

Manual de Segurança e Saúde Ocupacional

SOST/2022

Versão 2.0

Manual de Segurança e Saúde Ocupacional

SOST/2022

Versão 3.0 – 2022

® 2022, Ebserh. Todos os direitos reservados
Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – Ebserh
www.ebserh.gov.br

Material produzido pelo Serviço de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho / Ebserh
Permitida a reprodução parcial ou total, desde que indicada a fonte e sem fins comerciais.

Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – Ministério da Educação

Manual de Segurança e Saúde Ocupacional: Coordenado pelo Setor de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho – Brasília: EBSEH – Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares, 2022. 26p

Palavras-chaves: segurança, saúde ocupacional, prevenção.

Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares
Setor Comercial Sul – SCS, Quadra 09, Lote C, Ed. Parque Cidade Corporate,
Bloco C. 1º ao 3º pavimento | CEP: 70308-200 | Brasília-DF |
Telefone: (61) 32558900 | Site: www.ebserh.gov.br

VICTOR GODOY VEIGA
Ministro de Estado da Educação

OSWALDO DE JESUS FERREIRA
Presidente

ANTÔNIO CÉSAR ALVES ROCHA
Diretor Vice-Presidente Executivo

RODRIGO AUGUSTO BARBOSA
Diretor de Gestão de Pessoas

ERLON CÉSAR DENGÓ
Diretor de Administração e Infraestrutura

SIMONE HENRIQUETA COSSETIN SCHOLZE
Diretora de Tecnologia da Informação

IARA FERREIRA PINHEIRO
Diretora de Orçamento e Finanças

GIUSEPPE CESARE GATTO
Diretor de Ensino, Pesquisa e Atenção à Saúde

HISTÓRICO DE REVISÕES

Data	Versão	Descrição	Gestor do Documento	Autor/responsável por alterações
10/2016	1.0	Manual de Segurança e Saúde Ocupacional	Breno Wesley Couto P. Cardoso	Fernanda Rosa Valle
02/2019	2.0	Manual de Segurança e Saúde Ocupacional – Revisão de legislação	Denise Regino Fonseca	Denise Regino Fonseca
06/2022	3.0	Manual de Segurança e Saúde Ocupacional – Revisão	Ludmila Nascimento Sousa	Ludmila Nascimento Sousa

SUMÁRIO

1. OBJETIVO.....	08
2. CAMPO DE APLICAÇÃO.....	08
3. RESPONSABILIDADES.....	08
4. DEFINIÇÕES.....	09
5. INSTRUÇÕES.....	09
5.1. Medidas de Segurança Biológica.....	09
5.2. Medidas de Segurança Física.....	11
5.3. Medidas de Segurança Química.....	13
5.4. Medidas de Segurança Ergonômica.....	15
5.5. Medidas de Segurança Gerais.....	17
5.6. O que fazer em caso de identificação de risco.....	19
5.7. O que fazer em caso de acidente ou suspeita de doença ocupacional.....	19
5.8. O que fazer em caso de incêndio.....	20
5.9. Instruções para uso dos EPIs.....	21
6. ORIENTAÇÕES FINAIS.....	24
7. REFERÊNCIAS.....	24

MANUAL DE SEGURANÇA E SAÚDE OCUPACIONAL

1. Objetivo

Esse manual tem a finalidade de orientar o trabalhador quanto às condutas básicas de segurança e de preservação da saúde, a serem empregadas no desenvolvimento das atividades de trabalho, fornecendo ainda informações sobre procedimentos a serem seguidos em caso de acidentes e situações de emergência.

2. Campo de Aplicação

As orientações contidas nesse manual se aplicam aos trabalhadores em atividade nos Hospitais Universitários geridos pela Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – EBSERH.

3. Responsabilidades

Cabe ao empregador:

Cumprir e fazer cumprir as disposições legais e regulamentares sobre segurança e medicina do trabalho, elaborando instruções escritas sobre os riscos profissionais que possam originar-se nos locais de trabalho, e medidas de prevenção de acidentes e de doenças ocupacionais adotadas pela empresa.

Cabe ao trabalhador:

Cumprir as disposições legais e regulamentares sobre segurança e medicina do trabalho, adotando as instruções, equipamentos e demais meios oferecidos pelo empregador, de forma a favorecer a prevenção de acidentes e de doenças ocupacionais.

4. Definições

Acidente do Trabalho: é o acidente que ocorre pelo exercício do trabalho a serviço de empresa, provocando lesão corporal ou perturbação funcional que cause a morte ou a perda ou redução, permanente ou temporária, da capacidade para o trabalho.

Doença do Trabalho: é a adquirida ou desencadeada em função de condições especiais em que o trabalho é realizado e com ele se relacione diretamente.

CAT: Comunicação de Acidente de Trabalho

EPI: Equipamento de Proteção Individual

EPC: Equipamento de Proteção Coletiva

CIPA: Comissão Interna de Prevenção de Acidentes

SSOST: Serviço de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho

CCIH: Comissão de Controle de Infecção Hospitalar

Espaço Confinado: Qualquer área ou ambiente não projetado para ocupação humana contínua, que possua meios limitados de entrada e saída, cuja ventilação existente é insuficiente para remover contaminantes ou onde possa existir a deficiência ou enriquecimento de oxigênio.

5. Instruções

5.1 Medidas de Segurança Biológica

5.1.1 Procedimentos de Biossegurança:

Todo material biológico, a princípio, deve ser tratado como contaminado;

É obrigatório o uso dos EPIs durante os procedimentos com risco de contaminação, devendo ser utilizado corretamente conforme instruções contidas nesse manual, sendo adotado basicamente conforme segue:

- Risco de contato manual com agentes biológicos: Luvas de procedimento ou luvas cirúrgicas, conforme o caso;
- Risco de contato corporal com agentes biológicos: Avental descartável com punho;

- Risco de inalação de agentes patogênicos transmitidos por via aérea: Respirador N95 ou PFF2 sem válvula;
- Risco de projeção de fluidos e secreções corpóreas: Óculos de segurança ou protetor facial, conforme o caso, e máscara cirúrgica.

Os trabalhadores com feridas ou lesões nos membros superiores só podem iniciar suas atividades após avaliação médica obrigatória;

É proibido(a):

- a utilização de pias de trabalho para fins diversos dos previstos;
- o ato de fumar, o uso de adornos (colares, anéis, brincos, cordão de crachá, entre outros) e o manuseio de lentes de contato nos postos de trabalho;
- o consumo de alimentos e bebidas nos postos de trabalho;
- a guarda de alimentos em locais não destinados para este fim;
- o uso de calçados abertos;
- o manuseio de maçanetas, telefones, puxadores e demais objetos de uso comum, utilizando luvas possivelmente contaminadas.

A utilização das luvas não substitui o processo de lavagem das mãos, o que deve ocorrer, no mínimo, antes e depois do uso das mesmas;

Higienizar as mãos antes e depois de qualquer procedimento, seguindo os protocolos da CCIH;

Os trabalhadores não devem deixar o local de trabalho com os equipamentos de proteção individual e as vestimentas utilizadas em suas atividades laborais;

Manter o esquema vacinal atualizado conforme orientações da Medicina do Trabalho.

5.1.1.1 Segurança na Manipulação de Materiais Perfurocortantes

- É vedado o reencape e a desconexão manual de agulhas;

- Os trabalhadores que utilizarem objetos perfurocortantes devem ser os responsáveis pelo seu descarte, o que deverá ocorrer imediatamente após sua utilização;
- Os postos e locais de trabalho, assim como os carrinhos de enfermagem deverão possuir suporte contendo coletor apropriado para o descarte imediato dos perfurocortantes;
- Para os recipientes destinados a coleta de material perfurocortante, o limite máximo de enchimento deve estar localizado 5 cm abaixo do bocal (observe a indicação de limite sinalizada no coletor);
- Acionar corretamente, conforme orientado em treinamento, e imediatamente após o uso, os dispositivos de segurança, sempre que disponíveis nos materiais perfurocortantes, certificando-se do seu completo travamento.

Em cirurgias:

- Adotar, com rigor, as técnicas adequadas de instrumentação de forma a minimizar o risco na transferência manual de perfurocortantes entre os profissionais, sendo de grande importância estabelecer comunicação clara entre os envolvidos;
- Manter as mãos afastadas da trajetória de deslocamento da agulha durante a realização de procedimentos de sutura.

Na aplicação de medicamentos:

- Utilizar dispositivo de proteção das mãos, durante a quebra de ampolas, observando as indicações da embalagem quanto ao adequado posicionando dos dedos;
- Sempre prever a possibilidade de reação brusca do paciente, na aplicação de medicação intravenosa, adotando previamente técnicas adequadas de contenção, com auxílio de colega ou do acompanhante.

5.2 Medidas de Segurança Física

Dentre os agentes de risco físico, tais como ruído, calor, frio, umidade, entre outros, particularmente em serviços de saúde, a ocorrência de radiações ionizantes produzidas pela emissão de raios X e pela manipulação de substâncias radioativas, requer atenção especial, visando promover o monitoramento e a proteção dos trabalhadores.

Com isso, o trabalhador que realize atividades em áreas onde existam fontes de radiações ionizantes deve:

- a) permanecer nestas áreas o menor tempo possível para a realização do procedimento;
- b) ter conhecimento dos riscos radiológicos associados ao seu trabalho;
- c) estar capacitado inicialmente e de forma continuada em proteção radiológica;
- d) usar os EPI adequados para a minimização dos riscos;
- e) estar sob monitoração individual de dose de radiação ionizante, com periodicidade mensal, nos casos em que a exposição seja ocupacional.

Os dosímetros individuais destinados a estimar a dose efetiva devem ser utilizados na região mais exposta do tronco, em cima do avental plumbífero, aplicando-se um fator de correção de 1/10 para estimar a dose efetiva.

Em casos em que as extremidades possam estar sujeitas a doses significativamente altas, deve-se fazer uso adicional de dosímetro de extremidade.

O dosímetro individual é de uso exclusivo do usuário do dosímetro no serviço para o qual foi designado.

Durante a ausência do usuário, os dosímetros individuais devem ser mantidos em local seguro, com temperatura amena, umidade baixa e afastados de fontes de radiação ionizante, junto ao dosímetro padrão, sob a supervisão do SPR (Supervisor de Proteção Radiológica).

As vestimentas plumbíferas e seus acessórios deverão ser acondicionados pendurados nos suportes específicos de forma a evitar dobras e possíveis fissuras na barreira de chumbo.

Toda instalação radiativa deve dispor de monitoração individual e de áreas.

Áreas tais como emergências, centro de tratamento intensivo, sala de recuperação e leitos de internação não são classificadas como salas de irradiação em razão do uso do equipamento móvel de Raios X.

No caso do equipamento móvel de Raios X, recomenda-se manter afastamento de 02 (dois) metros da fonte de emissão de feixes, durante o disparo.

Na ocorrência ou suspeita de exposição acidental a fontes seladas ou não seladas, os dosímetros devem ser encaminhados para leitura no prazo máximo de 24 horas e devem ser adotados

procedimentos adicionais de monitoração individual, avaliação clínica e a realização de exames complementares específicos.

Toda trabalhadora com gravidez confirmada deve ser afastada das atividades com radiações ionizantes, devendo ser remanejada para atividade compatível com seu nível de formação.

5.3 Medidas de Segurança Química

Os produtos químicos são largamente utilizados em hospitais com diversas finalidades, como agentes de limpeza, desinfecção e esterilização (quaternários de amônio, glutaraldeído, óxido de etileno, etc.). São empregados também como soluções medicamentosas (drogas quimioterápicas, psicotrópicos, gases medicinais, etc.). Podem, ainda, ser utilizados como produtos de manutenção de equipamentos e instalações (óleo diesel, graxas, óleos lubrificantes, colas, solventes, mercúrio, etc.).

A Ficha de Informação de Segurança de Produto Químico (FISPQ) fornece informações sobre vários aspectos dos produtos químicos (substâncias e misturas) quanto à proteção, à segurança, à saúde e ao meio ambiente; transmitindo desta maneira, conhecimentos e recomendações sobre medidas de proteção e ações em situação de emergência.

A) Fatores que favorecem o surgimento de doenças:

- Tempo de exposição: quanto maior a exposição de uma pessoa aos produtos químicos, maiores as possibilidades deste produto causar danos à saúde.
- Concentração do agente: quanto maiores as concentrações dos agentes, maiores são as chances de alterarem a saúde.
- Toxicidade: algumas substâncias são mais tóxicas que outras, se comparadas a uma mesma concentração.
- Forma com que o contaminante se apresenta: se é um gás, um líquido, vapor, etc. Isto tem relação com a forma de entrada deste tóxico no organismo.
- Susceptibilidade individual: algumas pessoas são mais sensíveis que outras a determinados agentes químicos.

B) Vias de absorção:

- Por inalação: quando se está em ambiente contaminado pode-se absorver a substância nociva pela respiração.
- Pela pele: certas substâncias podem entrar no organismo pela pele, mesmo que o contato seja breve, e mesmo sem ferimentos.
- Por ingestão: esta via de penetração ocorre ou por refeições em locais contaminados ou por não ser realizada higiene das mãos antes das refeições.

C) Efeitos no organismo:

- Irritação dos olhos, nariz, garganta, pulmões ou pele, geralmente causada por produtos na forma de gás ou vapor, como vapores de ácidos, amoníaco, solventes (thinner), cimento, poeiras, etc.
- Asfixia que ocorre por deficiência de oxigênio no organismo. São exemplos de asfixiantes o monóxido de carbono (onde tem fumaça ele está), dióxido de carbono, acetileno, metano, etc.
- Anestesia que é provocada por certos gases ou vapores que, após inalados, causam sonolência ou tonturas. Exemplos: éter etílico, acetona, tricloroetileno, clorofórmio, etc.
- Intoxicações que podem ser agudas ou crônicas. O benzeno, por exemplo, pode causar aplasia de medula e leucemia. O tricloroetileno, lesões no fígado e rins.

D) Normas e Medidas de Prevenção:

- Deve ser mantida a rotulagem do fabricante na embalagem original dos produtos químicos utilizados em serviços de saúde;
- Todo recipiente contendo produto químico manipulado ou fracionado deve ser identificado, de forma legível, por etiqueta com o nome do produto, composição química, sua concentração, data de envase e de validade, e nome do responsável pela manipulação ou fracionamento;
- É vedado o procedimento de reutilização das embalagens de produtos químicos;
- É vedada a manipulação de produtos químicos em qualquer local que não o apropriado para este fim, excetuam-se a preparação e associação de medicamentos para administração imediata aos pacientes;
- A ficha de segurança (FISPQ) de cada produto deve estar acessível a todos, para consultas no setor usuário;

- Informar-se sobre os riscos do produto que você está utilizando, lendo previamente sua ficha de segurança;
- Seguir sempre a orientação adequada no manuseio de produtos químicos, conhecendo e seguindo as diretrizes do Plano de Gerenciamento de produtos perigosos do hospital;
- Utilizar os equipamentos de proteção individual e coletiva recomendados;
- Utilizar os sistemas disponíveis de ventilação local exaustora ou geral diluidora, conforme o caso, de forma a não potencializar a exposição de qualquer trabalhador, envolvido ou não, no processo de trabalho, não devendo ser utilizado o equipamento tipo coifa;
- Minimizar o tempo de exposição à fonte do risco;
- Sugerir a substituição do produto tóxico ou nocivo, sempre que possível;
- Sugerir mudança do processo de forma a minimizar possível exposição a produtos químicos;
- Armazenar os produtos químicos em local apropriado e seguro, mantendo o menor estoque possível. Não armazenar juntos materiais incompatíveis;
- Informar-se sobre a localização e conteúdo do kit de segurança para derramamento de produtos químicos, que deverá estar disponível em cada setor usuário;
- Recolher imediatamente todos os produtos derramados, mesmo em pequenas quantidades, favorecendo a ventilação no local;
- Adotar as instruções estabelecidas no PGRSS – Programa de Gestão de Resíduos de Serviços de Saúde para identificação, acondicionamento e descarte de resíduos químicos.

5.4 Medidas de Segurança Ergonômica

A Ergonomia é o estudo da adaptação do trabalho ao homem e está intimamente associada à prevenção de doenças relacionadas a exigências de ordem **fisiológica, psicológica e/ou organizacional** em função de esforços excessivos, postura inadequada, levantamento de pesos, falta de autonomia sobre a tarefa, pressão por produção e ritmo de trabalho imposto, falta de capacitação, entre outros.

Visando minimizar a exposição a riscos ergonômicos, seguem algumas orientações e medidas básicas de prevenção a serem adotadas:

- Quando utilizados frequentemente, mantenha objetos e equipamentos alcançáveis sem a necessidade de torção do tronco, flexão da coluna e extensão dos braços acima da linha dos ombros;
- Armazenar objetos de maior peso em altura média, próximo à linha da cintura;
- Ao abaixar-se, posicionar um pé à frente e flexionar os joelhos ao invés de curvar a coluna;
- Nos carregamentos de peso e transferências de pacientes (cama-cama/cama-cadeira), posicionar os pés afastados e bem apoiados, flexionar as pernas mantendo a coluna ereta e vertical. Manter o peso junto ao corpo, minimizando o deslocamento do centro de gravidade;
- Envolver os acompanhantes e colegas de trabalho nas transferências de pacientes adultos;
- Planejar os procedimentos de transferência de pacientes juntamente com os demais envolvidos, avaliando com cautela a capacidade de colaboração do paciente e certificando-se de que todos compreenderam as etapas acordadas, assim como a necessidade de sincronismo na movimentação;
- Sempre que possível, priorizar a utilização de equipamentos auxiliares de movimentação;
- Nas mudanças de decúbito, adotar o uso de materiais auxiliares a serem posicionados sob o paciente de forma a favorecer sua movimentação;
- Ao identificar o mal funcionamento de rodízios ou outros mecanismos de movimentação e ajuste, encaminhar o equipamento à Manutenção, de forma de evitar sobrecargas durante sua utilização;
- Ao ficar de pé por tempo prolongado, procure utilizar um apoio para alternar os pés sobre ele;
- Priorizar a adoção de mecanismos de regulação que possibilitem a alternância de posturas, tais como: intercalar tarefas, revezar atividades com os colegas, deslocar-se para beber água e ir ao banheiro, entre outros;
- Alongue-se com frequência, e principalmente antes de iniciar atividades com maior exigência física e durante atividades prolongadas que envolvam posturas estáticas;
- Pratique atividades físicas regularmente, visando a manutenção da saúde, fortalecimento osteomuscular e bom funcionamento do sistema circulatório.

5.4.1 Ajuste de postos de trabalho para uso de computador:

1º - Ajuste à altura da cadeira de forma que seus cotovelos, junto ao corpo, permaneçam a 90º em relação à superfície de apoio dos antebraços, sem ocasionar elevação dos ombros, que devem permanecer relaxados. Os punhos devem ficar apoiados e nivelados em posição neutra;

2º- Os joelhos devem formar um ângulo de 90º, e os pés devem estar totalmente apoiados no chão ou em suporte (apoio para pés), caso necessário;

3º- Ajuste o encosto da cadeira de forma a apoiar a região lombar (parte inferior das costas);

4º- Ajuste à altura do monitor, de forma que sua linha de visão atinja o terço superior da tela.

5.5 Medidas de Segurança Gerais

- A empregada gestante será afastada, enquanto durar a gestação, de atividades insalubres em grau máximo. Para atividades insalubres em grau médio e mínimo, esta será afastada durante a gestação quando apresentar atestado médico que recomende tal afastamento;
- A empregada lactante deverá ser afastada de atividades insalubres em qualquer grau, quando apresentar atestado médico que recomende o afastamento durante a lactação;
- Nunca opere equipamento para o qual não tenha sido treinado;
- Nunca retire ou burle a ação dos dispositivos de proteção das partes móveis ou cortantes de máquinas e equipamentos;
- Para a realização de trabalhos com risco de queda, em altura superior a 2 metros, é obrigatório o uso de cinto de segurança do tipo paraquedista a ser conectado continuamente a sistema de ancoragem adequado;
- Para a realização de trabalhos em espaços confinados, é obrigatória a autorização do Serviço de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho;
- Utilize corretamente os EPIs e EPCs destinados a suas atividades, siga rigorosamente as instruções de segurança e comunique toda e qualquer situação de risco identificada.

5.5.1 Prevenção contra quedas

- Ao descer e subir escadas sempre utilize o corrimão, não corra e não se distraia com o celular. Apoie todo o pé em cada um dos degraus, antes de avançar ao próximo;
- Se estiver usando sapatos de salto alto, redobre a atenção ao caminhar;
- As escadas deverão ser bem iluminadas e conter faixas antiderrapantes;
- Esteja atento(a) à sinalização nos locais de trabalho e à indicação de piso molhado;
- Para alcançar objetos no alto, utilize escadas apropriadas, não suba em locais que não ofereçam total segurança, como cadeiras giratórias, banquinhos ou outras improvisações;
- Cabos elétricos de equipamentos devem estar fora da área de passagem de pessoas;
- Acione imediatamente o serviço de higienização para a limpeza de vômitos, sangue ou outro tipo de secreção que esteja sobre o piso.

5.5.2 Prevenção contra choques elétricos

- Todos os serviços de manutenção em equipamentos e instalações elétricas somente podem ser realizados por profissionais especializados e autorizados para tal;
- Ao conectar o plug de um equipamento na tomada de energia, certificar-se de que foi totalmente encaixado, uma vez que a conexão parcial pode ocasionar superaquecimento, risco de incêndio e choque elétrico;
- Nunca toque em aparelhos elétricos quando estiver com as mãos molhadas;
- Não mude a chave de temperatura (inverno/verão) dos chuveiros elétricos com o corpo molhado e o chuveiro ligado;
- Encaminhe imediatamente à manutenção os equipamentos que apresentem qualquer defeito ou funcionamento anormal;
- Nunca utilize dispositivo multiplicador de tomadas (benjamim) ou equipamento com o cabo elétrico desencapado.

5.6 O que fazer em caso de identificação de riscos

Na identificação de possíveis situações de risco, deficiências ou falhas nos sistemas e meios de prevenção, comunique sua chefia, o Serviço de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho e a Comissão Interna de Prevenção de Acidentes.

5.7 O que fazer em caso de acidente ou suspeita de doença ocupacional

- Acidente com exposição à **material biológico**: Efetuar lavagem exaustiva do local exposto com água e sabão nos casos de exposições percutâneas ou cutâneas. Nas exposições de mucosas, deve-se lavar exaustivamente com água ou com solução salina fisiológica.

Procedimentos que aumentam a área exposta (cortes, injeções locais) e a utilização de soluções irritantes como éter, hipoclorito ou glutaraldeído são contraindicados.

- Acidente com exposição à **produto químico**: Seguir as orientações contidas na FISPQ.

A legislação previdenciária estabelece o prazo de um dia útil após o dia do acidente para a emissão da CAT pela empresa.

Na ocorrência de acidente de trabalho, comunique imediatamente sua chefia, que irá promover os encaminhamentos de acordo com o fluxograma de atendimento estabelecido e divulgado no Hospital. Em caso de dúvidas, comunique imediatamente o Serviço de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho.

Nos casos de suspeita de doença ocupacional, o empregado deverá procurar o Serviço de Saúde Ocupacional para avaliação e encaminhamentos pertinentes.

5.8 O que fazer em caso de incêndio

Saber como agir corretamente em caso de incêndio é de fundamental importância, não só para a proteção do trabalhador, mas para a de todos os ocupantes da edificação, inclusive pacientes e acompanhantes, porém tão importante quanto detectar e extinguir o incêndio em seu princípio é saber preveni-lo, por isso, siga rigorosamente as instruções recebidas em treinamento e expressas nas sinalizações existentes nos locais de trabalho.

Todos os trabalhadores devem conhecer o Plano de Emergência e o Plano de Remoção de Pacientes do Hospital, e serem treinados quanto ao seu conteúdo, estando aptos a preparar e direcionar os pacientes sob seus cuidados, em caso de abandono dos setores ou da edificação.

Cada setor deve definir entre seus colaboradores, atribuições e condutas assistenciais a serem tomadas em caso de remoção de pacientes.

Em caso de princípio de incêndio, vazamento de gás ou detecção de fumaça, deverá ser acionado imediatamente o ramal de emergência divulgado nas instalações do hospital e nos treinamentos.

O trabalhador, devidamente treinado, deverá atuar em caso de princípio de incêndio através da imediata utilização dos extintores de incêndio compatíveis com o tipo de material envolvido, visando evitar a propagação do fogo.

Cada trabalhador deve conhecer as saídas de emergência existentes na edificação, e deverá observar a sinalização das rotas de fuga existentes.

Todos os trabalhadores devem zelar pela não obstrução das passagens e meios de combate a incêndio existentes nos locais de trabalho, assim como não permitir o fumo em locais impróprios e proibidos.

Orientações básicas em caso de incêndio e abandono de área:

- Fique atento ao cheiro de fumaça, sinais de alarmes, e outros alertas de emergência. **Os mais atentos reagem mais rápido;**

- Pare o que estiver fazendo, e se possível desligue a máquina ou aparelho que estiver usando;
- Se possível, feche os registros de gases em uso;
- Ao sair, feche as portas e janelas (sem trancar);
- Alerta os ocupantes do setor sobre a necessidade de saída imediata;
- Dirija-se à saída indicada pela rota de fuga mais próxima, mantendo-se em fila;
- Não use elevadores ou saídas designadas para outros fins;
- Utilize as escadas de saída de emergência, descendo sempre pelo lado direito, apoiando a mão no corrimão da escada;
- Caso tenha opção entre subir e descer, DESÇA SEMPRE;
- Movimente-se de modo rápido e ordeiro, NÃO CORRA;
- Na presença de fumaça, movimente-se abaixado bem próximo ao piso, onde o calor é menor e existe mais oxigênio;
- Se possível, proteja as vias respiratórias com um pano molhado ou máscara, e se houver calor intenso, molhe as roupas e cabelos;
- Antes de abrir uma porta, observe a temperatura da mesma e se há passagem de fumaça, e conforme o caso, procure outra alternativa de passagem;
- Siga as instruções da brigada de incêndio;
- Dirija-se ao ponto de encontro pré-determinado e não retorne à edificação até que esteja liberada;
- Mantenha-se em grupo após a saída para facilitar a conferência.

5.9 Instruções para uso dos EPIs

Os EPIs são os equipamentos de proteção individual que os empregados deverão utilizar no desempenho de suas atividades, devendo ser adequados aos riscos a que estão expostos.

Cabe ao empregado quanto ao EPI:

- a) usar, utilizando-o apenas para a finalidade a que se destina;
- b) responsabilizar-se pela guarda e conservação;
- c) comunicar ao empregador qualquer alteração que o torne impróprio para uso;
- d) cumprir as determinações do empregador sobre o uso adequado.

A seguir estão relacionados os EPIs e equipamentos afins mais utilizados nos serviços de saúde, agrupados em função da parte do corpo que protegem e da finalidade a que se destinam:

5.9.1. Proteção das mãos:

- Luvas de procedimento em látex: riscos biológicos e químicos (ácidos e bases diluídas)
- Luvas de procedimento nitrílicas: riscos biológicos e químicos (solventes orgânicos, ácidos e bases)
- Luvas cirúrgicas: riscos biológicos em procedimentos invasivos
- Luvas térmicas: riscos por altas ou baixas temperaturas
- Luvas isolantes: riscos por trabalhos com eletricidade
- Luvas de vaqueta ou raspa: trabalhos com risco de corte e perfuração
- Luvas de malha pigmentada: trabalhos com risco de escoriações
- Luvas de malha de aço: trabalhos com risco de corte por lâmina
- Protetor para braço descartável: riscos biológicos

5.9.2. Proteção dos pés:

- Calçado de segurança com biqueira de aço: proteção dos pés em trabalhos com risco de queda de objetos
- Calçado de segurança sem biqueira de aço: proteção dos pés em trabalhos com riscos diversos
- Bota de PVC: trabalhos com riscos biológicos, umidade e químicos (ácidos e bases)
- Bota para eletricitista: proteção dos pés e isolamento elétrico (não possui elementos metálicos)

5.9.3. Proteção da cabeça:

- Capacete: proteção contra impactos provenientes da queda de objetos
- Capacete para Eletricista: proteção contra choques elétricos

5.9.4. Proteção dos olhos:

- Óculos para proteção dos olhos contra impacto de partículas volantes e respingos
- Protetor facial: proteção da face contra impacto de partículas volantes e respingos

5.9.5. Proteção auditiva:

- Protetor auditivo (tipo concha): proteção do sistema auditivo contra níveis de pressão sonora (ruídos) superiores a 80 dB(A)
- Protetor auditivo (tipo plug de inserção): proteção do sistema auditivo contra níveis de pressão sonora (ruídos) superiores a 80 dB(A)

5.9.6. Proteção respiratória:

- Respirador descartável com e sem válvula:
 - ✓ Peça semifacial filtrante (PFF1): proteção das vias respiratórias contra poeiras e névoas;
 - ✓ Peça semifacial filtrante (PFF2): proteção das vias respiratórias contra poeiras, névoas e fumos
 - ✓ Peça semifacial filtrante (PFF3): proteção das vias respiratórias contra poeiras, névoas, fumos e radionuclídeos
- Máscara com duplo cartucho VO/GA (peça semifacial ou facial inteira com filtrosquímicos e/ou combinados): proteção das vias respiratórias contra vapores, gases e material particulado.

5.9.7. Proteção radiológica:

Proteções para trabalhos com exposição à radiação ionizante (raios x e substâncias radioativas)

- Avental de borracha plumbífera com e sem proteção nas costas;
- Avental plumbífero para proteção de órgãos genitais;
- Capote plumbífero;
- Luvas de borracha plumbífera;
- Óculos plumbífero ampla visão;
- Protetor plumbífero para tireóide;
- Protetor de seringa plumbífero.

5.9.8. Proteção de corpo inteiro:

- Blusão e calça para frio: proteção do tronco e das pernas contra agentes térmicos (ex.: câmara fria)
- Macacão impermeável: proteção do corpo contra agentes químicos e umidade
- Capa de chuva: proteção contra umidade

5.9.9. Proteção do tronco:

- Avental de raspa: proteção contra riscos de origem mecânica (abrasão, escoriação)
- Avental de PVC: proteção contra agentes químicos e umidade
- Avental descartável: proteção contra agentes biológicos
- Avental térmico: proteção contra riscos de origem térmica

5.9.10. Proteção da coluna:

- Cinto ou Faixa Abdominal: uso em levantamento e carregamento de peso

Ao receber os EPIs, o empregado deve assinar o Termo de Recebimento, constando o item, o CA (Certificado de Aprovação) e a data da entrega.

O empregado deve solicitar a substituição dos EPIs sempre que esses não mais oferecerem proteção adequada e conforme instruções recebidas nos treinamentos periódicos.

6. Orientações Finais

A participação nos treinamentos de segurança e nas ações de monitoramento da saúde através do comparecimento aos exames médicos periódicos, assim como nas campanhas educativas e de vacinação, deve ser priorizada pelos profissionais e por seus gestores, uma vez que se tratam de iniciativas da empresa na proteção dos empregados e atendimento a requisitos obrigatórios previstos na legislação.

7. Referências

BRASIL, Ministério do Trabalho e Emprego. Portaria nº 3214 de 08 de junho de 1978 – Norma Regulamentadora **32 – Segurança e Saúde no Trabalho em Serviços de Saúde**, 2005.

BRASIL, Ministério do Trabalho e Emprego. Portaria nº 3214 de 08 de junho de 1978 – Norma Regulamentadora **06 – Equipamento de Proteção Individual**, 2001.

BRASIL, Ministério do Trabalho e Emprego. Portaria nº 3214 de 08 de junho de 1978 – Norma Regulamentadora **26 – Sinalização de Segurança**, 2011.

BRASIL, Corpo de Bombeiros do Paraná. **Norma de Procedimento Técnico 016** - Plano de emergência contra incêndio, 2011.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Portaria/MS/SVS nº 453 de 01 de junho de 1998** - Diretrizes básicas de proteção radiológica em radiodiagnóstico médico e odontológico, 1998.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Exposição a Materiais Biológicos** - Protocolos de Complexidade Diferenciada 3, 2006.



Setor Comercial Sul - SCS, Quadra 09, Lote "C",
Edifício Parque Cidade Corporate, Bloco "C",
1° ao 3° pavimento, Asa Sul
Brasília - Distrito Federal - 70.308-200
Telefone: (61) 3255-8900