

PLANO DE AÇÃO DE ENFRENTAMENTO À COVID-19



JF
PREFEITURA



CESAMA
água é vida

Principais ações



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

- 1 - Distanciamento social (principal ação);**
 - 1.1 - Antecipação de férias e PA, Home Office;**
 - 1.2 - Retorno gradual ao trabalho a partir de 11/05/2020;**
- 2 - Uso obrigatório da máscara;**
- 3 - Aferição de temperatura corporal (febre);**
- 4 - Momento COVID (orientações);**
- 5 - Divulgação e conscientização;**
- 6- Limpeza e higienização dos ambientes de trabalho e superfícies de contato;**

Principais ações



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

- 7- Regras para utilização das copas e refeitórios;
- 8 - Uso de sistemas de condicionamento de ar;
- 9- Regras de acesso às unidades da Cesama por visitantes, fornecedores e entregadores;
- 10- Notificações das contratadas COVID-19;
- 11- Fornecimento de insumos: Máscaras, álcool gel, álcool líquido 70, EPIs e sabonete líquido;
- 12- Medidas específicas para a Agência de Atendimento.

1 - Distanciamento social



PLANO DE AÇÃO DE ENFRENTAMENTO À COVID-19

1.1- Jornada de trabalho reduzida - dois turnos de 6 horas, com horário flexível nas entradas, saídas e intrajornadas;

- ✓ **Motivo:** Evitar aglomerações nos ambientes de trabalho: salas, corredores, acessos, elevador, menor exposição social, e a não utilização dos refeitórios;
- ✓ **Público alvo:** Para todos os empregados, exceto a equipe do DEST e os que trabalham em escalas de revezamento (guaritas, telemetria / manobra, backoffice e estações de tratamento de água e esgoto), devendo ser obedecida a escala previamente estabelecida;
- ✓ Ficar a cargo de cada gestor escalar os empregados por turnos e horário diferenciado de início de jornada (preferencialmente manter em média 50% do efetivo por sala);
- ✓ É obrigado o gozo de intervalo de 15 (quinze) minutos, não sendo necessário o seu registro, em virtude da adoção do ponto por exceção.

1- Distanciamento social



PLANO DE AÇÃO DE ENFRENTAMENTO À COVID-19

1.2- Funcionamento da redução de turno e do horário flexível:

✓ **Áreas administrativas e comercial:**

. **Turno da Manhã:** entrada entre 7h e 8h e saída entre 13h e 14h;

. **Turno da Tarde:** entrada entre 12h e 13h e saída entre 18h e 19h.

FUNCIONÁRIOS	TURNO DA MANHÃ		TURNO DA TARDE	
	HORÁRIO DE ENTRADA	HORÁRIO DE SAÍDA	HORÁRIO DE ENTRADA	HORÁRIO DE SAÍDA
A	07h00min	13h00min	X	X
B	07h30min	13h30min	X	X
C	08h00min	14h00min	X	X
D	X	X	12h00min	18h00min
E	X	X	12h30min	18h30min
F	X	X	13h00min	19h00min

1- Distanciamento social



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

✓ Áreas técnicas e operacionais:

. Turno da Manhã: 7h às 13h;

. Turno da Tarde: 12h às 18h.

GRUPO	TURNO DA MANHÃ		TURNO DA TARDE	
	HORÁRIO DE ENTRADA	HORÁRIO DE SAÍDA	HORÁRIO DE ENTRADA	HORÁRIO DE SAÍDA
A	07h00min	13h00min	X	X
B	X	X	12h00min	18h00min

1 - Distanciamento social



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

- ✓ **Teletrabalho (home office):**
 - Manter o regime de home office, enquanto perdurar o estado de calamidade, para os empregados indicados pelos gerentes e autorizados pela diretoria da área;
 - Os empregados indicados para o regime de home office deverão cumprir sua jornada integralmente, obrigando-se a manter o período de trabalho ordinariamente adotado;
 - A diretoria poderá incluir ou excluir empregados desse regime a qualquer tempo.

2- Uso obrigatório da máscara



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

Decreto nº 13.929, de 17 de abril de 2020 da Prefeitura de Juiz de Fora:

Art. 9º A) Como medida para impedir a propagação do vírus, através da criação de uma barreira física, passa a ser obrigatório o uso de máscaras para todos os munícipes que:

I - transitem em espaços públicos, como ruas, praças, estabelecimentos públicos e privados, em funcionamento na forma admitida por este Decreto;

II - utilizem o transporte coletivo, transporte individual, táxis, aplicativos e outros.

2- Uso obrigatório da máscara



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

- ✓ **Distribuição de máscaras e orientações de utilização e higienização:**
 - Todos os empregados em regime de trabalho presencial receberam kit com quatro máscaras e as orientações pela equipe do DEST;
 - Os empregados que retornarão ao trabalho nos dias 11 e 13/05 receberão quatro máscaras cada um, e serão avisados sobre a retirada entre os dias 04 e 07/05 (divulgação whatsapp e chefias);
 - **Blitz nos acessos às unidades:** Será realizada pelos técnicos de Segurança do Trabalho (fiscalização constante);
 - **Ampla divulgação:** Intranet, whatsapp, murais, cartazes e adesivos (em andamento).

3- Aferição de temperatura corporal (febre)



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

Objetivo: Mensurar e avaliar a temperatura corporal do funcionário e seu estado de saúde ou possibilidade de contaminação pela COVID- 19, com a finalidade de identificar e isolar, reduzindo a possibilidade de contaminação de outras pessoas;

Procedimento - Medição: testa, distância: 3 a 5 cm (sem contato);
Isolar o funcionário com temperatura alterada, anotar o resultado, nome, telefone do funcionário;

- ✓ Se T° entre 37,5° e 37,9°C, esperar e medir novamente ao final das medições;
- ✓ Se T° maior de 37,9°C, assinar Termo de Responsabilidade, entrar em contato com Médico do Trabalho.

3- Aferição de temperatura corporal (febre)



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

✓ **Procedimento:**

- A aferição de temperatura será realizada por enfermeiros contratados no início da jornada de trabalho em dois turnos: Sede, São Mateus, Santa Terezinha e Nova Era;
- Nas Estações de Tratamento de Água (ETAs) e Esgoto (ETEs), guaritas e Agência de Atendimento, a aferição de temperatura será realizada de forma itinerante diariamente.

3- Aferição de temperatura corporal (febre)



PLANO DE AÇÃO DE ENFRENTAMENTO À COVID-19

Cesama	POP Procedimento Operacional Padrão	JF PREFEITURA CESAMA água é vida
POP: 001	Sinais Vitais – Medida de Temperatura	22/04/2020
Elaboração	Dr. Luiz Antônio Ayalar	CHMMG 13.921
Operacionalização	Enfermeiros Carlos XXXXXXXXXX , XXXXXXXXXX , Monteiro	COBEN
Localis	Equipe DEST	
Localis	DERH, Garagem S. Mateus, DERL, Santa Teresinha, DERH, SEDE e demais locais	
Definição	A. Temperatura é uma maneira rápida e eficiente de controlar a condição de um paciente ou identificar possível problema de contaminação de forma objetiva.	
Motivação	<ol style="list-style-type: none"> 1. O COVID-19 é uma doença de fácil transmissão. 2. O COVID-19 é transmitido através de gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro, contato pessoal (aperto de mãos), contato com superfícies contaminadas e após, tocar o rosto. 3. Os sintomas do COVID-19 são febre alta, tosse seca, dificuldade para respirar, coriza. 4. Os pacientes infectados pelo COVID-19 transmitem a doença por 14 (sete) dias após o início dos sintomas, em média. 5. É possível que uma pessoa sem sintomas aparentes transmita o COVID-19. 6. Deve ser frequente a higienização das mãos com água e sabão, e na impossibilidade, realizar com álcool em gel 70%. 	
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> - Mensurar e avaliar a temperatura corporal do funcionário e seu estado de saúde ou possibilidade de contaminação pelo Covid 19; - Registrar e relatar e providenciar afastamento para observação. - A mensuração da temperatura corporal por meio de um termômetro infravermelho; - Controlar possível contaminação, realizando prevenção de afastamento do XXXXXX; - Reduzir possibilidade de contato de funcionários pelo covid 19. 	
Materiais	<ul style="list-style-type: none"> □ Termômetro infravermelho; □ Luva, Óculos de Proteção, Máscara e Jaleco □ Algodão; □ Álcool a 70%; □ Papel toalha; □ Caneta e papel para anotação. 	
Técnica:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Estar usando os XXXX, jaleco, máscara, óculos de proteção e luva, realizar a desinfecção do termômetro infravermelho com álcool a 70% no início e término do expediente e sempre que contaminado; 2. Organizar o material necessário; Calibrar o Termômetro; 3. Realizar a higienização das mãos no início e fim dos trabalhos e sempre que necessário; 4. Atender somente os funcionários com máscara; 5. Atender a privacidade do paciente; 4. Explicar o procedimento ao funcionário; pedir que ele fique de olhos fechados e não converse; 5. Medição: Local: Testa; Distância: 3 a 5cm; Aguardar sinal sonoro de término; 6. Anotar o resultado dos alterados: nome, TRÇ e fone de contato do funcionário; 7. Isolar o funcionário com XXXX alterada; 8. Atenção: se T° >37,6 e <38°C, esperar e medir novamente ao final das medições; se >37,8°C, avisar ao Médico do Trabalho ou ao DEST e sua chefia imediata. 9. Recolha o material, higienize e mantenha a unidade organizada; 	
Observação	<ul style="list-style-type: none"> □ Alterações na temperatura foram comunicadas ao Médico do Trabalho ou ao DEST; que decidirá encaminhar funcionário para quarentena e avisará DERH para decidir sobre a forma administrativa possível. □ Atender para o Higiêntico estabelecido; □ Especial atenção para pacientes em precaução de contato; □ Cuidados com material, acondicionamento e calibração. □ A Resolução da Diretoria Colegiada da ANVISA/RDC 145/21/03/2017, proíbe em todo o território nacional a fabricação, importação e comercialização, assim como o uso em serviços de saúde dos termômetros de mercúrio; 	
Referências Bibliográficas	<p>Ministério da Saúde; OMS e ANVISA;</p> <p>POP JF JF:</p> <p>NETTIVA, Sandra M. Prática de Enfermagem. 10ª Ed. Rio de Janeiro: Guanabara XXXXXX, 2016.</p> <p>SILVA, XXXX PEREIRA, XXXX MEGUIITA, XXXX. Procedimentos de Enfermagem: XXXXXXXXXX para o cuidado. Rio de Janeiro: Guanabara XXXXXX, 2004.</p> <p>XXXXXXXXXX CUNHA XXXXXX. Procedimentos Operacionais Padrão em Enfermagem. São Paulo: XXXXXX, 2014.</p>	



4- Momento COVID



PLANO DE AÇÃO DE ENFRENTAMENTO À COVID-19

São divulgações diárias com orientações aos empregados sobre o combate ao coronavírus;

Canais: Whatsapp e itinerantes através dos técnicos de Segurança do Trabalho.

FAÇA A SUA AUTOAVALIAÇÃO DE RISCO

CESAMA NO COMBATE AO CORONAVÍRUS

1 Tem febre? Pontos: 5

2 Tem dor de cabeça? Pontos: 1

3 Tem secreção nasal ou espirros? Pontos: 1

4 Tem dor de garganta? Pontos: 1

5 Tem tosse seca? Pontos: 3

6 Tem dificuldade para respirar? Pontos: 10

7 Tem dor no corpo? Pontos: 1

8 Tem diarreia? Pontos: 1

9 Nos últimos 14 dias, esteve em algum local de COVID-19? Pontos: 3

10 Nos últimos 14 dias, esteve em algum que contacta COVID-19? Pontos: 10

Você está em dúvida se os sintomas que apresenta são característicos da Covid-19 e representam risco?

Faça o teste! Para cada sim respondido, some os pontos equivalentes.

Confira o resultado final. Se cuide!

RESULTADOS

1 RISCO BAIXO 1 até 9 pontos

2 RISCO MÉDIO 10 até 19 pontos

3 RISCO ALTO 20 até 36 pontos

JF PREFEITURA CESAMA água e vida

99198-1141

ADICIONE O WHATSAPP DA CESAMA E FIQUE POR DENTRO DAS NOTÍCIAS DA COMPANHIA

É ESSENCIAL SE MANTER INFORMADO NESTE MOMENTO DE ISOLAMENTO SOCIAL!

Salve no seu celular o Whatsapp da Cesama (99198-1141) e envie para esse número o seu nome completo e departamento para que possamos cadastrá-lo. **Lembramos que, se você não salvar o número da Cesama, não poderá receber nossas mensagens.**

CESAMA NO COMBATE AO CORONAVÍRUS

JF PREFEITURA CESAMA água e vida

4- Momento COVID



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

Itinerante.



5- Divulgação e conscientização



PLANO DE AÇÃO DE ENFRENTAMENTO À COVID-19

- Comunicação visual educativa: Intranet, murais, whatsapp, cartazes e adesivos (em andamento).



CESAMA NO COMBATE AO CORONAVÍRUS



Conheça os sintomas

Se você apresenta algum dos sintomas compatíveis com a Covid-19 (febre, tosse seca ou dificuldade para respirar), **não frequente ambientes com grande aglomeração**. Evitar a propagação do vírus é nossa responsabilidade!



DIFICULDADE PARA RESPIRAR



TOSSE SECA



FEBRE



CESAMA NO COMBATE AO CORONAVÍRUS

9 alimentos saudáveis para aumentar sua imunidade

Confira alguns alimentos ricos em vitaminas e com propriedades anti-inflamatórias que irão ajudar você a manter seu organismo menos suscetível a doenças.



FRUTAS CÍTRICAS



NOZES E AMENDOIM



COGUMELO SHITAKE



CANELA



TOMATE



ALHO



GENGIBRE



VEGETAIS VERDE-ESCURO



PIMENTA



CESAMA NO COMBATE AO CORONAVÍRUS



Para sua proteção, a Cesama tornou obrigatório o uso de máscaras no trabalho

Seguindo o decreto nº 13.929/2020, da Prefeitura de Juiz de Fora (PJF), a Cesama tornou obrigatório o uso de máscara para seus empregados, como forma de prevenção contra a COVID-19.

A máscara está sendo distribuída gratuitamente na companhia. Caso ainda não tenha obtido a sua, entre em contato com o Departamento de Segurança e Medicina do Trabalho (DEST) da empresa, através do ramal 9472.

Confira ao lado quais são as probabilidades de contágio de quem usa e de quem não usa a máscara. Previna-se!



1- MUITO ALTA



2- ALTA



3- MÉDIA



4- BAIXA

6- Limpeza e higienização dos ambientes de trabalho e superfícies de contato



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

- Limpeza intensificada nos ambientes de trabalho e superfícies de contato (DSGD/RMX);
- Distribuição de insumos para os empregados que compartilham objetos e equipamentos (disponibilização de borrifadores com álcool líquido 70%);
- Higienização dos veículos compartilhados.

7- Regras para utilização das copas e refeitórios



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

- **Sede:**

A copa e refeitório da sede permanecerão fechados. Quem preferir, durante este período de pandemia, poderá trazer o lanche já preparado e lanchar no seu posto de trabalho, desde que sejam tomados todos os cuidados de distanciamento, higienização e de contato. As garrafas de café serão disponibilizadas por andar em locais estratégicos.

7- Regras para utilização das copas e refeitórios



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

- **São Mateus, Santa Terezinha e DERN**

As copas permanecerão abertas, limitando o uso e permanência de apenas de uma pessoa por vez. Respeitando todos os cuidados de higiene e tempo de permanência (serão afixados cartazes).

Os refeitórios poderão ser utilizados, em caso excepcionais, desde que sejam respeitadas as demarcações dos espaços e o número de bancos disponíveis, mantendo assim, o distanciamento social e seguindo todos os cuidados de higienização e de contato (haverá sinalização).

As áreas de lazer ficarão fechadas durante esse período.

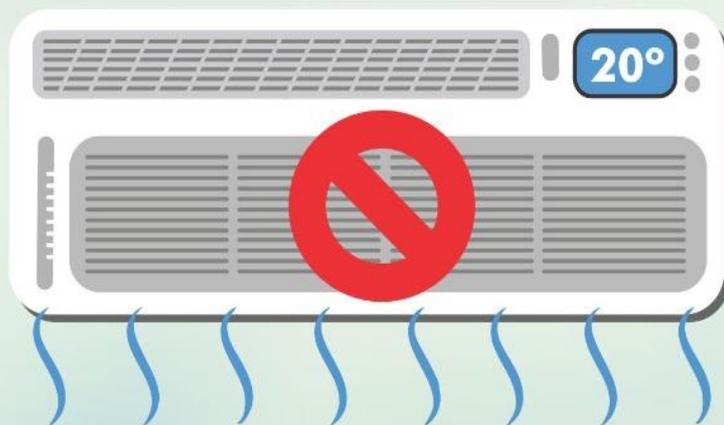
8- Uso de sistemas de condicionamento de ar



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

- Serão afixados adesivos nos aparelhos de ar condicionado, em todas as unidades da Cesama:

EVITE USAR O AR CONDICIONADO



Procure manter a ventilação natural do ambiente, abrindo as janelas. Assim, você evita que o coronavírus circule com mais intensidade. Previna-se!



CESAMA NO COMBATE
AO CORONAVÍRUS



JF
PREFEITURA

CESAMA
água é vida

9- Regras de acesso às unidades da Cesama por visitantes, fornecedores e entregadores

- Fornecedores serão orientados quanto às exigências para acesso às unidades da Cesama;
- Empregados das recepções e da segurança patrimonial serão orientados sobre a obrigatoriedade de impedir acesso de pessoas em desacordo com as exigências da Cesama.



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19



CESAMA NO COMBATE
AO CORONAVÍRUS



**O USO DE MÁSCARA
É OBRIGATÓRIO PARA
ACESSAR ESTE LOCAL.**

Decreto Municipal nº 13.929, de 17 de abril de 2020



10- Notificações das contratadas COVID-19



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

O DEST notificou as contratadas através de e-mail, com cópia para todos os gerentes:

- “1. Fornecer máscaras aos seus empregados em número adequado (mínimo 03) obrigando ao uso constante e orientando quanto ao uso e higienização corretos. Podem ser adotadas as de “modelo caseiro” desde que atendam às determinações do Ministério da Saúde;
2. Orientar quanto às medidas de higiene necessárias com relação à lavagem das mãos, manuseio de máscaras, cumprimentos com contato físico, proximidade com outras pessoas, uso de transporte coletivo, cuidados com vestuário e calçados, cuidados em veículos trabalho, etc;
3. Orientar seus contratados, fornecedores, entregadores de mercadorias, etc. que adentrem as unidades da Cesama a usarem obrigatoriamente máscaras e cumprirem as orientações de higiene preconizadas pelos órgãos de saúde.

11- Fornecimento de insumos



PLANO DE AÇÃO DE ENFRENTAMENTO À COVID-19



MÁSCARAS



ÁLCOOL EM GEL



ÁLCOOL LIQUIDO
70%



BORRIFADORES

12- Medidas específicas para a Agência de Atendimento



PLANO DE AÇÃO DE
ENFRENTAMENTO
À COVID-19

- Banco de Horas para os empregados com mais de 60 anos;
- Manter regime de teletrabalho (Home Office) para os empregados indicados pela GECO;
- Adotar 2 turnos conforme item 1.2;
- Ampliar o horário de atendimento ao público: (7h30 às 18h);
- Manter a distância entre posto de trabalho (pular um posto);
- Manter atendimentos somente por agendamento;
- Limitar a entrada de usuários, permitindo o acesso de apenas um usuário por atendimento, utilizando máscara obrigatoriamente;
- Fixação de banner e cartazes, com orientações aos usuários;
- Demais medidas de enfrentamento (limpeza e higienização dos ambientes, uso de máscaras obrigatórias, orientações, aferição de temperatura).