

**RECOMENDAÇÕES DE PREVENÇÃO  
CONTRA O CORONAVIRUS NAS  
INDÚSTRIAS DE COLCHÕES**

# A Abicol

A Abicol - Associação Brasileira da Indústria de Colchões foi fundada em 2011 e tem como objetivo buscar o desenvolvimento e o fortalecimento do setor colchoeiro nacional.

**Atitude:** Empenho constante para antecipar fatos e situações que possam impactar o setor colchoeiro, de modo a assessorar os associados nas questões mais complexas e de interesse comum.

**Integridade:** Dedicção para preservar a conduta reta, justa, leal e ética nas relações institucionais.

**Intercooperação:** Soma de esforços compartilhados, visando o alcance dos objetivos da entidade.

**Responsabilidade:** Dedicção, compromisso e empenho para que o quadro associativo desenvolva produtos que representem respeito às leis do mercado e a busca contínua pela satisfação do consumidor.

# CORONAVÍRUS

## RECOMENDAÇÕES DE PREVENÇÃO NAS INDÚSTRIAS DE COLCHÕES

A ABICOL - Associação Brasileira da Indústria de Colchões apresenta aos seus associados este guia para ajudar os fabricantes de colchões na prevenção do novo coronavírus.

O conteúdo, elaborado por renomado infectologista brasileiro, explica quais são as medidas que devem ser adotadas para garantir a saúde dos trabalhadores das indústrias diante deste cenário de pandemia global.

Seguindo as recomendações deste guia proporcionaremos condições para que os colaboradores a estejam seguros e colaborem com medidas preventivas.

**ROGÉRIO SOARES COELHO**  
**PRESIDENTE**

# Coronavirus -Sars cov2

O coronavírus é um vírus conhecido, há muito tempo, ele é responsável por resfriados comuns, porém na sua história foi capaz de promover 03 modificações na sua genética, transformando-se num em vírus com maior possibilidade de transmissão entre humanos, causando doenças mais graves e até mesmo fatais ,especialmente, em algumas pessoas, como idosos, pessoas com problemas no coração, pulmão ou na sua imunidade. Foi o que aconteceu em 2002 com a SARS (Síndrome Respiratória Aguda Grave) e em 2012/2013 a MERS (Síndrome Respiratória do Oriente Médio) e nesse novo vírus identificado no final de 2019, conhecido com COVID 19 ou SARS COV 2.

Em 80% dos casos apresenta uma doença como uma gripe comum, com dor no corpo, febre baixa, cansaço e tosse seca, podendo, ainda ser mais branda, em alguns casos, apresentando-se, somente, com nariz entupido, dor de garganta ou febre baixa. O problema ocorre em 20% dos pacientes que podem apresentar falta de ar leve, mas em 8%, formas muito graves, com queda da oxigenação dos pulmões, necessitando internação em Unidade de terapia intensiva (UTI) precisando da ajuda de aparelhos para poder respirar.

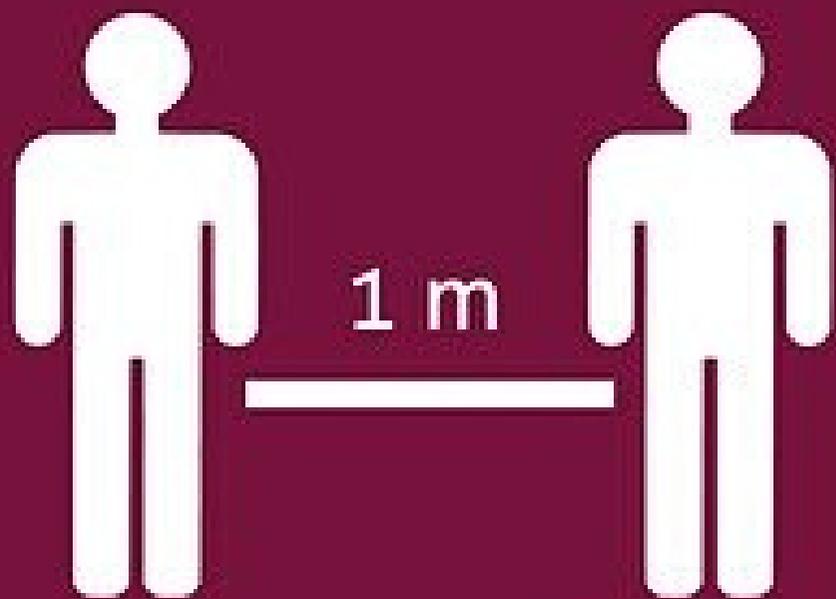
Esse vírus é transmitido de pessoa a pessoa por gotículas de saliva, tosse e espirro , mas pode, ainda, ser transmitida pelo contato das mãos de pessoas contaminadas, ou por objetos e superfícies, como telefones, computadores e móveis , mantendo-se vivos por horas a dias , por esse motivo, que cuidados devem ser tomados para evitar ficar doente.

# CORONAVÍRUS

## *Orientações Gerais*

O coronavírus é uma pandemia ,doença que vêm acometendo todo o mundo, deixando um rastro de milhares de doentes e mortes, por onde passa, incluindo-se no Brasil, onde já existe transmissão comunitária, situação em que , não se identifica qual foi a fonte de transmissão, seja no transporte público ou ambiente de trabalho .

Frente a estabilização do número de casos com achatamento da curva de transmissão na população, as autoridades em saúde pública autorizaram retorno gradual das empresas e serviços as suas atividades, porém esse retorno não quer dizer que estamos livres dos vírus ou dos cuidados para preveni-lo, assim algumas regras de segurança devem ser mantidas para se evitar a contaminação, para isso elaboramos, aqui, uma cartilha de prevenção e cuidados que devem ser seguidos em nossa empresa.



# QUANTO AOS RISCOS DE AGLOMERAÇÕES DE PESSOAS

## *Regra 1 - Distanciamento social*

O distanciamento social tem como objetivo afastar as pessoas, umas das outras, para que não ocorra transmissão do vírus pelo toque das mãos durante um cumprimento, ou simplesmente, enquanto conversam, através da liberação de gotículas de saliva, assim, dar as mãos ou manter-se próximo as pessoas são atitudes que devem ser evitadas. A distância de segurança foi definida como sendo de 1,5 a 2,0 metros, garantindo que não ocorra a propagação do vírus.

Como você viu, o vírus se propaga fácil em locais aglomerados, onde os ambientes sejam mal arejados e com circulação de ar ruim , assim, locais como vestiários , refeitórios e nos próprios locais de trabalho , podem ser áreas de risco para as pessoas se depararem com o vírus , dessa forma a seguir:

# 1 - NOS REFEITÓRIOS:

## *Orientações Gerais*

Deve-se reduzir o número de pessoas que por lá circulam, para isso é necessário a dispensação de alimentos em horários alternativos e estendidos, em grupos menores, com assentos mais distantes uns dos outros ,em cerca de 1,5 a 2,0 metros, entre eles .

A possibilidade de oferta de alimentos em marmitas plásticas , ofertados em embalagens descartáveis, previamente acondicionadas , nos departamentos, evita tanto a exposição do alimentos, como as que ocorrem em sistemas self service (bandejão), como a circulação de pessoas pela empresa.

# 2 - NOS VESTIÁRIOS:

## *Orientações Gerais*

Deve-se reduzir o número de pessoal que adentrem a esses recintos, evitando aglomeração de funcionários, com permanência curta, voltada a banho, troca de roupa ou realização de necessidades fisiológicas.

Estará proibida a utilização desses locais para outras práticas como alimentação ou repouso. Ajustes em horários deverão ocorrer nos vários turnos, garantindo que os funcionários não circulem ao mesmo tempo por essas áreas. Caso a capacidade máxima de segurança (número a ser definido) seja atingida, os demais funcionários deverão aguardar, posicionados em fila em área externa, bem ventilada, com espaçamento de 1,5 a 2,0 metros entre cada pessoa, evitando falarem ao celular ou entre si.

# 3 - NOS DEPARTAMENTOS:

## *Orientações Gerais*

Deve-se reduzir o número de pessoas em locais onde haja um grande número de funcionários, para tanto o ideal será proceder remanejamento de turnos de funcionamento, evitando as aglomerações, assim como, manter ambientes arejados e ventilados.

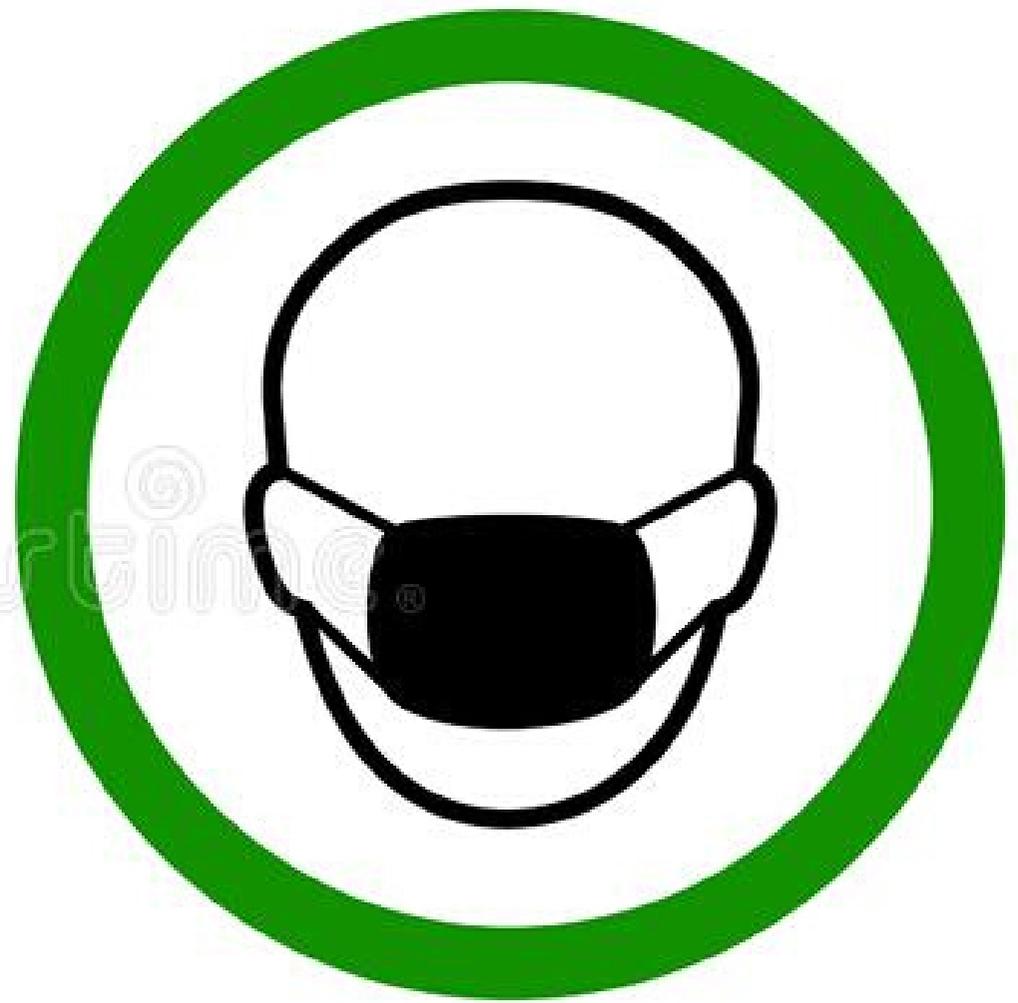
Deve-se optar por reuniões virtuais, uma vez que as presenciais promovem maior risco de circulação de vírus respiratórios, incluindo o coronavírus.

# 4 - TRANSPORTE:

## *Orientações Gerais*

No transporte público, se utilizar de horários alternativos, com menor circulação de pessoas, assim como manter janelas abertas, atentando para a circulação de ar. O uso de máscaras, conforme orientado, anteriormente, assim como a higienização das mãos, durante as viagens, devem ocorrer conforme tempo de percurso e número de vezes que se procede apoio nas barras de proteção, variando-se de 03 a 04 vezes por viagem.

Caso se opte pelo compartilhamento de veículos, deve, sempre se manter janelas abertas, para renovação do ar ambiente, assim como utilização de álcool gel durante o percurso, principalmente, se utilizarem apoios de mãos.



# QUANTO AO USO DE EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

## *Regra 2 - Uso de Máscaras (onde?)*

O uso de máscaras tem indicação exclusiva em locais onde a utilização de EPIs (equipamento de proteção individual) já era obrigatório antes da pandemia, para impedimento de inalação de produtos tóxicos ou afins.

**Em relação à prevenção contra a COVID-19, o uso de máscaras é recomendado para circulação em áreas comuns, por períodos breves e curtos, incluindo-se vestiários (exceto banho) ou por períodos mais prolongados, com utilização máxima de 02 horas durante o trajeto do funcionário de sua casa para a empresa e vice versa.**

# QUANTO AO USO DE EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

## *Regra 2 - Uso de Máscaras (tipo?)*

As máscaras deverão ser feitas de material comum, como PANO não devendo ser mantidas por períodos prolongados, evitando, assim a perda do seu efeito protetor, causada pela umidade produzida pela respiração ou fala, lembrando que as máscaras cirúrgicas ou N95 devem ser usadas, apenas, por profissionais da saúde (evitando a falta desse produto no contato direto com pacientes com coronavírus).

# QUANTO AO USO DE EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

## *Regra 2 - Uso de Máscaras (observações)*

É importante lembrar que as máscaras, após serem utilizadas, devem ser retiradas com muito cuidado, manipulando-as através do elástico, por de trás da orelha e nunca pela parte da frente, uma vez que podem conter o vírus com risco de contaminação, caso se coloque a mão nos olhos, nariz ou boca.

# QUANTO AO USO DE EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

## *Regra 3 - Uso de Outros EPIs*

Não existe necessidade de uso de óculos de proteção como prevenção dos vírus respiratórios, a sua utilização está voltada a equipes médicas e paramédicas, ou em departamentos que necessitem desse equipamento como EPI .

Não está indicado a utilização de aventais como forma de prevenção do coronavírus, sua indicação é restrita a profissionais da saúde, ou em áreas específicas, que já o fazem de forma previa, como EPIs, como é o caso dos refeitórios.



# HIGIENIZAÇÃO DE OBJETOS E DAS MÃOS

## *Regra 3 - Limpeza das mãos*

A limpeza das mãos deverá ser realizada com água e sabão comum, isso quando houver a proximidade da pia , porém sabemos, que nem sempre isso é possível, dessa forma a utilização de álcool gel passa a ser um grande aliado contra o coronavírus.

Deverão ser espalhadas em locais com maior circulação de funcionários, dispensadores de álcool gel, encorajando-os a essa utilização como forma de prevenção de doenças.

Deve-se lembrar que após a aplicação, as mãos devem ser mantidas com o produto por cerca de 20 segundos, garantindo, assim, a sua eficácia. As aplicações devem ser frequentes, cerca de 03 vezes por período (não esquecer de limpar o celular com a utilização de pano umedecido com álcool a 70% com a mesma frequência, com que se utiliza o álcool gel) Deve -se lembrar, que a lavagem das mãos é fundamental e deve ser feita a cada 03 horas retirando-se os resíduos de poeira e sujidades, bem como resíduos de gel que lá permaneceram.

# HIGIENIZAÇÃO DE OBJETOS E DAS MÃOS

## *Regra 3 - Limpeza dos objetos compartilhados*

A limpeza de objetos, incluindo-se mesas bancadas e aparelhos eletrônicos, incluindo-se computadores, telefones, devem ser com solução de quaternário de amônio, devidamente diluído, seguindo orientações padrão, com frequência de limpeza ao menos 03 vezes ao dia, especialmente, em locais com alta circulação de pessoas.

A limpeza do chão, paredes, cubas e pias, assim como vasos sanitários, devem seguir limpeza com água sanitária (hipoclorito de sódio), devendo serem refeitas de maneira periódica, principalmente, em locais como corredores, banheiros e vestiários.



# HIGIENIZAÇÃO DE COLCHÕES EM EXPOSIÇÃO

Os produtos produzidos e já embalados, devem ser acondicionados em ambientes arejados, protegidos com plásticos, devendo se proceder a limpeza das embalagens plásticas com álcool a 70% antes de serem mobilizados ou transportados pela equipe, sejam nas fábricas ou lojas.

Caso tenha havido histórico de cliente com coronavírus, que tivesse se deitado em colchão de exposição, deverá ser feita adequada higienização do produto com a utilização de Lysoform Aerosol, o qual deverá ser aplicado por 03 vezes, intervaladas por 40 min.



# 01

## **DEVO USAR AS MÁSCARAS DURANTE O MEU TRABALHO?**

Para finalidade de prevenção ao coronavírus, as máscaras devem ser usadas por todos os trabalhadores durante circulação por áreas comuns, corredores, deslocamentos a outros departamentos da fábrica, ou durante seu trajeto de casa -empresa-casa; Elas devem ser do tipo simples, artesanais ou de pano (não precisa ser máscara cirúrgica e nem N95) e seu uso deve ser breve, não mais do que 02 horas, uma vez que a transpiração e a fala deixam a máscara úmida, perdendo a função de barreira. Tais medidas deverão ser mantidas ao menos até agosto de 2020. Lembrando que alguns setores já usam e devem manter máscaras como EPIs, frente ao risco de inalação de partículas tóxicas durante todo o turno fabril.

# 02

## **DEVO FAZER USO DE ÓCULOS DE PROTEÇÃO, AVENTAL E OU LUVAS DURANTE O TRABALHO OPERACIONAL?**

O uso de óculos, avental ou luvas não tem finalidade de prevenção ao coronavírus em ambiente fabril, assim não deverá ser utilizado, seu uso, porém deverá ser mantido, somente em setores que já se utilizem desses materiais como EPIs (Equipamentos de proteção individual).

# 03

## **QUAIS AS RECOMENDAÇÕES PARA AS REUNIÕES PRESENCIAIS?**

Com o objetivo de se evitar a circulação do coronavírus, as aglomerações de pessoas, como em reuniões, palestras ou simpósios deverão permanecer suspensas, optando-se pela realização através de dispositivos como teleconferência nas várias plataformas disponíveis. Essa medida deverá ser mantida ao menos até o final de agosto de 2020, dependendo das orientações de saúde pública.

# 04

## **COMO SE PODE IDENTIFICAR OU MONITORAR PORTADORES ASSINTOMÁTICOS?**

O uso de termômetros podem ser utilizados como forma de identificação de trabalhadores, que possam ter alguma doença febril em curso, como o próprio coronavírus, a detecção de aumento da temperatura corporal, deverá direcionar o funcionário ao departamento médico da empresa para melhor avaliação.

# 05

## **COMO PODEMOS PROMOVER HIGIENIZAÇÃO MAIS ADEQUADA DOS NOSSO PRODUTOS FABRICADOS E ESTOCADOS?**

A higienização deverá ocorrer com aplicação de panos umedecidos com álcool a 70%, sendo procedido novas limpezas após manipulação pela equipe. Aparelhos de ultra violeta se mostraram eficazes no auxílio adicional a prevenção ao coronavírus.

# 06

## **COMO DEVO PROCEDER PARA ME DESLOCAR DE CASA-TRABALHO-CASA DE FORMA SEGURA?**

Mantenha sempre alguns cuidados, como uso de máscaras durante todos os trajetos, evite falar ao celular e utilize-se ,com frequência, do álcool gel, uma vez que no corrimão das escadas ou nas barras de segurança do transporte público podem conter o vírus,e, assim, caso se coloque a mão nos olhos, nariz ou boca, acaba por haver a infecção. Caso opte por vir de carro, mantenha as janelas abertas para a renovação do ar e utilizem do álcool gel.

# 07

## **COMO DEVO DESCARTAR AS MÁSCARAS E EPIS?**

As máscaras e EPIS devem ser descartados em sacos plásticos e após seu fechamento adequado, devem receber banho de álcool gel, evitando a permanência de vírus na superfície externa. Cada setor deverá ter disponibilizado lixo de descarte contendo referência de lixo infectante. Frente a quantidade de material, a prefeitura deverá ser contatada para coleta adequado dos materiais.

"Ainda não existe tratamento específico, todas as medicações disponíveis estão sendo analisadas em protocolos de estudo em vários hospitais. As vacinas específicas estão sendo estudadas, por cerca de 20 países, o que deve demorar pelo menos 08 meses para termos alguma disponível, assim a única forma de proteger as pessoas, que não adoeceram pelo coronavírus é através da prevenção, a qual deverá ser mantida por período prolongado. Deverá ser reavaliado novo posicionamento técnico em 90 dias, visando, através de dados epidemiológicos, poder estabelecer ou não continuidade dessas ações. "

DR JEAN GORINCHTEYN

CRM 77532 Médico infectologista do Instituto de Infectologia Emilio Ribas e do Hospital Israelita Albert Einstein; Professor da Faculdade de medicina da UMC - Universidade de Mogi das Cruzes

Manter ambiente limpo com distanciamento entre as pessoas é a garantia que temos de nos proteger contra as doenças respiratórias, dentre elas, o coronavírus.

Faça a sua parte e fiscalize.

[www.abicol.org](http://www.abicol.org)