

Coronavírus:








o que você precisa
saber e como prevenir
o contágio.

Novo coronavírus: recomendações para proteção da equipe de trabalho na farmácia

Nota: As recomendações contidas neste documento consideram as melhores informações disponíveis no momento de sua publicação. As informações sobre o avanço do COVID-19 são dinâmicas e novas diretrizes podem ser necessárias a qualquer momento. Data de atualização: 16/03/2020.




Prevenção no ambiente de trabalho da farmácia

Estas medidas são recomendadas a partir da terceira fase epidemiológica. Quando houver transmissão comunitária e sustentada da doença no país, conforme definido pelo Ministério da Saúde e a critério de cada empresa.

-  **Por quê implantar uma rotina de prevenção.** Como o SARS-CoV-2 pode ser transmitido por meio de gotículas e contato, todas as áreas do ambiente da farmácia que possam ter sido contaminadas com o vírus devem ser desinfetadas.
-  **Que produtos usar para limpeza.** Os produtos indicados para desinfecção no caso do SARS-CoV-2 são: álcool 70%, solução de hipoclorito 1% e detergentes contendo cloro ativo. Uma observação importante é não utilizar produtos à base de clorexidina para a antisepsia do local, pois estes não são efetivos contra o SARS-CoV-2.
-  **Superfícies nas áreas de circulação.** Telefones, computadores, teclados, mouses, caixa registradora, balança, mesas, cadeiras, corrimões e maçanetas. Limpar a superfície para esterilização com álcool líquido 70% a cada 2 horas.
-  **Instrumentos clínicos.** Termômetros, estetoscópios, glicosímetros, aparelho de pressão, balança de bioimpedância, entre outros utilizados pelo farmacêutico. Limpar para esterilização com álcool líquido 70% após cada uso ou imediatamente caso haja suspeita de contaminação.
-  **Áreas grandes (facilities).** Grandes superfícies da loja, como chão, banheiros, pias, balcões, refrigeradores, lockers, equipamento de ar condicionado, entre outros. Limpar para esterilização com desinfetante contendo cloro ativo e/ou solução de hipoclorito 1% no mínimo uma vez ao dia.
-  **Roupas de trabalho.** Aventais, jalecos, uniformes. Recomenda-se esterilizar duas vezes por semana, substituindo a roupa imediatamente caso haja contaminação no contato com pacientes doentes. A esterilização pode ser feita por lavagem a quente, em temperatura de 75 graus por pelo menos 30 minutos ou 80 graus por pelo menos 10 minutos. Também pode ser feito deixando a roupa de molho em solução de hipoclorito 1%, para roupas brancas, por pelo menos 30 minutos (separar de outras roupas não contaminadas).
-  **Utensílios de limpeza.** Esfregão, vassouras, rodinhos. Devem ser separados e limpos em área própria. Enxaguar com água após cada utilização, mergulhe e esterilize com solução






A versão completa deste documento, incluindo referências bibliográficas e recursos adicionais, pode ser consultada no Portal Assistência Farmacêutica Avançada, da Abrafarma: <https://www.assistenciafarmaceutica.far.br/coronavirus/>

desinfetante contendo cloro por 30 minutos, enxágüe novamente com água e depois seque para utilizar novamente.












-  **Ventilação do ambiente.** Recomenda-se forçar a circulação do ar no ambiente da loja, mantendo o ambiente arejado. Para isso, abra as janelas ou ligue ventilador mecânico por no mínimo 30 minutos duas vezes ao dia.
-  **Esterilização do ar.** Recomenda-se limpeza dos filtros de ar condicionado ou utilizar equipamentos portáteis de esterilização do ar em ambientes onde não é possível manter boa ventilação ou em ambientes fechados onde pacientes são atendidos, por exemplo, na sala de serviços farmacêuticos.
-  **Precauções.** Siga corretamente as instruções do fabricante dos produtos antes de usar, respeitando diluição e tempo de aplicação do produto para correta esterilização. Tome medidas de proteção do pessoal de limpeza, obrigando utilização de luvas e óculos de proteção ao manusear os produtos.

Prevenção e segurança dos funcionários da farmácia

Estas medidas são recomendadas a partir da terceira fase epidemiológica. Quando houver transmissão comunitária e sustentada da doença no país, conforme definido pelo Ministério da Saúde e a critério de cada empresa.


-  **Por quê implantar medidas de proteção dos funcionários.** Farmacêuticos, atendentes, caixas e pessoal de limpeza da loja estão na linha de frente do contato com clientes, correndo maior risco de adquirir infecção respiratória. Com a rápida disseminação do vírus, surtos locais podem causar falta de recursos humanos para manter a operação em funcionamento.
-  **Treinamento.** Todos os funcionários devem ser treinados para os procedimentos corretos de prevenção, higiene e a rotina de trabalho durante a epidemia.
-  **Funcionários com sintomas.** Sintomas sugestivos de infecção respiratória devem ser notificados pelo funcionário imediatamente. Os funcionários devem ser orientados de que notificar sintomas não será motivo de punição, mas a omissão de informação sim. Funcionários com sintomas devem ser encaminhados para atendimento médico imediatamente e mandados para casa, para isolamento, pelo período determinado em atestado médico.
-  **Funcionários assintomáticos.** A saúde dos funcionários da loja, sem sintomas, deve ser acompanhada diariamente pelo farmacêutico, com monitorização da temperatura e surgimento de sintomas.
-  **Funcionários que tiveram contato com pessoas doentes.** Funcionários que tiveram contato com outros funcionários ou clientes doentes devem manter sua rotina normal de trabalho, seguindo as medidas preventivas, enquanto se mantiverem assintomáticos. Sua temperatura e sintomas devem ser acompanhados diariamente pelo farmacêutico por 14 dias após exposição.

A versão completa deste documento, incluindo referências bibliográficas e recursos adicionais, pode ser consultada no Portal Assistência Farmacêutica Avançada, da Abrafarma: <https://www.assistenciafarmaceutica.far.br/coronavirus/>

-  **Trabalho remoto.** É recomendado transferir funcionários para trabalho home-office, nos casos possíveis, mesmo que estejam assintomáticos.
-  **Evitar reuniões e aglomerações.** Todas as reuniões, treinamentos e eventos com mais de 20 pessoas devem ser evitados enquanto durar o período de epidemia. Dar preferência para reuniões virtuais.
-  **Evitar viagens.** A agenda de viagens deve ser revista, dentro do possível, e postergada ou substituída por eventos virtuais.
-  **Alimentação e refeitórios.** O compartilhamento de alimentos e utensílios de cozinha deve ser evitado em ambientes com muitas pessoas. Se isso não for possível, garantir que as medidas de higiene (antes e depois de se alimentar) e esterilização de materiais sejam estritamente seguidas por todos os funcionários durante as refeições.
-  **Vacinação contra gripe.** É desejável que todos os funcionários recebam vacinação contra gripe, a fim de prevenir ocorrências de influenza que podem ser confundidas com a infecção pelo novo coronavírus.
-  **Proteção individual dos funcionários da loja.** Recomenda-se que os funcionários da farmácia que venham a trabalhar no atendimento a clientes potencialmente doentes utilizem máscara cirúrgica descartável durante o período em que estiverem atendendo. Esta medida é recomendada apenas quando houver transmissão comunitária e sustentada da doença, conforme estabelecido pelo Ministério da Saúde.
-  **Proteção individual do farmacêutico.** Recomenda-se que o farmacêutico utilize máscara cirúrgica quando estiver atendendo um paciente potencialmente doente. No atendimento da sala de serviços farmacêuticos, a pacientes com sintomas respiratórios, recomenda-se utilizar também luvas descartáveis. Esta medida é recomendada quando houver transmissão comunitária e sustentada da doença, conforme estabelecido pelo Ministério da Saúde.
-  **Proteção individual do pessoal de limpeza.** Devem utilizar avental esterilizado, óculos de proteção, luvas e máscaras cirúrgicas. Devem proceder higienização frequente das mãos com água e sabão ou álcool gel 70%. Esta medida é recomendada quando houver transmissão comunitária e sustentada da doença, conforme estabelecido pelo Ministério da Saúde.
-  **Rotina antes de chegar ao trabalho.** Se possível, evitar transporte público para locomoção. Não se comunicar desnecessariamente com pessoas para evitar transmissão por gotículas de saliva. Manter distância mínima de 1 metro de pessoas com sintomas respiratórios (tosse, espirros). Evitar tocar instalações públicas. Evitar tocar mucosas do nariz, boca e olhos.
-  **Ao chegar ao trabalho.** Higienizar adequadamente as mãos ao chegar ao trabalho. Desinfetar chaves, aparelhos de telefone e outros itens constantemente utilizados. Paramentar-se ou vestir uniforme apenas ao chegar ao trabalho. Esta medida é recomendada quando houver transmissão comunitária e sustentada da doença, conforme estabelecido pelo Ministério da Saúde.
-  **Rotina durante o trabalho.** Manter distância mínima de um metro de outras pessoas. Lavar frequentemente as mãos. Acompanhar atentamente a própria saúde e de








A versão completa deste documento, incluindo referências bibliográficas e recursos adicionais, pode ser consultada no Portal Assistência Farmacêutica Avançada, da Abrafarma: <https://www.assistenciafarmaceutica.far.br/coronavirus/>

outros funcionários, notificando surgimento de sintomas respiratórios. Esta medida é recomendada quando houver transmissão comunitária e sustentada da doença, conforme estabelecido pelo Ministério da Saúde.

- 
Rotina ao sair do trabalho. Lavar as mãos, o rosto e trocar de roupa (no caso de uniformes) antes de ir embora do trabalho. Ao chegar em casa, lavar as mãos e o rosto imediatamente. Higienizar maçanetas, chaves, aparelhos de telefone e outros itens, e pendurar as roupas em um local ventilado. É recomendado ter contato com membros da família somente após tomar banho.

Medidas de isolamento

Estas medidas são recomendadas a partir da segunda fase epidemiológica. Quando há transmissão local da doença no país, conforme definido pelo Ministério da Saúde e a critério de cada empresa.

- 
Quem deve ir para casa. Todas as pessoas, pacientes e funcionários, com sintomas leves de infecção respiratória, principalmente febre, devem ficar em casa.
- 
Idosos e portadores de doenças crônicas (diabetes, hipertensão, doença cardiovascular, câncer, doença respiratória crônica). Idosos acima de 60 anos ou portadores de doenças crônicas devem buscar atendimento médico imediato, mesmo se tiverem apenas sintomas leves. A mortalidade nesses grupos é maior. Por isso, mesmo pessoas com febre baixa ou sem dificuldade respiratória devem ser avaliados por um médico.
- 
Cuidados em casa. Em casa, devem evitar contato próximo com outras pessoas e, de preferência, permanecer em ambiente separado delas utilizando máscara ao sair do isolamento. Devem manter as medidas de higiene. Utensílios domésticos, como copos, pratos, garfos e facas não devem ser compartilhados com outras pessoas da casa.
- 
Prevenção para os cuidadores. Pessoas que estejam cuidando de outras pessoas doentes devem usar máscara cirúrgica e tomar medidas redobradas de higiene das mãos e utensílios.
- 
Medidas de autocuidado. Os sintomas leves de infecção respiratória podem ser tratados com medidas de autocuidado para reduzir o desconforto, incluindo uso de medicamentos antitérmicos, descongestionantes nasais e analgésicos, isentos de prescrição médica, seguindo estritamente a posologia recomendada.
- 
Tratamento. Em caso de prescrição médica, o tratamento recomendado deve ser seguido conforme receita. Em caso de dúvidas ou problemas pós-atendimento médico, informações devem ser obtidas por telefone ou teleatendimento. Não se deslocar a centros de saúde ou hospitais apenas para obter informações.
- 
Cuidados com a febre. No caso da febre, monitorar para se certificar de que o tratamento não está mascarando a febre, a fim de acompanhar a evolução do quadro. Para isso, espere os horários de uso do antitérmico o máximo possível e monitore a temperatura a cada 4 horas. É esperado que a febre persista por 3 a 4 dias.

A versão completa deste documento, incluindo referências bibliográficas e recursos adicionais, pode ser consultada no Portal Assistência Farmacêutica Avançada, da Abrafarma: <https://www.assistenciafarmaceutica.far.br/coronavirus/>

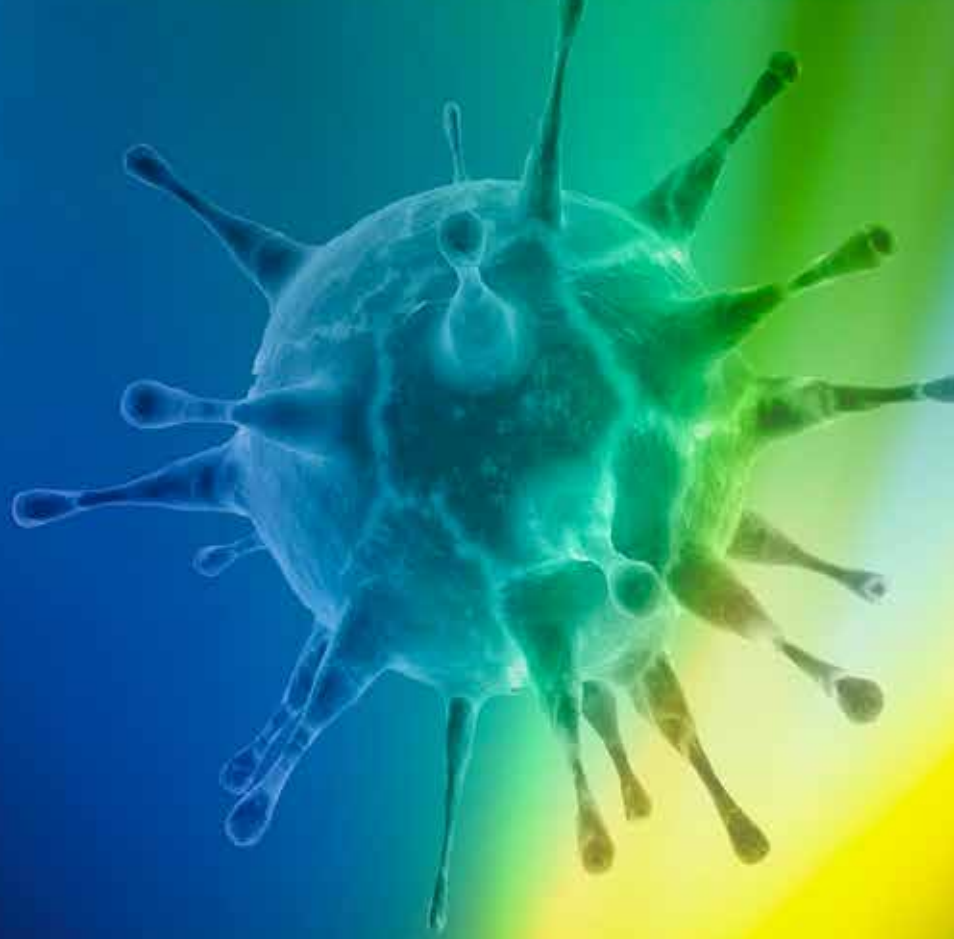
- ☀ **O que fazer se o quadro piorar.** Em caso de piora do quadro, ou no surgimento de sintomas graves, principalmente respiratórios (falta de ar, respiração difícil), o paciente deve buscar imediatamente pronto atendimento hospitalar ou em unidade de pronto atendimento (UPA).

Descarte de resíduos

- ☀ O plano de gerenciamento de resíduos deve ser adequado e aplicado por todos os funcionários da loja, supervisionados pelo farmacêutico responsável e pelo gerente.
- ☀ Os funcionários devem ter consciência com relação ao descarte de equipamentos de proteção individual para evitar contaminação secundária.
- ☀ O tratamento e descarte dos resíduos deve seguir a RDC 222/2018.
- ☀ Se algum cliente estiver sendo tratado em casa ou estiver cuidando de algum paciente diagnosticado com COVID-19, orientar que ele separe uma lixeira para destinar os resíduos originados no dia-a-dia do tratamento e no processo de recuperação.

Saúde mental dos trabalhadores

- ☀ Durante episódios de epidemias é comum que profissionais da área da saúde passem por momentos de grande pressão psicológica, tendo em vista que atuamos diretamente no trabalho diário combatendo a disseminação da doença.
- ☀ É importante realizarmos uma boa gestão emocional, não perdermos o controle em meio a tantas notícias, muitas vezes alarmistas.
- ☀ Estabeleça um bom relacionamento interpessoal e mantenha uma atitude positiva e otimista sobre a situação.
- ☀ Busque garantir um sono adequado e uma dieta equilibrada, pois isso ajuda a fortalecer a imunidade. Pratique atividades físicas e tente relaxar. Evite assistir, ler ou ouvir notícias que possam causar ansiedade ou estresse.
- ☀ Mantenha-se informado por fontes confiáveis e siga as orientações fornecidas pela empresa, ficando atento às recomendações do Ministério da Saúde.



ABRAFARMA

Associação Brasileira de Redes de Farmácias e Drogarias

