



Organização
Internacional
do Trabalho

Garantir a Segurança e Saúde no Trabalho Durante a Pandemia

SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO



PODE SALVAR VIDAS

▶ Epidemias e pandemias no século XXI

Origem

Doenças epidemiológicas conhecidas reincidentes (por exemplo, Ébola, cólera, febre amarela, VIH, etc.)

Doenças infecciosas recém-emergidas (por exemplo, SARS, gripe H1N1, MERS, Covid-19)

Dinâmica

1. Emergência numa comunidade
2. Surto com transmissão localizada
3. Amplificação de surtos epidémicos ou pandémicos
4. Redução da transmissão

Propagação mundial

Velocidade de transmissão sem precedentes em todo o mundo

Focos de incidência generalizada

Viagens

Urbanização

▶ A pandemia Covid-19

Janeiro de 2020: **surto** de uma nova doença provocada por coronavírus em Hubei (China)

11 de março de 2020: OMS declarou a Covid-19 uma **pandemia**

▶ **Impacto no mundo do trabalho**

- ▶ Aumento do **desemprego** e do **subemprego**
- ▶ Degradação da **SST e condições de trabalho em geral**
- ▶ Acesso reduzido a **proteção social**
- ▶ Efeitos particularmente negativos em grupos específicos mais **vulneráveis** aos impactos adversos no mercado de trabalho

Concentrar a atenção na segurança e saúde no trabalho porquê?

- ▶ Identificação de trabalhadores/profissões/setores face a um aumento de **risco de contágio**
- ▶ Implementação de **medidas de controlo e prevenção** com base na avaliação dos riscos
- ▶ Divulgação de **informação** relativa a medidas preventivas e de proteção destinadas a reduzir a propagação de doenças infecciosas, em colaboração com as autoridades de saúde pública



Direitos e responsabilidades de SST de acordo com as normas da OIT

Funções e responsabilidades das entidades empregadoras

- ▶ Certificar-se de que, na medida do razoavelmente possível, os locais de trabalho, máquinas, equipamentos e processos sob o seu controlo são seguros e sem riscos para a saúde.
- ▶ Assegurar que, na medida do razoavelmente praticável, os agentes químicos, físicos e biológicos sob o seu controlo não constituem qualquer risco para a saúde, quando forem tomadas as medidas de proteção adequadas.
- ▶ Providenciar, se necessário, vestuário de proteção adequado e equipamento de proteção (sem custos para trabalhadores/as)
- ▶ Promover, sempre que necessário, medidas adequadas de emergência e socorro e de prevenção de acidentes de trabalho.
- ▶ Garantir que trabalhadores/as e os seus/suas representantes sejam consultados/as, informados/as e têm formação em SST
- ▶ **Convenção de Segurança e Saúde no Trabalho (n.º 155) e Recomendação (n.º 164)**

▶ **Direitos e responsabilidades dos/as trabalhadores/as**

- ▶ Direito de abandonarem uma situação de trabalho, desde que com justificação razoável para acreditar que a mesma representa um perigo iminente e grave para a sua vida ou saúde, sem consequências indevidas
- ▶ Direito de receber informações e formação adequadas sobre SST
- ▶ Direito de inquirir (e ser consultado/a) sobre todos os aspetos da SST associados ao seu trabalho
- ▶ Dever de cooperar com a entidade empregadora no domínio da SST (por exemplo, cumprir as instruções e procedimentos; utilizar o EPI corretamente; reportar situações perigosas a dirigentes; etc.)

Convenção de Segurança e Saúde no Trabalho (n.º 155) e Recomendação (n.º 164)

Proteção do risco de contágio durante um surto

▶ Avaliação do risco de contágio no trabalho

- ▶ **Probabilidade** de exposição ao risco de contágio, tendo em conta as características da doença infecciosa (isto é, padrões de transmissão) e a possibilidade de contacto com pessoas infetadas ou de exposição a ambientes ou materiais contaminados (por exemplo, amostras laboratoriais, resíduos) no exercício das funções profissionais
- ▶ **Gravidade** dos resultados daí resultantes para a segurança e saúde, tendo em conta características individuais (idade, doenças subjacentes e a condição de saúde pessoal), bem como as medidas disponíveis para controlar o impacto da infeção

Profissionais de resposta de emergência

- ▶ Profissionais de saúde
- ▶ Pessoal de laboratório
- ▶ Trabalhadores/as de cuidados da morte
- ▶ Trabalhadores/as de transporte de emergência
- ▶ Trabalhadores/as de limpeza e gestão de resíduos em centros de saúde e de emergência
- ▶ Outros/as profissionais (agentes da polícia, pessoal da proteção civil, militares, bombeiros, etc)



▶ Profissionais de resposta de emergência **Risco de contágio**

- ▶ Contacto com doentes e colegas de trabalho infetados/as
- ▶ Contacto com sangue, tecidos orgânicos e fluidos corporais
- ▶ Contacto com corpos de vítimas mortais de doenças altamente infecciosas
- ▶ Contacto com materiais, superfícies e ambientes contaminados
- ▶ Equipamento médico e de proteção individual (EPI) não utilizados, limpos ou desinfetados corretamente



Profissionais de resposta de emergência Exemplos de medidas para prevenir o contágio

- ▶ **Controlos ambientais e de engenharia** com o objetivo de reduzir a propagação de agentes patogénicos e a contaminação de superfícies e objetos (distância física entre pacientes e profissionais de cuidados de saúde/emergência; salas de isolamento ventiladas; etc.)
- ▶ **Medidas administrativas** Com o objetivo de prevenir os procedimentos e comportamentos de risco (prevenção e controlo de infeções (PCI); Formação em SST; monitorização e vigilância da saúde; etc.)
- ▶ **EPI apropriados** e formação sobre como colocar, remover e eliminá-los



▶ Trabalhadores em atividades essenciais

- ▶ Trabalhadores/as que têm que **interagir com pessoas potencialmente infetadas** (por exemplo, em lojas e supermercados, bancos, escolas, serviços de entrega, restaurantes, instalações desportivas e turísticas, etc.)
- ▶ Trabalhadores/as em locais de **trabalho de elevada concentração de pessoas**, devido à proximidade com outras pessoas em ambientes semiconfinados (por exemplo, fábricas, *call centers*, escritórios em *open spaces*, etc.)



▶ Exemplos de medidas para prevenir o contágio

- ▶ Distância Social (por exemplo, introdução de turnos de trabalho; utilização de chamadas telefónicas e reuniões virtuais; etc.)
- ▶ Higiene (por exemplo, fornecer desinfetantes alcoólicos para as mãos; promover uma boa higiene respiratória no local de trabalho; etc.)
- ▶ Limpeza (por exemplo, limpeza e desinfeção regular das superfícies de mesas, postos e objetos de trabalho; desinfeção regular de áreas comuns; etc.)
- ▶ Formação e comunicação (por exemplo, sobre as medidas preventivas adotadas; sobre o direito de se retirar de uma situação de trabalho que represente um perigo iminente e grave para a vida ou para a saúde, etc.)
- ▶ Equipamentos de proteção individual (EPI).
- ▶ Resposta (por exemplo, providenciar o isolamento de qualquer pessoa que desenvolva sintomas no local de trabalho e desinfeção adequada do local de trabalho; proporcionar a vigilância de saúde de pessoas que estiveram em estreito contacto com trabalhadores/as infetados/as).

▶ Trabalhadores/as no setor informal

- ▶ Podem precisar de trabalhar apesar das restrições de movimentos e de interação social
- ▶ Podem não ser capazes de cumprir as medidas preventivas e regras de SST
- ▶ Proteção Social insuficiente ou ausente (por exemplo, proteção social parental, baixa por doença, subsídio de desemprego)



Gerir os riscos psicossociais: Stress, violência e assédio laboral

► Stress e fatores psicossociais durante uma pandemia

Fatores psicossociais comuns

Receio pela própria saúde e bem-estar ou de familiares e colegas de trabalho

Falta de equipamentos de segurança e proteção individual

Isolamento

Falta de apoio social

Tensão relacionada com os protocolos de segurança estabelecidos e o desejo de cuidar ou apoiar outras pessoas

Dificuldade em manter atividades de autocuidado (por exemplo, exercício físico, bons hábitos alimentares, descanso, etc.)

Respostas comuns

Stress

Alterações de humor

Níveis de motivação reduzidos

Ansiedade e depressão

► Efeitos graves na saúde mental

▶ Insegurança no emprego

- ▶ Número elevado de empresários/as trabalhadores/as, incluindo independentes, em situação de desemprego
- ▶ Encerramento temporário das empresas imposto (por exemplo, durante o confinamento)
- ▶ Alterações nos processos e relações de emprego



- ▶ **Incerteza presente e futura sobre a situação laboral**
- ▶ Aumento do *stress*
- ▶ Ansiedade, depressão e *burnout*
- ▶ Motivação reduzida
- ▶ Baixo cumprimento das medidas de segurança (maior incidência de acidentes de trabalho)

Trabalhadores/as na resposta de emergência e dos serviços essenciais

Fatores psicossociais comuns

- ▶ Receio de contágio no trabalho com eventual transmissão a familiares
- ▶ Falta de acesso a EPI e de apoio
- ▶ Trabalhar em ambientes com reduzida capacidade para aplicar medidas de SST eficazes
- ▶ Aumento da carga de trabalho (redução do pessoal, horários mais longos e turnos consecutivos)
- ▶ Períodos de repouso reduzidos
- ▶ Aumento da violência e do assédio (tanto físicos como psicológicos)
- ▶ Aumento do estigma social e da discriminação (devido a uma ligação percebida com a doença)

Aumento da fadiga e do stress

Impacto negativo na saúde mental e no bem-estar

Aumentar o risco de acidentes e acidentes de trabalho

▶ **Trabalhadores/as da resposta de emergência e nos serviços essenciais** **Exemplos de medidas de SST para prevenir e reduzir o stress**

- ▶ Boa comunicação e informação atualizada
- ▶ Sessões multidisciplinares para identificar preocupações e trabalho conjunto em estratégias para resolver problemas
- ▶ Listas de verificação para avaliar os pontos fortes e limitações individuais, e reconhecer sinais de stress e de *burnout*
- ▶ Sistema “buddy” de apoio psicológico e monitorização do stress e do *burnout*
- ▶ Períodos de repouso regulamentados para fazer pausas suficientes durante horário de trabalho
- ▶ Oportunidades de promoção da saúde (por exemplo, exercício, hábitos alimentares saudáveis)
- ▶ Apoio psicológico para partilha individual de receios e preocupações de forma confidencial
- ▶ Comportamentos exemplares (gestores/as e supervisores/as comportam-se de forma a mostrar como combater o stress)
- ▶ Campanhas para reduzir o estigma
- ▶ Técnicas participativas para promover o diálogo, soluções inovadoras e mudanças comportamentais positivas

▶ **Pessoas que trabalham em casa** **Fatores psicossociais comuns**

- ▶ Informação inadequada
- ▶ Isolamento
- ▶ Longas horas de trabalho
- ▶ dificuldades de conciliação entre a vida profissional e a vida familiar
- ▶ Múltiplas responsabilidades (tarefas de trabalho, tarefas domésticas, cuidados de familiares, educação em casa, etc.)
- ▶ Frustração e tédio
- ▶ Violência doméstica



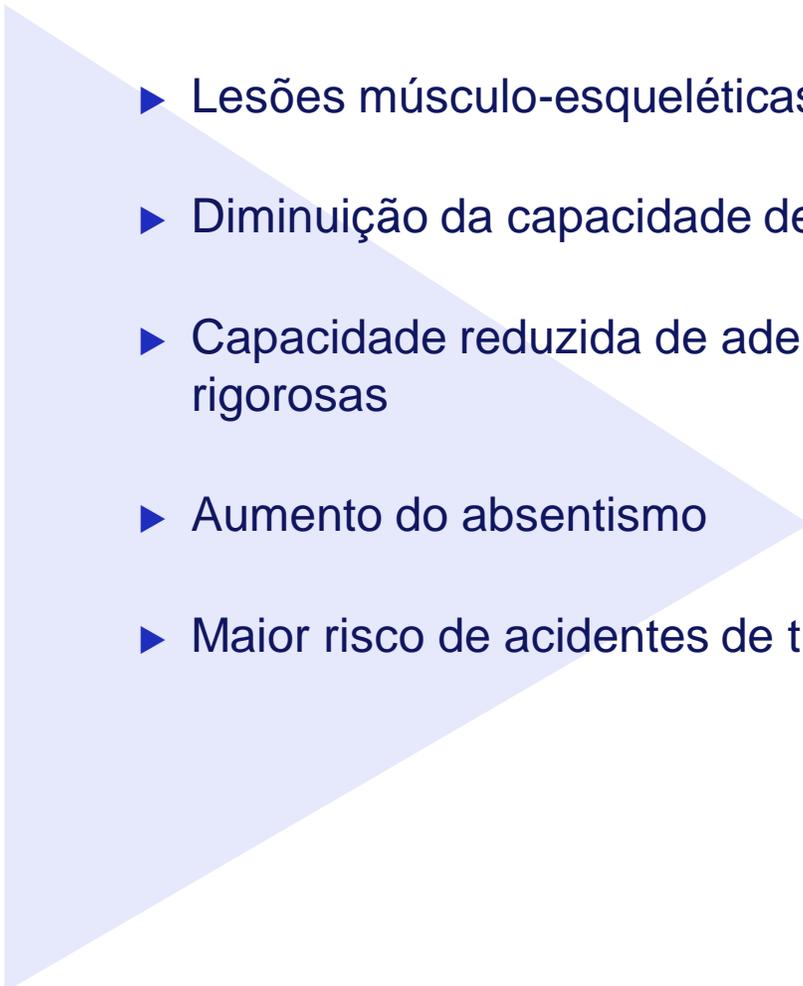
▶ **Pessoas que trabalham em casa**

Exemplos de medidas de SST para prevenir e reduzir o stress

- ▶ Compromissos de gestão e apoio e estreita ligação com dirigentes e colegas
- ▶ Expetativas claras (por exemplo, resultados a atingir, tarefas, etc.)
- ▶ Flexibilidade
- ▶ Direito a desligar do trabalho em horários determinados, reservados para descanso e vida pessoal
- ▶ Equipamentos adequados (por exemplo, portáteis, soluções informáticas para teletrabalho, suporte de TI)
- ▶ Espaços de trabalho adequados
- ▶ Formação
- ▶ Bons sistemas de comunicação
- ▶ Serviços de apoio, incluindo programas de assistência a trabalhadores/as

► Gestão de outros riscos profissionais

▶ Ergonomia

- ▶ Manuseamento e transporte manual de cargas
 - ▶ Posturas incorretas
 - ▶ ... associados a horários de trabalho mais longos, maior carga de trabalho e pressão elevada
- 
- ▶ Lesões músculo-esqueléticas
 - ▶ Diminuição da capacidade de trabalho
 - ▶ Capacidade reduzida de aderir a práticas de trabalho rigorosas
 - ▶ Aumento do absentismo
 - ▶ Maior risco de acidentes de trabalho

► Riscos profissionais associados à utilização prolongada de EPI

Os/as profissionais de saúde podem igualmente enfrentar riscos decorrentes da utilização prolongada de EPI :

Stress térmico e desidratação

Tonturas

Lesões no rosto



Produtos químicos

A limpeza e a desinfecção com produtos químicos são fundamentais para prevenir o contágio em todos os locais de trabalho

Amónio quaternário e hipoclorito de sódio (frequentemente utilizado para desinfetar contra a COVID-19) podem

- ▶ aumentar o risco de Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica
- ▶ reduzir a fertilidade
- ▶ afetar os sintomas de asma

Todos os trabalhadores e trabalhadoras devem ter acesso a formação adequada sobre a utilização correta e segura de produtos químicos e informação sobre os seus riscos e níveis de exposição

Pessoas que trabalham em casa

A configuração do espaço domiciliário muitas vezes não cumpre as mesmas normas de SST que as aplicadas nos locais de trabalho em relação a :

instalações e equipamentos

ambiente físico (como calor, frio, iluminação, segurança elétrica, higiene domiciliária, etc.)

Os/as trabalhadores/as devem receber informações adequadas sobre:

localização e posicionamento do ecrã de para evitar o risco de encandeamento;

A melhor forma de colocar equipamentos para minimizar a torção ou estiramento muscular excessivo;

Tarefas de trabalho variadas e mudanças de posição;

Fazer pausas regulares, levantar-se e mover-se por um minuto a cada hora

**Esforços conjuntos para
proteger a segurança e a
saúde de todas as pessoas**

► Pilares da OIT na resposta à pandemia COVID-19

- **Estimular a economia e o emprego**, através de políticas orçamentais ativas, sistemas fiscais favoráveis, crédito e apoio financeiro a setores específicos, incluindo o setor da saúde.
- **Apoios a Empresas, emprego e rendimentos**, através do alargamento da proteção social a todos, da aplicação de medidas de manutenção de empregos, da concessão de benefícios financeiros/fiscais e outros, às empresas.
- **Proteção de trabalhadores/as nos locais de trabalho**, através do reforço das medidas de SST, da adoção de diferentes modalidades de trabalho (por exemplo, teletrabalho), da prevenção da discriminação e da exclusão, do acesso à saúde para todos, do alargamento do acesso a licenças remuneradas.
- **Confiar no diálogo social para soluções**, reforçando a capacidade e a resiliência das organizações representativas de empregadores e de trabalhadores, reforçando a capacidade dos governos, reforço do diálogo social, de instituições e processos de negociação coletiva e de relações laborais.

► Integração da SST nas respostas dos governos à pandemia

- ▶ Promover condições de trabalho seguras e dignas, incluindo a disponibilização de equipamentos de proteção individual e assistência médica a todos os trabalhadores e trabalhadoras, incluindo aqueles/as que se dedicam a atividades de socorro e reabilitação
- ▶ Rever, estabelecer, restabelecer ou reforçar a legislação laboral, sempre que necessário, incluindo disposições relativas à proteção do emprego e à segurança e à saúde no trabalho

Recomendação sobre o Emprego e Trabalho Digno para a Paz e Resiliência da OIT, 2017 (n.º 205)

▶ **Diálogo social sobre SST durante a pandemia**

Entidades empregadoras e suas organizações

Colaborar com o governo para adaptar medidas políticas que sejam favoráveis à resiliência e à sustentabilidade das empresas

- ▶ Observar conselhos/orientações fornecidos pelas autoridades públicas
- ▶ Comunicar informações críticas aos/às trabalhadores/as
- ▶ Rever ou elaborar planos de continuidade de negócios
- ▶ Identificar e mitigar riscos de contágio dos trabalhadores
- ▶ Promover a higiene no local de trabalho

Trabalhadores e suas organizações

Participar na tomada de decisões e respostas políticas às epidemias

Cooperar ativamente com as entidades empregadoras na implementação das medidas preventivas e de proteção.

Cumprir com rigor as práticas de higiene no local de trabalho e adotar comportamentos responsáveis

▶ O papel fundamental dos/as profissionais de SST

- ▶ Facilitar o acesso a informações fiáveis
- ▶ Promover a compreensão da doença e dos seus sintomas
- ▶ Apoiar o processo de avaliação e gestão de riscos (isto é, identificação de riscos de infeção e outros e avaliação dos riscos identificados; adoção de medidas preventivas e de controlo; monitorização e revisão)
- ▶ Apoiar o desenvolvimento ou a atualização de planos para a prevenção, contenção, mitigação e recuperação



Organização
Internacional
do Trabalho

Parar a
pandemia

SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO



PODE SALVAR VIDAS

www.ilo.org/safeday