

**RECOMENDAÇÕES SANITÁRIAS
PARA O RETORNO AO
TRABALHO PRESENCIAL NO
TRIBUNAL REGIONAL ELEITORAL
DO DISTRITO FEDERAL**

2ª edição

**Material elaborado pela
equipe de médicos do TREFD.**

Brasília, 31 de agosto de 2021.

A equipe de médicos do Tribunal Regional Eleitoral do Distrito Federal apresenta recomendações sanitárias para o planejamento do retorno ao trabalho presencial no Tribunal. Esse texto foi elaborado com base em publicações da Organização Mundial da Saúde (OMS), do *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) e artigos científicos da área, com objetivo de preservação da saúde individual e coletiva, tanto daqueles que trabalham no TREDF, quanto da comunidade como um todo.

O documento é baseado em princípios técnicos relacionados à COVID-19, em especial os aspectos clínicos, mecanismos de transmissão, diagnóstico, período de incubação e aspectos epidemiológicos da doença, resultando em recomendações que, em linhas gerais, são agrupadas nas seguintes categorias:

- Critérios sanitários para o retorno ao trabalho presencial;
- Distanciamento interpessoal;
- Restrições de acesso às dependências do TREDF;
- Medidas de higiene;
- Proteção dos indivíduos com situações de risco para formas graves por COVID-19;
- Vigilância epidemiológica, incluindo afastamento dos casos suspeitos, confirmados e comunicantes.

O presente material traz atualizações em relação às recomendações apresentadas em 15/06/2020, conforme a evolução das informações sobre a COVID-19.

A. RECOMENDAÇÕES SANITÁRIAS PARA A DECISÃO DA ÉPOCA DE RETORNO DO TRABALHO PRESENCIAL

O retorno ao trabalho presencial no TREFD tem data prevista e, conforme recomendações da OMS¹ e do CDC², é importante considerar se o Órgão está pronto para proteger os trabalhadores, com medidas sanitárias apropriadas e devidamente implantadas. Adicionalmente, é importante considerar se, na época, a situação epidemiológica local da COVID-19 estará adequada para o retorno ao trabalho presencial, considerando que haverá aumento do contato e circulação de pessoas, ainda que com os devidos cuidados.

Do ponto de vista sanitário, seria recomendável que na época do retorno a situação epidemiológica da COVID-19 no DF estivesse controlada, com parâmetros estáveis ou em declínio, de forma sustentada, nas últimas semanas. A taxa de transmissão global deveria estar mantida abaixo de 1,0 (indicando queda da transmissão), com redução mantida do número de casos e de mortes, além de baixa taxa de ocupação nas UTIs, menor que 60% ou em alerta “verde”, ou, no mínimo, taxa média ou “amarela”, conforme critérios da FIOCRUZ.

No último boletim epidemiológico da FIOCRUZ³, de 25 de agosto de 2021, baseado na semana epidemiológica de 15 a 21 de agosto, foi relatada redução sustentada da mortalidade geral e da ocupação de UTIs nas últimas semanas. Entretanto, a média diária de 30 mil casos e o aumento de 0,6% na última semana trazem preocupação³. No DF, a taxa de ocupação de UTIs era a quarta maior do país (64%), em alerta amarelo. O crescimento da cobertura vacinal reduz os riscos de agravamento e morte da doença, mas não impede completamente a transmissão do vírus e é importante manter o acompanhamento e reavaliar esses parâmetros à época do retorno planejado.

B. DISTANCIAMENTO INTERPESSOAL

A principal via de transmissão do SARS-CoV2, o vírus que causa a COVID-19, ocorre por meio de contato direto com pessoas infectadas, por inalação de partículas respiratórias eliminadas em uma distância de até dois metros. Em alguns casos, pode haver transmissão por contato indireto, pelo ar, sem uma proximidade maior com a pessoa infectada, pois o SARS-CoV-2 pode permanecer em suspensão em aerossóis por tempo variável, a depender das condições ambientais. Áreas pouco ventiladas, por exemplo, trazem maior risco. Mais raramente, a transmissão pode ocorrer por superfícies e objetos contaminados.⁴

A taxa de contágio dessa enfermidade é elevada e indivíduos assintomáticos também podem transmitir a doença. Nos casos sintomáticos, o pico de transmissão parece ser nos dois dias que antecedem os sintomas e no primeiro dia de doença⁵. Aproximadamente metade das infecções por COVID-19 são transmitidas por pessoas que não apresentam sintomas, sejam elas pré-sintomáticas, ou seja, indivíduos que desenvolverão posteriormente sintomas, assim como por pessoas que permanecerão assintomáticas (45% e 5% dos casos de COVID-19, respectivamente)⁶. Portanto, o distanciamento físico entre todos os cidadãos, independente de sintomas ou não, é uma medida fundamental para redução de novos casos durante a pandemia.

As recomendações para promoção do distanciamento físico interpeessoal quando houver retorno ao trabalho presencial no TREFD são apresentadas adiante.

• **Reorganização do espaço de trabalho**

- Promover distanciamento das estações de trabalho, com dois metros entre as pessoas, mantendo a ventilação natural, com máxima circulação de ar;
- Em salas sem ventilação natural, manter uma pessoa apenas em trabalho presencial;
- Uso individual de material de escritório;
- Fechamento dos espaços de convivência ou criação de turnos para uso individual, desde que ventilados, com boa circulação de ar, e com a devida higienização antes e depois da utilização.

• **Reorganização das rotinas de serviço**

- Instituição, quando possível, de turnos distintos de trabalho;
- Manutenção, quando possível, de parte do pessoal em trabalho remoto, para reduzir a quantidade de pessoal em serviço presencial ao mesmo tempo;
- Realização de reuniões preferencialmente por meios virtuais;
- Restringir ao máximo as reuniões presenciais, que devem ocorrer em ambientes ventilados, limitando o número de participantes e mantendo o distanciamento mínimo de dois metros entre as pessoas.
- Limitar ao máximo as viagens por trabalho.

- **Circulação das pessoas**

- Estimular o uso preferencial das escadas, com circulação calma e unidirecional (subida pela esquerda e descida pela direita, por exemplo, com sinalização);
- Uso individual dos elevadores.

C. RESTRIÇÕES DE ACESSO ÀS DEPENDÊNCIAS DO TREF

- **Acesso de Visitantes**

- Restringir a entrada de visitantes, para o mínimo considerado essencial pelo TREF. A administração poderá definir, junto aos setores específicos, quais acessos são considerados indispensáveis;
- Proibir a entrada de visitantes sem máscaras e obrigar o uso durante todo o período de permanência no edifício;
- Proibir a entrada de qualquer visitante (1) sintomático respiratório ou com febre nos últimos dez dias; (2) casos confirmados ou suspeitos de COVID-19 nos últimos dez dias; (3) pessoas que tiveram contato com casos de COVID-19 nos últimos 14 dias.

Observação: Para essa última recomendação, podem ser usadas as seguintes ferramentas (1) instrução ao visitante, em cartaz na entrada do edifício; (2) instrução afixada na recepção, para leitura pelo visitante no momento da identificação, junto à portaria, com teor de autodeclaração.

- **Acesso de magistrados e da força de trabalho**

- Obrigar o uso de máscaras na entrada e durante todo o período de permanência no edifício;
- Proibir a entrada de (1) sintomático respiratório ou com febre nos últimos dez dias; (2) casos confirmados ou suspeitos de COVID-19 nos últimos dez dias; (3) pessoas que tiveram contato com casos de COVID-19 nos últimos 14 dias. Nesses casos, oferecer a possibilidade de trabalho remoto, quando possível.
- Observação: Para essa última recomendação, podem ser usadas as seguintes ferramentas (1) campanhas educativas; (2) instruções nas entradas dos edifícios; (3) oferta de teleatendimento médico pela CAMS aos interessados.

C. MEDIDAS DE HIGIENE

O novo coronavírus (SARS-CoV-2) é eliminado pelas vias respiratórias das pessoas infectadas, com ou sem sintomas, e pode permanecer no ar até por longos períodos, a depender de condições ambientais. Medidas de higiene são fundamentais para reduzir a propagação do vírus pelos portadores, aumentar a remoção do vírus no ambiente e diminuir a probabilidade de infecção dos vulneráveis. As ações sugeridas, que devem ser voltadas para as pessoas e para o ambiente em si, são descritas a seguir.

- **Medidas de higiene pessoal**

1. Uso permanente de máscara, por todos os indivíduos.
 - Conforme recomendação da OMS⁷, idealmente as máscaras devem ter três camadas. Na falta dessas, máscaras de duas camadas são adequadas. É importante que sejam bem ajustadas ao rosto e cubram completamente nariz e boca. Preferencialmente, devem conter placa metálica nasal para melhorar o ajuste. Devem ser evitadas as máscaras de camada única e de materiais elásticos, como malhas, por serem tecidos mais porosos;
 - As máscaras devem ser exclusivamente de uso individual;
 - As máscaras devem ser trocadas se ficarem úmidas ou sujas.
2. Lavagem das mãos
 - A higiene das mãos deve ser feita sempre ao início e término do trabalho, ao trocar as máscaras, ao tocar as máscaras, antes e após se alimentar, após uso de banheiros, elevadores e áreas comuns, ou quando houver manipulação do rosto ou de outros objetos.
 - A higiene pode ser feita com álcool em gel 70% ou com a lavagem com sabão, com técnica adequada.
3. Etiqueta respiratória
 - Os sintomáticos respiratórios devem permanecer em casa e procurar orientação médica junto à CAMS antes de comparecer ao trabalho;
 - Entretanto, se houver tosse ou espirros durante o expediente, a boca deve ser protegida com o cotovelo.

- **Higiene ambiental**

Aproximadamente 10% dos casos de COVID-19 são contraídos sem contato direto com pessoas contaminadas, ou seja, por meio do ambiente⁶. Aumentar a circulação do ar, reduzindo o tempo de permanência do vírus em suspensão, e manter limpos os espaços e objetos são medidas que contribuem para a redução da taxa de contágio dessa enfermidade. Considerando que a principal forma de transmissão da COVID-19 é a pelo ar, a principal medida de higiene ambiental é manter a ventilação natural nos ambientes, ao invés do uso de ar condicionado. A contaminação por superfícies é rara e a limpeza geral, de rotina, é medida adequada.

D. PROTEÇÃO DOS INDIVÍDUOS COM SITUAÇÕES DE RISCO PARA FORMAS GRAVES POR COVID-19

Essa medida é considerada primordial pela OMS¹ e CDC² nos processos de retomada de trabalho e, em junho de 2020, no TREFD, foi feito um procedimento pelos médicos do TREFD com o objetivo de identificar os magistrados, servidoras e servidores portadores de situações de risco para desenvolvimento de formas graves por COVID-19, assim como aqueles que residem ou prestam cuidados cotidianos a pessoas pertencentes a grupos de maior risco. A proposta preliminar seria de recomendar que essa população permanecesse em trabalho remoto enquanto a transmissão de COVID-19 permanecesse elevada. Entretanto, estima-se que a maior parte desse grupo tenha completado a vacinação até a data proposta para o retorno presencial. Com isso, a proposta atual é a seguinte:

- Realizar novo levantamento, por meio de autodeclaração com exames complementares e outros documentos, conforme o caso, das pessoas com risco aumentado para formas graves e morte por COVID-19 e que não terão completado o esquema vacinal até duas semanas antes do retorno previsto. O mesmo será feito para as pessoas que residem com pessoas de risco que não tenham completado o esquema vacinal.
- Após análise por junta médica, os casos considerados de risco e ainda não vacinados serão recomendados a permanecer em trabalho remoto até completarem o esquema vacinal. No caso dos indivíduos intensamente imunossuprimidos, entretanto, será recomendada a permanência em trabalho remoto independente do status vacinal, por período a ser definido por junta médica;
- A previsão é elaborar esse levantamento na segunda quinzena de setembro de 2021.

E. VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA

O monitoramento da saúde dos magistrados e servidores, assim como das ações sanitárias adotadas no processo de retomada do trabalho presencial do TREDF, deve ser permanente, enquanto houver transmissão comunitária de COVID-19. A rápida identificação de casos suspeitos, dos confirmados, assim como dos comunicantes, é essencial para reduzir a cadeia de transmissão, sendo importante atuação de um serviço de vigilância epidemiológica ágil e eficaz no TREDF. De forma semelhante, as ações de saúde adotadas devem ser continuamente monitoradas e reavaliadas, pois não só o conhecimento sobre a COVID-19 tem se mostrado dinâmico, mas as realidades locais e outros fatores podem demandar adaptações nas medidas sanitárias impostas.

- **Afastamento de casos suspeitos, confirmados e comunicantes**
 - Todos os magistrados, servidoras, servidores e demais componentes da força de trabalho devem ser orientados a monitorar a própria saúde;
 - Havendo sintomas suspeitos, devem permanecer em casa e comunicar o fato à CAMS;
 - Por meio de teleatendimento médico, serão fornecidas orientações acerca do período de afastamento do trabalho presencial e eventuais exames complementares necessários, entre outras medidas;
 - O retorno ao trabalho presencial será definido por médico;
 - Os comunicantes de casos confirmados serão afastados do trabalho presencial por 14 dias.

- **Monitoramento das ações de saúde**
 - Avaliação permanente das ações de saúde adotadas;
 - Registro pela CAMS dos casos de COVID-19 que foram comunicados, avaliando os possíveis setores vulneráveis e eventuais falhas nas ações.

- **Análise de risco ambiental**
 - Avaliação de risco ambiental nos diferentes setores do TREDF e intensificar ações nos locais mais vulneráveis, como nos setores em que há atendimento ao público, nas seções que requerem maior interação entre colegas de trabalho, no restaurante e nos serviços de saúde do Tribunal;

AÇÕES SANITÁRIAS EM SETORES ESPECÍFICOS

As medidas sanitárias descritas anteriormente são recomendadas para todo o Tribunal. Entretanto, alguns setores possuem características particulares que resultam em risco maior de exposição e contágio por COVID-19 e merecem considerações especiais.

- **Coordenadoria de Assistência Médica e Social**
 - Elaborar protocolo de biossegurança para o atendimento a pacientes, incluindo uso de equipamentos individuais de proteção, desinfecção de equipamentos, higienização do ambiente, entre outras medidas;
 - Promover ações de treinamento da equipe quanto à biossegurança;
 - Manter o teleatendimento, mesmo com o retorno do trabalho presencial;
 - Reorganizar agendas, a fim de impedir aglomerações na sala de espera;
 - Triar os atendimentos, impedindo a entrada no TREDF de pacientes com risco de transmissão de COVID-19.

- **Atendimento ao público em Cartórios, Postos Eleitorais e no Na Hora**
 - Melhorar o isolamento entre servidores e usuários, mantendo a distância entre as cadeiras em dois metros, separadas por vidro, com pequena fenestra para passagem de documentos para o eleitor;
 - Cuidar do distanciamento entre os usuários na recepção e entre as ilhas de atendimento;
 - Exigir o uso de máscaras pelos usuários;
 - Restringir o número de acompanhantes ao mínimo possível.

- **Restaurante**
 - Avaliação cuidadosa da questão, com todos os envolvidos no caso, analisando a relação entre o custo e benefício com a eventual reabertura do restaurante durante a pandemia de COVID-19;
 - Considerar novos modelos de funcionamento, eliminando, por exemplo, o autosserviço para as refeições do almoço e ofertando pratos prontos ou pratos montados unicamente por atendente;
 - Considerar a restrição do acesso de visitantes ao restaurante;
 - Afastamento entre as mesas com pelo menos dois metros.

AÇÕES DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE E INFORMAÇÃO

As medidas sanitárias devem ser amplamente divulgadas antes do retorno ao trabalho. Medidas de educação em saúde e informação são fundamentais para o controle da COVID-19 e diversas mídias devem ser usadas pelo TREF, para o maior alcance possível. As medidas de divulgação devem ser continuadas durante o período de trabalho presencial, com cartazes, e-mails, mensagens de WhatsApp, entre outras formas de trazer atualizações e reiterar a importância da manutenção das medidas profiláticas para redução do contágio.

SUMÁRIO DAS RECOMENDAÇÕES

AVALIAR A ÉPOCA DO RETORNO AO TRABALHO PRESENCIAL

Considerar como pré-requisito o planejamento e preparação de medidas sanitárias; Antes da retomada, considerar a situação epidemiológica da COVID-19 no DF e entorno.

DISTANCIAMENTO INTERPESSOAL

- **Reorganização do espaço de trabalho:**
Aumentar o distanciamento entre as estações de trabalho, incentivar o uso individual de material de escritório, normatizar os espaços de convivência.
- **Reorganização das rotinas de serviço**
Avaliar a possibilidade de turnos distintos de trabalho e de manutenção de parte do pessoal em trabalho remoto; Normatização das reuniões e viagens.
- **Circulação das pessoas**
Estimular o uso preferencial das escadas, com circulação calma e unidirecional; Uso individual dos elevadores.

RESTRIÇÕES DE ACESSO AOS EDIFÍCIOS

Restringir a entrada de visitantes ao mínimo, considerado essencial;
Proibir a entrada de pessoas consideradas potenciais infectantes.

MEDIDAS DE HIGIENE

- **Higiene pessoal**
Uso permanente de máscaras, higiene das mãos, etiqueta respiratória.
- **Higiene ambiental**
Estimular a ventilação natural ao invés de ar condicionado.

PROTEÇÃO DE INDIVÍDUOS MAIS VULNERÁVEIS A FORMAS GRAVES

Identificação dos indivíduos com situações de risco para formas graves por COVID-19 que não tenham completado o esquema vacinal, assim como os que residem com pessoas de grupos de risco não vacinadas integralmente, e propor a permanência em trabalho remoto desses indivíduos.

VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA

Afastamento de casos suspeitos, confirmados e comunicantes;
Campanhas de informação;
Monitoramento das ações de saúde.

AÇÕES SANITÁRIAS EM SETORES ESPECÍFICOS

- **Coordenadoria de Assistência Médica e Social**
Reavaliação da biossegurança nos atendimentos da CAMS;
Revisão das rotinas de serviço.
- **Atendimento ao público pelo TREF**
Revisão das rotinas de serviço;
Reorganização dos espaços.
- **Restaurante**
Avaliação da época de abertura;
Considerar novos modelos de funcionamento;
Aumentar afastamento entre as mesas.

AÇÕES PERMANENTES DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE E INFORMAÇÃO

Brasília, 31 de agosto de 2021.

Médicos do TREFD:

Cezar Kozak Simaan

Martinho Candido de Albuquerque

Milena Zamian Danilow

Regina A. C. Santos

-
- ¹ OMS. Considerations for public health and social measures in the workplace in the context of COVID-19. 10 de maio de 2020.
<https://www.who.int/publications/i/item/considerations-for-public-health-and-social-measures-in-the-workplace-in-the-context-of-covid-19>
 - ² CDC. Workplaces Considerations for Reopening During the COVID-19 Pandemic. 15/05/2020. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/workplace-decision-tool.html>
 - ³ FIOCRUZ. Boletim Observatório COVID-19. Boletim Extraordinário 25/08/2021.
https://portal.fiocruz.br/sites/portal.fiocruz.br/files/documentos/boletim_extraordinario_2021-agosto-25-red.pdf
 - ⁴ McIntosh, K. COVID-19: Epidemiology, virology, and prevention. UpToDate. Aug, 4. 2021.
 - ⁵ He, X. et al. Temporal dynamics in viral shedding and transmissibility of COVID-19. Nat Med. 26(5):672, 2020.
 - ⁶ Ferreti, L. et al. Quantifying SARS-CoV-2 transmission suggests epidemic control with digital contact tracing. Science, 368 (6491): eabb6936. 2020.
<https://science.sciencemag.org/content/368/6491/eabb6936.full>
 - ⁷ OMS. Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public: When and how to use masks. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/when-and-how-to-use-masks>

