



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO  
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE**

---

**NOTA TÉCNICA COVID-19 Nº 41/2020 – SESA/SSVS/GEVS/NEVISAT**

**Orientações para adequação de ambientes e processos de trabalho de estabelecimentos comerciais em face do novo coronavírus (Sars-Cov-2).**

Considerando que o vírus SARS-CoV-2, que causa a Doença pelo Coronavírus 2019 (COVID-19), é um vírus de alta transmissibilidade e por isso torna-se de extrema importância a adoção de medidas preventivas e de controle;

Considerando o cenário epidemiológico da pandemia de COVID-19 e a situação de transmissão comunitária instaurada no Estado do Espírito Santo;

Considerando a Portaria MS nº 188, de 03 de fevereiro de 2020, por meio da qual o Ministro da Saúde declarou Emergência em Saúde Pública de Importância Nacional (ESPIN) em decorrência da Infecção Humana pelo Novo Coronavírus;

Considerando o Decreto Nº 4593-R, de 13 de março de 2020, que decreta o estado de emergência em saúde pública no Estado do Espírito Santo e estabelece medidas sanitárias e administrativas para prevenção, controle e contenção de riscos, danos e agravos decorrentes do surto de coronavírus (COVID-19) e dá outras providências;

Considerando a Portaria Nº 58-R de 03/04/2020, que dispõe sobre as orientações gerais a serem adotadas por estabelecimentos comerciais e prestadores de serviço no Espírito Santo, visando práticas de segurança no enfrentamento do novo Coronavírus (COVID-19);

Considerando o Decreto No 4636-R, de 19 de Abril de 2020 que institui o mapeamento de risco para o estabelecimento de medidas qualificadas para enfrentamento da emergência de saúde pública decorrente do novo coronavírus (COVID-19) e dá outras providências;

Considerando a Portaria nº 068-R, de 19 de Abril de 2020, que dispõe sobre o mapeamento de risco para o estabelecimento de medidas qualificadas para enfrentamento da emergência de saúde pública decorrente do novo coronavírus (COVID-19), instituído pelo Decreto nº 4636-R, de 19 de abril de 2020;



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO  
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE**

---

O Núcleo Especial de Vigilância em Saúde do Trabalhador da Secretaria Estadual de Saúde, em conformidade com as orientações do Ministério da Saúde e outros estudos técnicos, recomenda que os estabelecimentos comerciais adotem as seguintes medidas preventivas durante o período de emergência decorrente da COVID-19, no Estado do Espírito Santo:

**1- RECOMENDAÇÕES AOS EMPREGADORES**

Os empregadores devem conhecer e cumprir as orientações emitidas pelas autoridades sanitárias de nível federal, estadual e municipal, promovendo medidas de controle e segurança aos trabalhadores, clientes e usuários do serviço. As orientações abaixo não excluem os estabelecimentos comerciais da observância e atendimento às normas específicas publicadas pelo Governo do Estado, em face da COVID-19.

**Recomendações:**

- Substituir, sempre que possível, o atendimento presencial ao público por serviços online ou por telefone e com entrega domiciliar de compras;
- Informar e divulgar aos trabalhadores as medidas de prevenção a COVID-19 seja por meio de capacitações, cartazes, rede social ou outras fontes de divulgação, e sobre as medidas que devem ser adotadas durante a prestação de serviços, para evitar a disseminação do vírus;
- Divulgar aos clientes, por rede social, cartazes e outras fontes de divulgação as medidas de prevenção a COVID-19 e os procedimentos permitidos no estabelecimento comercial durante as compras;
- Providenciar e manter próximo aos lavatórios, em quantidade suficiente, sabão líquido, papel toalha para lavagem e enxugo das mãos e lixeira que dispense o contato manual, bem como fornecer e repor álcool gel a 70% para descontaminação das mãos e superfícies nos locais desprovidos de lavatórios;
- Ofertar aos trabalhadores condições de prevenção do risco de contágio, por meio de Equipamento de Proteção Individual (EPI) adequados, quando a atividade envolver o



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE**

---

atendimento ao público. O uso da máscara é obrigatório para trabalhadores e clientes (ANEXO I);

- Manter, preferencialmente, a ventilação natural do ambiente de trabalho, providenciando o destravamento e abertura de portas e/ou janelas. Em caso de ambiente climatizado realizar a manutenção de aparelhos de ar condicionado, observadas as orientações das autoridades de saúde;
- Atuar de forma rápida no afastamento de trabalhadores com síndrome gripal, a fim de reduzir o risco de contágio de outros trabalhadores;
- Manter especial atenção aos grupos de risco (portadores de doenças vasculares ou respiratórias crônicas, imunossuprimidos, gestantes, lactantes, idosos entre outros) adotando medidas de redução da exposição, considerando as alternativas como remanejamentos, trabalho à distância e férias;
- Ampliar a frequência de limpeza e desinfecção de áreas comuns, utilizando preferencialmente a varredura úmida (com esfregão ou pano), para evitar suspensão de partículas, e intensificar a higienização dos sanitários. Utilizar Hipoclorito de Sódio a 0,5% (diluir 250 ml de água sanitária em 1 litro de água) ou outros desinfetantes recomendados pelos órgãos da saúde, conforme disponível no site: [http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/SEI\\_ANVISA+-+0964813+-+Nota+T%C3%A9cnica.pdf/71c341ad-6eec-4b7f-b1e6-8d86d867e489](http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/SEI_ANVISA+-+0964813+-+Nota+T%C3%A9cnica.pdf/71c341ad-6eec-4b7f-b1e6-8d86d867e489);
- Intensificar a rotina diária de limpeza e desinfecção de superfícies, móveis, equipamentos, embalagens e outros objetos do ambiente de trabalho (balcões, mesas, carrinhos e cestas de compras, balanças, maçanetas, puxadores, corrimãos, interruptores, máquinas de cartão, teclados, mouses, celulares, telefones fixos, cadeiras, entre outros). Para desinfecção pode ser usado álcool 70% ou outro produto recomendados para este fim de acordo com as características dos materiais a serem desinfetados;
- Suspender reuniões ou outras atividades que promovam aglomeração e na impossibilidade de suspendê-las, estas devem ser realizadas em ambiente ventilado e mantendo o distanciamento de pelo menos 1,5 metros entre as pessoas;



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE**

---

- Restringir a entrada de pessoas mantendo 1 cliente por 10 m<sup>2</sup> dentro dos estabelecimentos comerciais;
- Organizar revezamentos, escalas diferenciadas de trabalho, teleatendimento, entre outras medidas, para garantir o distanciamento recomendado entre as pessoas dentro dos ambientes comerciais e o congestionamento do transporte público (evitar entradas e saídas em horários de “pico”);
- Para funções administrativas, recomenda-se avaliar a possibilidade de trabalho remoto;
- Organizar o funcionamento dos refeitórios em horários escalonados e ampliar o espaço entre mesas e cadeiras nos locais de refeição e demais postos de trabalho, mantendo uma distancia de 2 metros entre estes móveis;
- Organizar horários de utilização de vestiários, área de descanso e outras áreas comuns, a fim de evitar a aglomeração de trabalhadores na entrada ou saída do expediente e durante a troca de roupas ou descanso;
- Priorizar o uso de embalagens descartáveis e fechadas para acondicionar alimentos e bebidas, em locais que oferecem alimentação e retirada de objetos que possam ser veículo de contaminação, como jogos americanos, toalhas de mesa e enfeites. Proibir o compartilhamento de copos, pratos e talheres;
- Priorizar a instalação de barreiras físicas em locais de atendimento ao público, utilizando materiais como vidros, acrílico ou outros que permitam a proteção e que sejam de fácil higienização. Na impossibilidade de instalar barreira física e manter distanciamento de 1,5 metros, recomenda-se associar o uso da máscara facial com o protetor facial (*face shield*);
- Manter espaços específicos para atendimento ao público;
- Delimitar assentos ou marcações de espaço no chão que garantam o distanciamento de 1,5 metros entre os clientes e/ou entre clientes e trabalhadores;
- Reduzir o tempo de atendimento, sempre que possível.

**2- ORIENTAÇÕES GERAIS AOS TRABALHADORES**



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO  
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE**

---

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

As medidas de prevenção devem ser intensificadas nos ambientes de trabalho e tornarem-se hábitos diários na prevenção do COVID-19.

**Recomendações:**

- Realizar a limpeza adequada e frequente das mãos com sabão líquido e água ou, na impossibilidade, utilizar álcool em gel a 70%, principalmente a cada contato com outra pessoa (Anexos II e III) e após manuseio de material e superfície, bem como higienizar telefones celulares e óculos e outros objetos pessoais que permanecem em contatos com mãos ou superfícies;
- Não utilizar acessórios de uso pessoal e adornos (brincos, colares, pulseiras, anéis, relógios, e outros), uma vez que estes aumentam o risco de contaminação;
- Manter as unhas aparadas e os cabelos presos;
- Quando necessário o uso de bolsas, mochilas ou crachás recomenda-se que sejam laváveis ou de fácil desinfecção;
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos;
- Cobrir boca e nariz ao tossir;
- Ao espirrar ou higienizar o nariz utilizar um lenço descartável e descartá-lo imediatamente em lixeiras;
- Manter distanciamento de no mínimo 1,5 metros entre as pessoas;
- Limpar e desinfetar objetos e superfícies tocados com frequência como telefone, teclado e mouse do computador, botões de elevador, maçanetas, corrimãos;
- Evitar compartilhar objetos de uso pessoal e de trabalho, como calculadoras, computadores, bancadas, canetas, blocos de anotação, entre outros. Se compartilhados, estes deverão ser lavados com água e sabão ou desinfetados com álcool 70%;



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO  
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE**

---

- Comunicar à chefia, imediatamente, o aparecimento de sintomas gripais e procurar os serviços de saúde de referência para atendimento a COVID- 19;
- Evitar cumprimentar colegas de trabalho e clientes com aperto de mãos, abraços, beijos ou outras formas que promovam o contato físico.

**3- ORIENTAÇÕES DURANTE ATENDIMENTO AO CLIENTE**

- O trabalhador deve utilizar a máscara durante todo o expediente de trabalho, mesmo na ausência de clientes;
- O cliente deve ser orientado a colocar a máscara para adentrar no estabelecimento;
- Manter álcool gel a 70% à disposição de clientes e trabalhadores em pontos estratégicos e de fácil acesso, para higienização das mãos, principalmente na entrada do estabelecimento para que os clientes higienizem as mãos ao entrar. O trabalhador deve higienizar as mãos, no mínimo, após cada atendimento;
- Controlar por meio de senhas, ou outros dispositivos, o número máximo de pessoas permitidas no ambiente;
- Garantir o distanciamento mínimo de 1,5 metros entre os clientes durante a espera do atendimento, orientando sobre as demarcações no chão ou assentos em que o cliente deve aguardar o atendimento;
- Dar preferência aos pagamentos efetuados online ou com cartões, os quais devem ser inseridos na máquina pelo cliente para evitar o contato e a máquina deverá ser higienizada após cada utilização. Se o pagamento for realizado com dinheiro, o trabalhador deve higienizar as mãos imediatamente após o contato.

*Reitera-se que as recomendações são elaboradas a partir das evidências disponíveis até a presente data e estão sujeitas a revisão mediante novas publicações e estudos científicos, durante a vigência da pandemia.*



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE**

---

**Liliane Graça Santana**

Chefe do Núcleo Especial de Vigilância em Saúde do Trabalhador – NEVISAT

**Natália Maria de Souza Pozzatto**

Técnica do NEVISAT

**Thais Varanda Dadalto Silva**

Técnica do Nevisat



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE**

---

**REFERÊNCIAS:**

BRASIL, Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA. **NOTA TÉCNICA Nº 04/2020 GVIMS/GGTES/ANVISA. Orientações para serviços de saúde: medidas de prevenção e controle que devem ser adotadas durante a assistência aos casos suspeitos ou confirmados de infecção pelo novo coronavírus (covid-19).** Brasília, 2020.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Página Coronavírus – COVID-19.** Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#como-se-protoger>. Acesso em 16 de abril de 2020.

BAHIA, COE – Saúde. **Nota Técnica nº 53** de 06 de abril de 2020. Orientações Gerais para Gestores, Empregadores e Trabalhadores e Trabalhadoras no Enfrentamento da Pandemia da COVID-19 (infecção pelo SARS-CoV-2) no estado da Bahia. Disponível em: <http://www.saude.ba.gov.br/wp-content/uploads/2020/04/NT-n-53-de-06.04.2020-Orientacoes-Gerais-Trabalhadores-no-enfrentamento-a-pandemia.pdf>. Acesso em: 14 de abril de 2020.

SALVADOR. Prefeitura de Salvador. Secretaria da Saúde do Município. Diretoria Geral de Vigilância à Saúde. Centro de Referência em Saúde do Trabalhador de Salvador. **Nota Técnica nº 002/2020:** Orientações aos trabalhadores e empregadores. Março de 2020.

SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO. **Plano Estadual de Prevenção e Controle do SARS COV2 (COVID-19).** Vitória/ES: 2020.

SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE DE SÃO PAULO. **Vigilância em Saúde.** Disponível em [https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/saude/vigilancia\\_em\\_saude/](https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/saude/vigilancia_em_saude/). Acesso em: 15 de abril de 2020.

BRASIL, Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA. **ORIENTAÇÕES GERAIS – Máscaras faciais de uso não Profissional.** Brasília, 03 de abril de 2020. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/NT+M%C3%A1scaras.pdf/bf430184-8550-42cb-a975-1d5e1c5a10f7> . Acesso em 20 de abril de 2020.

BRASIL, Ministério da Saúde. **NOTA INFORMATIVA Nº 03/2020-CGGAP/DESF/SAPS/MS.** Brasília, 2020. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/April/04/1586014047102-Nota-Informativa.pdf>. Acesso em 24 de abril de 2020.

BRASIL, Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA. **NOTA TÉCNICA Nº 26/2020/SEI/COSAN/GHCOS/DIRE3/ANVISA.** Recomendações sobre produtos saneantes que possam substituir o álcool 70% na desinfecção de superfícies, durante a pandemia da COVID-19. Brasília, 2020. Disponível em: [http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/SEI ANVISA+-+0964813+-+Nota+T%C3%A9cnica.pdf/71c341ad-6eec-4b7f-b1e6-8d86d867e489](http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/SEI_ANVISA+-+0964813+-+Nota+T%C3%A9cnica.pdf/71c341ad-6eec-4b7f-b1e6-8d86d867e489). Acesso em 29 de abril de 2020.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO  
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE**

---

**ANEXO I – ORIENTAÇÕES EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL**

**1- Máscara facial de uso não profissional (tecido)**

As máscaras faciais de uso não profissional não oferecem total proteção contra infecções, mas reduzem a sua incidência. Portanto, a indicação de máscara de tecido deve ser associada a outras medidas preventivas adicionais amplamente divulgadas em tempos de emergência em Saúde Pública decorrente da COVID-19 como: higienização e desinfecção de mãos, etiqueta respiratória, distanciamento entre as pessoas e uso combinado com o protetor facial (face Shield), quando não é possível manter o distanciamento adequado.

A máscara deve ser confeccionada nas medidas corretas, devendo cobrir totalmente a boca e nariz, sem deixar espaços nas laterais. Também é importante que a máscara seja utilizada corretamente, não devendo ser manipulada durante o uso e lavar as mãos antes de sua colocação e após sua retirada (maiores informações no site <http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/NT+M%C3%A1scaras.pdf/bf430184-8550-42cb-a975-1d5e1c5a10f7>)

**Cuidados para o uso correto de máscaras:**

- ✓ O uso da máscara caseira é individual
- ✓ O trabalhador deve colocar a máscara cuidadosamente para cobrir a boca e o nariz e ajustar com segurança para minimizar os espaços entre a face e a máscara;
- ✓ Evitar tocar na parte da frente da máscara, removendo-a sempre pelas tiras laterais;
- ✓ Após a remoção ou sempre que tocar inadvertidamente em uma máscara usada, deve-se realizar a higiene das mãos;
- ✓ Substituir a máscara por uma nova máscara limpa e seca, assim que tornar-se úmida ou apresentar sujidade;
- ✓ Descartar a máscara sempre que apresentar sinais de deterioração, desgaste ou funcionalidade comprometida.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE**

---

**Higienização:**

Ao contrário das máscaras descartáveis, as máscaras de tecido podem ser lavadas e reutilizadas regularmente, entretanto, recomenda-se evitar mais que 30 (trinta) lavagens.

- ✓ A máscara deve ser lavada separadamente de outras roupas;
- ✓ Lavar previamente com água corrente e sabão neutro;
- ✓ Deixar de molho em uma solução de 2 colheres de sopa de água sanitária diluída em 1 litro de água, ou outro desinfetante equivalente, por 20 a 30 minutos;
- ✓ Enxaguar bem em água corrente, para remover qualquer resíduo de desinfetante;
- ✓ Evite torcer a máscara com força e deixe-a secar;
- ✓ Passar com ferro quente;
- ✓ Garantir que a máscara não apresente danos (menos ajuste, deformação, desgaste, etc.), ou você precisará substituí-la;
- ✓ Guardar em um recipiente fechado;
- ✓ Caso você possua máquina de lavar, pode programar o ciclo completo de lavagem (lavagem, enxague, secagem) de pelo menos 30 minutos com uma temperatura de lavagem de 60°C.

**2- Protetor Facial (Face Shield)**

- ✓ Devem ser exclusivos de cada trabalhador;
- ✓ Os protetores faciais não podem ter saliências, extremidades afiadas, ou algum tipo de defeitos que podem causar desconforto ou acidente ao usuário durante o uso;
- ✓ Após o uso, realizar limpeza e posterior desinfecção com álcool líquido a 70%, hipoclorito de sódio ou outro desinfetante recomendado pelo fabricante;
- ✓ Caso o protetor facial tenha sujidade visível, deve ser lavado com água e sabão/detergente e só depois dessa limpeza, passar pelo processo de desinfecção.



GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO  
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE

ANEXO II: Lavagem Correta das Mãos

# HIGIENIZE AS MÃOS: SALVE VIDAS

## Higienização Simples das Mãos



1. Abra a torneira e molhe as mãos, evitando encostar na pia.



2. Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante).



3. Ensaobie as palmas das mãos, friccionando-as entre si.



4. Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda (e vice-versa), entrelaçando os dedos.



5. Entrelace os dedos e fricione os espaços interdigitais.



6. Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta (e vice-versa), segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem.



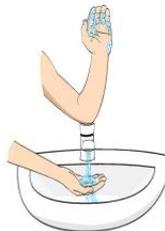
7. Esfregue o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda (e vice-versa), utilizando movimento circular.



8. Friccione as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fechada em concha (e vice-versa), fazendo movimento circular.



9. Esfregue o punho esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita (e vice-versa), utilizando movimento circular.



10. Enxágue as mãos, retirando os resíduos de sabonete. Evite contato direto das mãos ensaboadas com a torneira.



11. Seque as mãos com papel-toalha descartável, iniciando pelas mãos e seguindo pelos punhos.

Para a técnica de Higienização Anti-séptica das mãos, seguir os mesmos passos e substituir o sabonete líquido comum por um associado a anti-séptico.

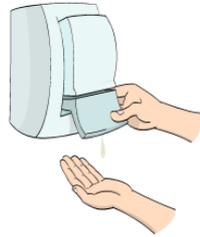


GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO  
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE

ANEXO III – Higienização das Mãos com Preparação Alcoólica

# HIGIENIZE AS MÃOS: SALVE VIDAS

## Higienização das Mãos com preparações alcoólicas (Gel ou Solução a 70% com 1-3% de Glicerina)



1. Aplique na palma da mão quantidade suficiente do produto para cobrir todas as superfícies das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante).



2. Friccione as palmas das mãos entre si.



3. Friccione a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda (e vice-versa) entrelaçando os dedos.



4. Friccione a palma das mãos entre si com os dedos entrelaçados.



5. Friccione o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta (e vice-versa), segurando os dedos.



6. Friccione o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda (e vice-versa), utilizando movimento circular.



7. Friccione as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita (e vice-versa), fazendo um movimento circular.



8. Friccione os punhos com movimentos circulares.



9. Friccionar até secar. Não utilizar papel toalha.