



CARTILHA
**PREVENÇÃO
À COVID-19**



Região
do Cerrado
Mineiro
Desenvolvimento Regional

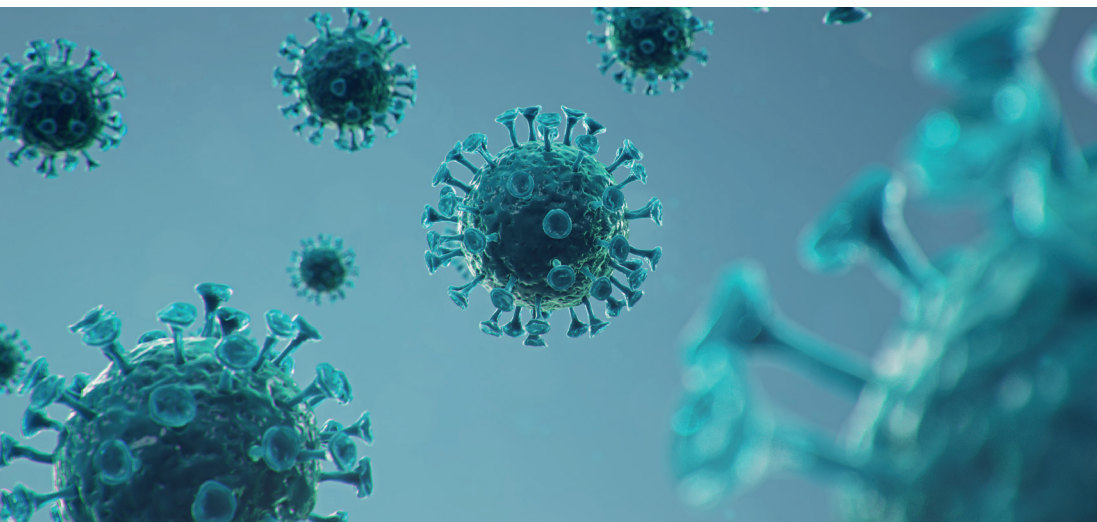
EXPOCACER
COOPERATIVA DOS CAFEICULTORES DO CERRADO

Seu café, nosso orgulho

Essa cartilha foi elaborada com base nas recomendações e medidas protetivas à saúde estabelecidas pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e órgãos governamentais do Brasil, diante da pandemia do Coronavírus (Covid-19).

Tendo em vista a colheita de café e considerando a situação de emergência mundial na saúde pública causada pela pandemia do Coronavírus (Covid-19), o cafeicultor precisa redobrar os cuidados para proteger sua saúde, de sua família e de seus funcionários, minimizando os impactos para o agronegócio, inclusive possíveis prejuízos financeiros.

Dessa forma, a presente cartilha visa auxiliar o produtor, cooperado da Expocaccer, a adotar boas práticas para combate e prevenção ao Coronavírus nas propriedades rurais, especialmente no período de colheita de café, de modo a muni-lo com informações para que ele possa orientar da melhor maneira seus funcionários.



O QUE É?

O Coronavírus é uma família de vírus que causa infecções respiratórias. A Covid-19 é uma doença causada pelo Coronavírus, que apresenta um quadro clínico que varia de infecções assintomáticas a quadros respiratórios graves.

QUAIS OS SINTOMAS?

Sintomas mais comuns:

- Febre;
- Tosse seca;
- Cansaço.

Sintomas menos comuns:

- Dores e desconfortos;
- Dor de garganta;
- Diarreia;
- Conjuntivite;
- Dor de cabeça;
- Perda de paladar ou olfato;
- Erupção cutânea na pele ou descoloração dos dedos das mãos ou dos pés.

Sintomas graves:

- Dificuldade de respirar ou falta de ar;
- Dor ou pressão no peito;
- Perda de fala ou movimento.



QUAIS SÃO OS GRUPOS DE RISCO?

São considerados grupos de risco pessoas que, em uma situação de contágio, possuem maiores chances de desenvolver os casos mais graves e complexos da Covid-19, uma vez que o vírus pode atacar o sistema imunológico ou agravar as doenças preexistentes. Porém, isso não quer dizer que, caso infectadas, essas pessoas vão, obrigatoriamente, desenvolver a versão grave da doença.

São considerados grupos de risco:

- Idosos (idade igual ou superior a 60 anos);
- Pessoas com doenças cardíacas;
- Pessoas com doenças pulmonares, como asma e Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica;
- Pessoas com problemas de baixa imunidade, como pessoas transplantadas ou em quimioterapia;
- Pessoas com doenças renais ou em diálise;
- Diabéticos;
- Gestantes de alto risco;
- Pessoas com doenças do fígado;
- Obesos (IMC \geq 40).



QUAIS AS FORMAS DE TRANSMISSÃO?

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo por meio de:

- Toque do aperto de mão;
- Gotículas de saliva;
- Espirro;
- Tosse;
- Catarro;
- Objetos ou superfícies contaminadas, como celulares, mesas, talheres, maçanetas, brinquedos, teclados de computador, etc.



COMO SE PROTEGER?

Segue abaixo orientações de proteção básicas que devem ser repassadas aos funcionários:

- Higienizar com frequência as mãos com água e sabão líquido ou álcool gel (70%).
- Usar máscara facial, incluindo as de tecido, em ambientes coletivos, em especial no transporte público e em eventos e reuniões.
- Cobrir nariz e boca com lenço de papel ou com o antebraço, e nunca com as mãos ao tossir ou espirrar. Descartar adequadamente o lenço utilizado.
- Evitar tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Se tocar, higienizar as mãos como já indicado.
- Manter uma distância mínima de cerca de 1 metro de qualquer pessoa tossindo ou espirrando.
- Evitar abraços, beijos e apertos de mãos.
- Higienizar com frequência aparelho celular.
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.
- Evitar aglomerações, principalmente em espaços fechados, e manter os ambientes limpos e bem ventilados.
- Se estiver doente, evitar contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos, e ficar em casa até melhorar.
- Dormir bem e ter uma alimentação saudável.

CUIDADOS NO CAMPO

- Restringir o acesso nas propriedades rurais somente às pessoas estritamente necessárias na colheita.
- Definir regras de conduta adequadas e estabelecer orientações, em locais públicos e visíveis, para todos os trabalhadores e demais pessoas que entrarem na propriedade, formalizando por escrito o consentimento acerca dos termos, riscos e obrigações.
- Disponibilizar lavatório com água e sabão líquido em todas as frentes de trabalho e locais de convívio comum; recomenda-se também o fornecimento de álcool gel (70%).
- Não compartilhar garrafas de água, copos, talheres e outros objetos de uso pessoal e equipamentos de proteção individual; todo material de consumo deve ser previamente higienizado e descartado após o uso.
- Pessoas com sintomas leves de gripe (coriza, dor de cabeça, fraqueza muscular e cansaço excessivo) devem ser imediatamente isoladas e encaminhadas ao atendimento médico.
- Trabalhadores com sintomas de gripe (febre e sintomas respiratórios) ou cujos familiares tenham sido infectados, devem ser isolados por até 14 dias ou conforme indicação médica.
- Refeitórios, escritórios, estoques, armazéns, alojamentos e demais locais fechados devem ser ventilados, respeitando o espaçamento adequado entre os empregados, inclusive entre as mesas e cadeiras, com pelo menos 1 metro de distância.
- Além do equipamento de proteção individual, fornecer e fiscalizar o uso de máscaras entre todos os empregados.
- Higienizar com água, sabão líquido e, se possível, água sanitária os meios de transporte e locomoção.
- Evitar a lotação máxima dos veículos, mantendo o espaçamento de pelo menos 1 metro de distância entre os empregados, disponibilizando álcool gel para higienização de todos.
- Os veículos devem circular com capacidade reduzida e com as janelas abertas.

- Antes do embarque nos veículos, realizar uma triagem para identificar empregados com sintomas gripais e, se constatado, dispensar e pedir para acompanhar a evolução do quadro em casa.
- O pagamento dos trabalhadores deve ser feito de maneira escalonada ao longo da semana ou do dia, evitando filas e aglomerações.
- Manter a higiene pessoal e comparecer ao trabalho com as mãos limpas e as unhas cortadas.
- Não fumar ou ingerir bebidas alcoólicas durante o período de contrato para não diminuir a imunidade respiratória.
- O uso de luvas durante o manuseio das ferramentas é uma medida protetiva, mas não é eficiente em caso de contato com boca, olhos e nariz.



CUIDADOS DURANTE AS REFEIÇÕES

- Os trabalhadores que preparam e servem as refeições devem utilizar máscaras, luvas, pertences próprios (colheres, facas, garfos, panos, etc.) e manter rigorosa higienização das mãos.
- Os horários de intervalo para refeições devem ser feitos de forma escalonada, evitando aglomerações ou filas.
- Criar grupos pequenos de trabalhadores para as refeições escalonadas, respeitando o espaçamento de pelo menos 1 metro de distância entre mesas e cadeiras.
- O espaço para refeição precisa ser ventilado, limpo e desinfetado com frequência.
- Proibir o compartilhamento de objetos pessoais, como facas, garfos, copos, escova de dentes, toalha de banho ou de rosto, etc.
- Solicitar aos trabalhadores que levem suas garrafas de água de casa. Caso essa medida não seja possível, reforçar a higienização dos bebedouros, mantendo à disposição álcool gel (70%) ao lado de cada bebedouro.



CUIDADOS NA COLHEITA

- Manter distância mínima de pelo menos 1 metro entre os empregados durante o desenvolvimento das funções no campo.
- Proibir o compartilhamento de ferramentas e equipamentos de proteção individuais de colheita (peneiras, lonas, sacarias, entre outros).
- Utilizar estratégias de gestão eficiente do tempo de trabalho, bem como de distanciamento dos colaboradores, como a divisão dos colhedores por talhões ou carreiras.
- Priorizar a colheita mecanizada.
- Reforçar a fiscalização do uso de EPI's e o cumprimento das regras de conduta impostas para evitar o risco de contaminação.
- Disponibilizar sabão líquido e, se possível, álcool gel (70%) nos locais de trabalho e ambientes de convívio comuns (pias e lavatórios) para higienização das mãos.
- O banheiro dos trabalhadores deve ser instalado em um ambiente ventilado, higienizado diariamente, disponibilizando água e sabão líquido para higienização das mãos.
- Higienizar máquinas e equipamentos de colheita quando forem realizadas trocas de operadores.



CUIDADOS NOS ALOJAMENTOS

- Utilizar 50% da capacidade dos alojamentos e assegurar o distanciamento dos trabalhadores alojados.
- Os alojamentos e banheiros dos trabalhadores devem ser instalados em um ambiente ventilado, higienizado diariamente, disponibilizando água e sabão líquido para higienização das mãos.
- Os assentos e camas do alojamento devem ter espaçamento mínimo de 1 metro de distância entre eles.
- Instalar pias com água e sabão líquido para lavagem das mãos nos alojamentos.
- Reforçar a limpeza nos alojamentos.
- Proibir o compartilhamento de utensílios e objetos pessoais, como roupas, assentos, camas, armários e roupas de cama.
- Proibir a prática de jogos e quaisquer outras atividades que gerem aglomerações.
- Retirar imediatamente do alojamento pessoas que apresentarem, ainda que leves, sintomas de gripe e encaminhá-las para a unidade de atendimento médico mais próxima.

INFORMAÇÕES ADICIONAIS

- Adotar medidas de prevenção determinadas com base em evidências científicas, conforme orientam os serviços de saúde governamentais, principalmente a OMS.
- Os empregadores que receberão trabalhadores de outras localidades devem criar estratégias adequadas de recrutamento e seleção e garantir orientações gerais aos trabalhadores, reforçando sempre os cuidados com a higiene pessoal e orientando sobre os cuidados necessários também fora da propriedade, após o expediente.
- Conforme orientações do Ministério da Saúde, caso algum trabalhador seja diagnosticado com Covid-19, deve ser realizada uma busca ativa dos trabalhadores que tiveram contato com o trabalhador inicialmente contaminado e encaminhá-los ao isolamento e atendimento médico.
- Orientar os trabalhadores a comunicarem ao empregador imediatamente em caso de contato com pessoa diagnosticada com Covid-19.
- Evitar contato físico no ambiente de trabalho.
- Fiscalizar regularmente a temperatura corporal dos trabalhadores ao entrarem na propriedade.
- Falar sobre a importância do isolamento social e orientar os funcionários a ficarem em casa após o expediente.
- Orientar os trabalhadores a evitarem circulação desnecessária nas ruas, bares, clubes, estádios, shoppings, shows, cinemas, igrejas, etc.



CUIDADO COM AS FAKE NEWS

Cuidado com as falsas informações circulando pelas redes sociais sobre o Coronavírus. Verifique se as mensagens recebidas pelas redes sociais (WhatsApp, Instagram, Facebook, Twitter, YouTube, etc.) são verdadeiras antes de repassar para outras pessoas.

Evite desinformação e pânico.



FONTES

PRINCIPAIS CUIDADOS COM O COVID-19 DURANTE O PERÍODO DA COLHEITA DO CAFÉ

Antônio Bernardes Advogados Associados

Disponível em:

<https://drive.google.com/file/d/1jcRmNPBXUkelQAV0AMzdeQnfbSZ-4v1UV/view>

O GUIA COM AS RECOMENDAÇÕES DO SENAR, MAPA E MINISTÉRIO DA SAÚDE PARA AS PROPRIEDADES RURAIS

Disponível em:

<https://www.cnabrazil.org.br/assets/images/Guia-COVID-Diagramado-v4-corrigido-1.pdf>

INFORMAÇÕES DO MINISTÉRIO DA SAÚDE

Disponível em:

<https://coronavirus.saude.gov.br/>

EXPOCACER COOPERATIVA DOS CAFEICULTORES DO CERRADO LTDA

Sede Administrativa
Av. Faria Pereira, 3945,
Distrito Industrial
Patrocínio/MG
CEP: 38740-514

(34) 3839-9300
contato@expocaccer.com.br
www.expocaccer.com.br

f @    expocaccer

UMA SAFRA DE



EXPOCACER
COOPERATIVA DOS CAFEICULTORES DO CERRADO

Seu café, nosso orgulho

SOLIDARIEDADE

**DOE CAFÉ.
DOE AMOR.
DOE VIDA.**



A Expocacer está arrecadando a doação de sacas de café para ajudar o Hospital do Câncer de Patrocínio. O valor arrecadado será revertido para a construção da nova sede do hospital.

Ajude-nos a construir esse sonho: (34) 3839-9300.


**HOSPITAL DO
CÂNCER
DE PATROCÍNIO**
DR. JOSÉ FIGUEIREDO*

ha
**hospital
de amor**
*Hospital Imão



Seu café, nosso orgulho