONÁRIOS DOS GRUPOS DE RISCO

São consideradas condições clínicas de risco para desenvolvimento de complicações da COVID-19: cardiopatias graves ou descompensadas (insuficiência cardíaca, infartados, revascularizados, portadores de arritmias, hipertensão arterial sistêmica descompensada); pneumopatias graves ou descompensadas (dependentes de oxigênio, portadores de asma moderada/grave, Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica - DPOC); imunodeprimidos; doentes renais crônicos em estágio avançado (graus 3, 4 e 5); diabéticos, conforme juízo clínico, e gestantes de alto risco. Os trabalhadores com 60 anos ou mais ou que apresentem condições clínicas de risco para desenvolvimento de complicações da COVID-19, de acordo com o subitem 2.12.1, devem receber atenção especial, podendo ser adotado teletrabalho ou em trabalho remoto a critério do empregador. A empresa deve fornecer a esses trabalhadores máscaras cirúrgicas ou máscaras do tipo PFF2 (N95) ou equivalentes, quando não adotado o teletrabalho ou trabalho remoto.

#### OBSERVAÇÕES

- a- A organização deve estabelecer procedimentos para identificação de casos suspeitos, incluídos canais para comunicação com os trabalhadores referente ao aparecimento de sinais ou sintomas compatíveis com a Covid-19, e sobre contato com caso confirmado ou suspeito da Covid-19, admitidas enquetes, por meio físico ou eletrônico, contato telefônico ou canais de atendimento eletrônico.
- b- A organização deve levantar informações sobre os contatantes próximos, as atividades, o local de trabalho e as áreas comuns frequentadas pelo trabalhador suspeito ou confirmado da Covid-19.
- d- Os contatantes próximos de caso suspeito da Covid-19 devem ser informados sobre o caso e orientados a relatar imediatamente à organização o surgimento de qualquer sinal ou sintoma relacionado à doença.
- e- A organização deve, na ocorrência de casos suspeitos ou confirmados da Covid-19, reavaliar a implementação das medidas de prevenção indicadas.

**f- A organização deve manter registro atualizado à disposição dos órgãos de fiscalização com informações sobre:**



- a) trabalhadores por faixa etária;
- b) trabalhadores com condições clínicas de risco para desenvolvimento de complicações que podem estar relacionadas a quadros mais graves da Covid-19, de acordo com o subitem 2.13.1, não permitida a especificação da doença e preservado o sigilo;
- c) casos suspeitos;
- d) casos confirmados;
- e) trabalhadores contatantes próximos afastados; e
- f) medidas tomadas para a adequação dos ambientes de trabalho para a prevenção da Covid-19.

## **11 - CONDUTAS EM DOENÇAS PELO COVID-19**

Deverão ser seguidas obrigatoriamente as orientações abaixo:

- a) - Cuidados locais imediatos

Na suspeita de portadores de COVID-19, encaminhar de imediato ao posto de saúde mais próximo para realização de exames específicos. Deverão ficar afastados no mínimo por 14 dias.

- b) - Seguir rigorosamente as medidas constantes do item XII - Orientações, recomendações e medidas preventivas sobre o COVID-19

c) - Todos os funcionários que tiveram contato com funcionário contaminado pelo COVID-19, devem ser afastados de imediato das suas funções e testados e/ou serem encaminhados ao posto de saúde mais próximo para realização dos exames específicos, no caso o teste de RT-PCR para COVID.

Se o teste for positivo o funcionário deverá ficar afastado no mínimo por 14 dias nos casos em que não haja complicações ou o tempo necessário no caso de complicações.

Se o teste der resultado negativo poderá retornar ao trabalho.

- d) - Emissão da CAT - Comunicação de acidente de trabalho para o(s) funcionário(s) infectados pelo Covid no trabalho (vide item XII)

- e) - Exames recomendados

RT-PCR - Positivo do 3º ao 6/7º dia. Se coletados após o 7º dia geralmente são negativos.

Após o 7º dia solicitar sorologia IGM e IGG. Geralmente o IGG é positivo após o 7º dia e indica doença ativa.

O IGG geralmente é positivo após 2 semanas do início da doença e indica que o indivíduo está na fase de convalescença ou já foi infectado numa fase anterior.

- f) - Deverá realizar o exame de retorno ao trabalho, sempre antes de reassumir a função, no 1º dia de retorno ao trabalho.

Lembrar que funcionários que realizaram quarentena, antes de retornar ao trabalho, deverão passar por avaliação médica.

Atenciosamente,

Dr. Plínio da Cruz Carreira

Médico Coordenador do PCMSO

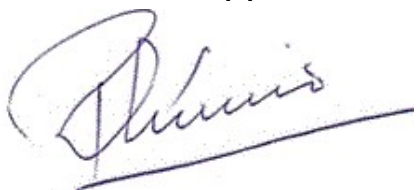
CRM 27220 MTb 15705



## 11. PARÂMETROS PARA MONITORAÇÃO DAS EXPOSIÇÕES À RISCOS AMBIENTAIS

Ambiente de Trabalho	Cargo	Tipo de Risco	Fator de Risco	Procedimentos Diagnósticos	Periodicidade
COMERCIAL	Consultor de Vendas	Ausência de Agentes Nocivos ou Atividades Especiais	(O) Ausência de agente nocivo ou de atividades previstas no Anexo IV do Decreto 3.048/1999	Exame médico	<b>Admissional</b> Exame médico: anual (Obrigatório) <b>Periódico</b> Exame médico: anual (Obrigatório) <b>Retorno ao Trabalho</b> Exame médico: (Obrigatório) <b>Mudança de Risco</b> Exame médico: (Obrigatório) <b>Demissional</b> Exame médico: (Obrigatório)
OPERACIONAL	Encarregado Almoxarife	Mecânicos/Acidentes Ausência de Agentes Nocivos ou Atividades Especiais	(A) Contato com objetos escoriantes (A) Partículas volantes nos olhos (A) Queda de objetos sobre os pés (O) Ausência de agente nocivo ou de atividades previstas no Anexo IV do Decreto 3.048/1999	Exame médico	<b>Admissional</b> Exame médico: anual (Obrigatório) <b>Periódico</b> Exame médico: anual (Obrigatório) <b>Retorno ao Trabalho</b> Exame médico: (Obrigatório) <b>Mudança de Risco</b> Exame médico: (Obrigatório) <b>Demissional</b> Exame médico: (Obrigatório)
	Auxiliar de Almoxarife	Mecânicos/Acidentes Ausência de Agentes Nocivos ou Atividades Especiais	(A) Contato com objetos escoriantes (A) Partículas volantes nos olhos (A) Queda de objetos sobre os pés (O) Ausência de agente nocivo ou de atividades previstas no Anexo IV do Decreto 3.048/1999	Exame médico	<b>Admissional</b> Exame médico: anual (Obrigatório) <b>Periódico</b> Exame médico: anual (Obrigatório) <b>Retorno ao Trabalho</b> Exame médico: (Obrigatório) <b>Mudança de Risco</b> Exame médico: (Obrigatório) <b>Demissional</b> Exame médico: (Obrigatório)

## 12. ASSINATURA DO(S) RESPONSÁVEL(IS)



---

**Plínio da Cruz Carreira**

Médico(a) Responsável

CRM: 27220/SP - RQE: 15705/SP

## **ANEXO II – MEDIDAS PREVENTIVAS E RECOMENDAÇÕES**

### **A – AÇÕES PREVENTIVAS E PROMOÇÃO DA SAÚDE**

São obrigações e responsabilidade da empresa adotar e aplicar todas as medidas e atividades preventivas visando a prevenção de acidentes e doenças relacionadas ao trabalho, a promoção da saúde de seus funcionários, assim como orientar para os riscos no ambiente de trabalho.

**As instruções devem ser entregues ao trabalhador, mediante recibo que deve ser guardado e arquivado.**

#### **1 – Ordens de Serviço (NR-1)**

A empresa deverá elaborar ordens de serviço sobre segurança e medicina do trabalho, principalmente os relacionados a:

- prevenção de atos inseguros e acidentes e os procedimentos que devem ser tomados na execução da função;
- Divulgar as obrigações e proibições que os trabalhadores devam conhecer e cumprir
- Fornecer, orientar, treinar, obrigar e fiscalizar o uso adequado do EPI pelo empregado, quando indicados;
- Informar os riscos existentes no ambiente de trabalho, os cuidados a tomar na prevenção de acidentes e doenças e o resultado dos exames médicos realizados;
- Adotar medidas para eliminar e/ou neutralizar a insalubridade e as condições inseguras do trabalho;
- Dar conhecimento aos trabalhadores de que constitui ato faltoso a recusa injustificada o cumprimento das ordens recebidas, não realizar os exames médicos previstos e o não uso dos EPI's fornecidos.

#### **2 - Treinamentos Obrigatórios**

##### **a - CIPA – Comissão Interna de Prevenção de Acidentes – NR-5**

Todas as empresas, conforme o Quadro 1 da NR-5, devem constituir a CIPA ou indicar um designado, e realizar o seu treinamento anualmente.

##### **b - Capacitação /Treinamento/ Uso de EPI's/Prevenção de acidentes**

A empresa deve realizar e comprovar a capacitação dos trabalhadores para as atividades executadas, visando à prevenção de acidentes e doenças e a promoção da saúde no ambiente de trabalho, entre elas:

###### **1 Ações de promoção da saúde**

- a. Orientar os funcionários em relação à prevenção das DST/AIDS, ao uso de drogas, álcool e tabagismo, causas frequentes de absenteísmo e acidentes no trabalho, através de palestras, cartazes, etc.

###### **2 Treinamento e capacitação dos trabalhadores.**

- a. Ser realizado obrigatoriamente na admissão, antes do trabalhador assumir as atividades, e periodicamente, sempre que necessário ou conforme legislação específica.
- b. Ser realizado sempre que mudem as condições, os procedimentos e os riscos no ambiente de trabalho ou haja a ocorrência de eventos graves e/ou não previstos.
- c. Ser específico para cada local e tipo de atividade a realizar e os equipamentos utilizados;
- d. Sobre os riscos inerentes ao trabalho executado, incluindo os tipos de acidentes e/ou doenças específicos da atividade e as medidas de prevenção, controle e procedimentos específicos.
- e. Elaboração e emissão de ordens de serviço, as orientações administrativas para o tipo e local da atividade, os procedimentos a seguir e as condutas preventivas a tomar.

###### **3 Uso dos EPI's**

- a. Fornecer, treinar, obrigar e fiscalizar o uso intensivo dos EPI's específicos, se indicados.

###### **4 Atendimento em emergências e primeiros socorros**

###### **5 Prevenção de acidentes e/ou doenças no ambiente de trabalho.**

- a. Elaborar, orientar e implantar as medidas indicadas visando prevenir e/ou minimizar a ocorrência de incidentes, acidentes e doenças no ambiente de trabalho e as normas, locais de atendimento e procedimentos a adotar na sua ocorrência.

## 6 Qualificação e supervisão

As atividades devem ser realizadas por pessoal devidamente treinado e capacitado.

## 7 Todas as instruções devem ser entregues ao trabalhador, mediante recibo que deve ser guardado e arquivado.

### c - Atendimento em Emergências e Primeiros Socorros.

A empresa deve manter equipe treinada e atualizada em primeiros socorros e emergências

- 1 O treinamento deverá ser realizado e atualizado anualmente
- 2 Montar uma caixa de primeiros socorros para uso imediato e de fácil acesso a todos os funcionários.
- 3 Elaborar e implantar os procedimentos de atendimento e primeiros socorros a acidentados, por escrito, incluindo os locais de encaminhamento para atendimento.
- 4 O treinamento deve ser direcionado, no mínimo, para os possíveis acidentes/doenças relacionados com a atividade executada e aos riscos a que ficam expostos na empresa.
- 5 Disponibilizar equipe treinada e atualizada compatível com o tamanho e atividades da empresa.
- 6 No final do presente anexo estão descritos:

Modelo básico para o atendimento imediato ao acidentado.

Orientações sobre condutas e locais para encaminhamento (a ser preenchido pela empresa).

**Recomendamos o treinamento anual de no mínimo 2 ou 3 trabalhadores para cada grupo de 20.**

## 3 – VACINAS

- Recomendamos à empresa orientar para a importância do funcionário manter atualizado o seu programa de vacinação.
- Todo trabalhador deve manter atualizado o programa de vacinação, assim como as vacinas específicas para a atividade que vai executar.
- A melhor época para verificar o estado vacinal do funcionário é quando da admissão.
- As vacinas devem ser aplicadas preferencialmente quando da admissão do trabalhador, se não aplicadas antes, ou esquema vacinal vencido.
- A maioria das vacinas indicadas está disponível nas unidades do SUS, sem ônus para a empresa. Recomendamos, no mínimo, as vacinas abaixo.

### a Vacina contra tétano e difteria.

Aplicar no ato da admissão, se não vacinados em dia.

Não vacinados anteriormente e/ou não sabem, aplicar 03 doses – no ato, 30 e 180 dias após.

Para os vacinados c/esquema completo (**3 doses**), aplicar uma dose de reforço a cada 10 anos.

### b Vacina antigripal

A gripe e suas complicações são uma das causas mais frequentes do absenteísmo nas empresas e nos gastos com medicação.

Recomendamos a sua aplicação anual em março ou abril, para todos os funcionários.

### c Outras vacinas poderão ser aplicadas em campanhas próprias da empresa e/ou em casos específicos

## 4 - EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO

### Individual – Uso de EPI adequado (conforme a NR-6)

O uso do EPI adequado pelos funcionários está indicado conforme os agentes agressivos a que estão expostos.

A empresa é obrigada a fornecer aos empregados, gratuitamente, os EPI's adequados ao risco, em perfeito estado de conservação e funcionamento.

**Os dados sobre uso e modelos do EPI devem constar do PPP do funcionário.**

**Deverão ser utilizados obrigatoriamente os EPI's descritos no PPRA**

## **B – MEDIDAS PREVENTIVAS RELACIONADAS AO TRABALHO**

### **1 - Organização do trabalho**

No trabalho, em função das tarefas executadas, ritmo e normas de produção, o trabalhador fica exposto a fatores de risco que, se não devidamente cuidados, poderão ser agentes desencadeantes ou agravantes de acidentes e doenças no trabalho, como as LER/DORT e o estresse.

Cabe à empresa, orientar, conforme o caso, para:

- O rodízio de funções e/ou diversificação de tarefas em trabalhos repetitivos e/ou exijam atenção/concentração intensos. Realizar pausas de 5-10 minutos a cada 50 trabalhados.
- Alternar as posturas (trabalhar sentados/de pé por longos períodos), quando indicado;
- Treinamento/capacitação intensivos dos funcionários para as atividades executadas.
- Evitar a realização de horas extras frequentes, principalmente nas atividades repetitivas e/ou que exijam esforço físico, atenção e concentração intensa.

### **2 - Mobiliário e equipamentos**

Recomendamos à empresa adequar o mobiliário conforme a NR-17, item 17.3., visando dar uma postura mais adequada e maior conforto no trabalho, principalmente nas atividades que exijam:

- Trabalhos sentados por longos períodos;
- Posturas e/ou movimentos inadequadas, como os movimentos de coluna e membros superiores freqüentes, esforço físico;
- Repetitividade de movimentos;
- Esforço visual, atenção e concentração frequentes e/ou contínuos

### **3 - Contagem e Movimentação de CARGAS.**

O trabalho na manipulação de cargas é causa frequente de acidentes, principalmente de membros superiores, coluna lombar e quedas. Visando a sua prevenção, deverá a empresa:

#### **1 Treinamento e capacitação do trabalhador (vide item III-B.2.b)**

#### **2 Prevenção de acidentes (vide item III-B.2.b).**

- a Evitar subir/descer escadas com frequência, que são causas comuns de inchaço nas pernas e varizes, dores na coluna e de acidentes.
- b Treinamento na movimentação adequada de cargas - como levantar, transportar peso a fim de prevenir as lesões, principalmente de coluna.
- c Na movimentação de cargas que exijam esforço físico e repetitividade, causas frequentes de acidentes, recomendamos realizar o rodízio de funções e/ou diversificação de tarefas.
- d Orientar para que se evite o transporte manual de cargas, em pisos molhados e/ou escorregadios, a fim de evitar acidentes.
- e O funcionário deve evitar a utilização de adornos, como anéis e pulseiras durante a jornada de trabalho, já que poderão colaborar para a ocorrência de acidentes.
- f Na área de depósito/estoque se encontra com frequência a presença de poeira em grande intensidade, que são causas de alergias e problemas respiratórios. Também pode ser encontrada a presença de animais peçonhentos, como ratos, aranhas e escorpiões, causadores de ferimentos, reações alérgicas, alterações respiratórias e neurológicas e muitas vezes doenças fatais, como a parada cardíaca.

#### **3 Possíveis danos a saúde (entre outros)**

LER/DORT - Tendinites/Lombalgias

Perdas auditivas, quando da exposição a ruído.

Acidentes em geral – quedas, fraturas, entorses, lesões e ferimentos;

Patologias Respiratórias, como alergia, rinite, bronquite, asma

Patologias cardíacas com arritmias e parada cardíaca;

Patologias neurológicas;

Reações alérgicas graves por picadas e mordeduras.

#### **4 Uso dos EPI's (quando indicados e descritos no PPRA)**

Fornecer, treinar, obrigar e fiscalizar o uso intensivo e adequado dos EPI's, indicados.  
Nos locais com muita poeira e a presença de animais, usar máscara respiratória e luvas.

#### **5 Treinamento anual em emergências e primeiros socorros.**

Atenção especial deve ser dada ao treinamento em primeiros socorros quando da ocorrência de acidentes graves, principalmente nas lesões de coluna e por picadas de animais.

#### **6 Realização dos exames médicos descritos no Anexo I do presente PCMSO**

### **C – SERVIÇOS TERCEIRIZADOS / PRESTADORES de SERVIÇOS.**

#### **1 - Empresa contratante dos serviços**

Conforme a NR-7, item 7.1.3, cabe à empresa contratante de mão de obra prestadora de serviços:

- 1- - Informar sobre os riscos existentes nos Postos de Trabalho;  
- Orientar para as medidas de proteção adequadas e indicadas;  
- Auxiliar na elaboração dos Laudos e Programas pertinentes e exigidos, como PPRA e LTCAT ou fornecer cópia dos mesmos, quando elaborados. Esses dados são importantes para auxiliar na elaboração do PCMSO do Posto de Trabalho específico, conforme descrito abaixo.
- 2- Exigir dos prestadores e/ou funcionários terceirizados os mesmos treinamentos que realiza para seus funcionários naquele Posto de Trabalho, quando existentes.
- 2- Exigir a capacitação dos trabalhadores para as atividades que irão realizar;
- 3- Supervisionar e exigir a implementação das medidas de segurança das empresas contratadas.
- 4- Auxiliar na elaboração e implementação do PCMSO, nos locais de trabalho onde os serviços estão sendo prestados ou fornecer cópia do mesmo, quando elaborado.

#### **2 - Empresa contratada para a prestação dos serviços**

A empresa, quando contratada para a prestação de serviços para outras empresas deverá:

- 1- Elaborar o PPRA de cada empresa e/ou Posto de Trabalho onde vai prestar serviços e/ou solicitar cópia do PPRA da empresa contratante.

No mínimo, em serviços de curto prazo, realizar a ANÁLISE PRELIMINAR DE RISCOS (APR).

Tem a finalidade de avaliarmos as condições ambientais de trabalho dos funcionários e uma possível exposição a riscos ocupacionais /agentes nocivos à saúde.

Com isso avaliamos a necessidade de:

- Realizar exames específicos (médicos e complementares);
- Orientar o trabalhador em relação aos riscos a que está e/ou ficará exposto;
- Orientar para o uso de EPI's quando indicados;
- Padronizar procedimentos e/ou realizar treinamentos específicos;
- Preenchimento adequado do ASO (Atestado de Saúde Ocupacional).

- 2- **Treinamento**

Realizar o treinamento de seus funcionários conforme descrito no PCMSO-base.

Realizar também o treinamento específico para cada local e tipo de serviço.

Informar, treinar e orientar na admissão e periodicamente sobre os agentes nocivos a que estão expostos e na prevenção de acidentes e doenças, específicos de cada local de trabalho.

Fornecer, treinar, obrigar e fiscalizar o uso adequado dos EPI's pelos funcionários, se indicados.

Realizar além do treinamento próprio, os realizados pela empresa contratante para aquele Posto de Trabalho.

- 3 **Realizar, no mínimo, os mesmos exames (médicos e de laboratório), treinamentos e procedimentos dos funcionários da empresa contratante, específicos para aquele local.**

## 2 – FLUXOGRAMA PARA ATENDIMENTO BÁSICO

A empresa deverá realizar o treinamento de funcionários no atendimento em primeiros socorros e anotar os nomes em locais visíveis para serem chamados se necessário.

### AFIXAR ESTE CARTAZ EM LOCAL VISIVEL A TODOS OS FUNCIONÁRIOS

(anote telefones e endereços dos prontos-socorros /taxis mais próximos da empresa.)

#### QUEM FAZ E O QUE FAZER EM CASOS DE ACIDENTES:

A – O brigadista e/ou o socorrista (que fez o treinamento em PS)

B - Fazer uma relação com o nome dos socorristas /horário/cargo e/setor

C – Anotar aqui o nome e número do taxista p/casos de emergência

D – Anotar aqui o nome, endereço e telefone do Pronto-socorro ou hospital mais próximo para casos de emergência

#### Ocorrência do acidente/Mal súbito – O que fazer

##### I – Quem atende o acidentado

###### A - Ocorre um acidente

Quem assiste o acidente deverá solicitar pelo Socorrista e/ou Brigadista de imediato

Como – Chamar por telefone/gritar/outro. **NÃO ABANDONAR A VITIMA**

###### B - Socorrista avalia e analisa o acidente:

Afastar curiosos

Avaliar o local do acidente – avaliar necessidade de retirado do local (piscina/incêndio)

Avaliar o tipo e causa do acidente – ferimentos, fraturas, entorse, desmaio, mal súbito, etc.

##### II – Avaliação e Condutas do socorrista

**Avaliar o acidentado** – Prestar o 1º atendimento. Usar luvas, sempre que possível.

#### A – VITIMA ESTÁ CONSCIENTE

1 - Perguntar o nome, o que aconteceu, o que está sentindo, se tem alguma doença, se toma alguma medicação, se já aconteceu antes. Acalmar o acidentado.

##### 2 – Atendimento local / Casos específicos -

Avaliar a necessidade de imobilização / Estancar hemorragias / Ventilação

##### 3 – Avaliar a necessidade de encaminhar ao Pronto socorro?

###### a – Não

Tomar as medidas indicadas ao tipo de acidente. Se o atendimento básico resolver, orientar e liberar.

###### b – Sim

##### b.1 - CASOS LEVES, NÃO GRAVES (ferimentos, entorses, etc.)

Encaminhar ao PS mais próximo, de táxi acompanhado sempre por funcionário.

Avisar os familiares e/ou a chefia.

##### b.2 - CASOS GRAVES – NECESSITA DE AMBULÂNCIA

Ligar para Bombeiros – 193

SAMU – 192

## **B – VÍTIMA INCONSCIENTE**

**B.1 – Verificar a responsividade do acidentado e se está ou não respirando**

**B.2 – Verificar se tem batimentos cardíacos (apalpar pulso da carótida)**

**Realizar a avaliação em não mais que 5-10 segundos – NÃO PERCA TEMPO**

### **POSSIVEIS CAUSAS:**

**1 – Desmaio – está respirando e tem batimentos cardíacos**

**Se atendimento básico resolver, acompanhar e liberar. Se não, chamar 193,192.**

**2 – Inconsciente por período longo/ causa desconhecida**

**Está respirando e com batimentos cardíacos**

**Ligar de imediato para 193 / 192**

**3 – Ausência de sinais vitais**

**Não responde a estímulos, não respira, e sem batimentos cardíacos**

**Não perca tempo. Você está frente a uma PCR - Parada cardio - respiratória.**

**Aplicar o SBV/Suporte Básico de Vida imediatamente**

### **B.1 – O que fazer na vítima com PCR**

**B.1.1 – Gritar por ajuda (não saia próximo da vítima. Iniciar de imediato as manobras)**

**B.1.2 - CHAMADO de EMERGÊNCIA (peça para alguém fazer isso)**

**Ligar para 193 – Bombeiros ou 192 – SAMU**

**Obs.: Solicitar o DEA (Empresas em que está disponível)**

**Afixar em local bem visível como proceder (alarme/telefone)**

**B.1.3 - APLICAR a RCP, enquanto aguarda a chegada do SAMU ou Bombeiros:**

**Começar sempre pela massagem cardíaca. Não perder tempo.**

**Devem ser realizadas em média 100 massagens por minuto**

**SOMENTE 1 socorrista – Realizar somente a massagem cardíaca contínua (+- 100/minuto)**

**2 socorristas – 1 socorrista faz a massagem cardíaca e outro a respiração boca a boca**

**A cada 30 massagens aplicar 2 respirações rápidas (1 segundo cada)**

**Importante: a +- cada 2 minutos verificar a pulsação na artéria carótida**

**D – APLICAR o DEA – Quando houver na empresa**



**Dr. Plínio da Cruz Carreira**  
**Médico Coordenador do PCMSO**  
**CRM 27220 MTb 15705**



## **SUBSTABELECIMENTO MÉDICO**

Dr. Plínio da Cruz Carreira, Médico do Trabalho, CRM 27.220 / MTB 15.705, coordenador do Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional substabelece o IPAMO – INSTITUTO PAULISTA DE MEDICINA OCUPACIONAL LTDA S/S, CNPJ 01.785.152/0001-00 e os médicos abaixo relacionados para realização dos exames médicos ocupacionais previstos na NR-7, podendo emitir o Atestado de Saúde Ocupacional – ASO.

Dra. Beatriz Cristine Guimaraes Ferreira – CRM 139.891

Dra. Barbara Cristina Gaião Guzella – CRM 176.247

Dra. Ludmilla Altino de Lima Marcussi – CRM 161.219



---

**Médico Coordenador do PCMSO**  
**Plínio da Cruz Carreira**  
**CRM 27220 - MTB 15705**