



ORIENTAÇÕES SOBRE SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

Microempreendedores Individuais – MEI

ATIVIDADES DE CUIDADOR DE IDOSOS E ENFERMOS

FICHA MEI nº 17

● Acidentes ● Exposição a fatores ergonômicos ● Exposição a agentes químicos ● Exposição a agentes biológicos

Introdução

Esta ficha tem o objetivo de relacionar os principais perigos e riscos comumente presentes nas atividades do microempreendedor individual-MEI, bem como as medidas de prevenção e proteção a serem adotadas para resguardar sua saúde e integridade física e de seu empregado, quando houver. Trata-se de uma lista exemplificativa, devendo cada profissional avaliar riscos adicionais e/ou relacionados à sua situação específica. **No caso de trabalho em estabelecimentos de terceiros, a contratante deverá fornecer as informações sobre os riscos que possam afetar o MEI e incluí-lo nas suas ações de prevenção.** A observância desta ficha não dispensa o cumprimento das disposições legais e regulamentares aplicáveis, especialmente as Normas Regulamentadoras de segurança e saúde no trabalho (NR), conforme o caso.

Abrangência

Esta ficha abrange as atividades de: cuidador de idosos e enfermos; serviço de acompanhamento de enfermos ou doentes em domicílio. Não compreende as atividades de enfermagem prestadas por profissionais independentes.

Possíveis consequências do trabalho e medidas de prevenção e proteção

Acidentes	Medidas de prevenção / proteção
Quedas do mesmo nível, especialmente em pisos molhados ou escorregadios.	<ul style="list-style-type: none">■ Uso de tapetes antiderrapantes (emborrachados) em frente ao vaso sanitário e cama, no chuveiro, embaixo da cadeira;■ Retirar tapetes, capachos, tacos, revestimentos e fios soltos no piso, para facilitar a circulação do cuidador e da pessoa cuidada - e também evitar acidentes;■ Limpeza e secagem dos pisos, degraus e rampas, garantindo que estejam limpos, secos e iluminados;■ A iluminação do ambiente não deve ser tão forte que incomode a pessoa cuidada e nem tão fraca que dificulte ao cuidador prestar os cuidados;■ Cliente deve instalar barras de apoio no chuveiro e sanitários para proteção do acompanhado e do cuidador.

Exposição a agentes biológicos

Doenças infectocontagiosas, devido à exposição a agentes biológicos (exemplo: vírus, bactérias, fungos) – pelo contato com enfermos, suas secreções, excreções e objetos contaminados.

Medidas de prevenção / proteção

- Lavar frequentemente as mãos com sabão e água corrente, e secar com papel descartável;
- Uso de álcool em gel para higienização das mãos, quando não for possível lavá-las;
- Guarda de alimentos, bebidas e outros objetos que podem ser levados à boca longe de áreas de possível contaminação;
- Vacinação (Hepatite B, Difteria e Tétano - e outras recomendadas pelo Ministério da Saúde);
- Procurar atendimento médico em caso de exposição acidental a agentes biológicos:
 - Exposições percutâneas – lesões provocadas por instrumentos perfurantes e cortantes (como agulhas, bisturi, vidrarias);
 - Exposições em mucosas: quando há respingos na face envolvendo olhos, nariz, boca ou genitália;
 - Exposições cutâneas (pele não íntegra): contato com pele com dermatite ou feridas abertas;
 - Mordeduras humanas – consideradas como exposição de risco quando envolverem a presença de sangue, devendo ser avaliadas tanto para o indivíduo que provocou a lesão quanto àquele que tenha sido exposto;
- A exposição acidental a material biológico (sangue, urina, fezes, secreções respiratórias) deve ser considerada emergência médica;
- **Seguir medidas de PRECAUÇÃO PADRÃO:**

Precaução Padrão

Devem ser seguidas para **TODOS OS PACIENTES**, independente da suspeita ou não de infecções.



Higienização das mãos



Luvas e Avental



Óculos e Máscara



Caixa perfuro-cortante

■ **Higienização das mãos:** lave com água e sabonete ou fricione as mãos com álcool a 70% (se as mãos não estiverem visivelmente sujas) antes e após o contato com qualquer paciente, após a remoção das luvas e após o contato com sangue ou secreções.

■ Use luvas apenas quando houver risco de contato com sangue, secreções ou membranas mucosas. Calce-as imediatamente antes do contato com o paciente e retire-as logo após o uso, higienizando as mãos em seguida.

■ Use óculos, máscara e/ou avental quando houver risco de contato de sangue ou secreções, para proteção da mucosa de olhos, boca, nariz, roupa e superfícies corporais.

■ Descarte, em recipientes apropriados, seringas e agulhas, sem desconectá-las ou reencapá-las.



Exposição a agentes químicos	Medidas de prevenção / proteção
Intoxicação/dermatites devido à exposição - por inalação, ingestão ou via dérmica (pele) – a substâncias ou compostos químicos durante a preparação e/ou manipulação e/ou aplicação de produtos e medicamentos.	<ul style="list-style-type: none">▪ Buscar substitutos mais seguros para produtos corrosivos ou tóxicos, sempre que possível;▪ Consultar a Ficha de Informação de Segurança do Produto Químico (FISPQ) e seguir instruções do fabricante relativas a armazenamento, manipulação, preparação e aplicação de produtos;▪ Manter a rotulagem do fabricante na embalagem original dos produtos químicos;▪ 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;▪ Armazenamento dos produtos em local adequado, bem-ventilado e seguro, conforme instruções do fabricante;▪ Manter embalagens dos produtos fechadas enquanto não estiverem sendo utilizadas;▪ Manter o ambiente de manipulação do produto com boa ventilação;▪ Usar Equipamentos de Proteção Individual adequados como: protetor facial, óculos de segurança, luvas de proteção.

Exposição a fatores ergonômicos	Medidas de prevenção / proteção
Lombalgia (dor nas costas) e dores musculares - por levantar, transferir e apoiar idosos/enfermos.	<ul style="list-style-type: none">▪ Nos procedimentos de movimentação e transporte de pacientes, deve ser privilegiado o uso de dispositivos que minimizem o esforço realizado pelos trabalhadores;▪ Realizar treinamento sobre técnicas de transporte e noções de ergonomia;▪ As cadeiras, camas, poltronas e vasos sanitários mais altos do que os comuns facilitam a pessoa cuidada a sentar, deitar e levantar. Em lojas especializadas, existem levantadores de cama e cadeiras e vasos sanitários.
Falta de treinamento e de supervisão.	<ul style="list-style-type: none">▪ Buscar treinamento e informações (vide item 4 das “Referências”: “<i>Guia Prático do Cuidador</i>”);▪ Manter contato permanente com profissionais de saúde responsáveis pelo idoso/enfermo.
Estresse psicológico.	<ul style="list-style-type: none">▪ Busca de apoio psicológico e médico, quando necessário;▪ Restringir jornadas de trabalho excessivas.

Observações

1. Recomenda-se a realização de exames periódicos de saúde, efetuados por médico conhecedor do trabalho realizado, sendo que tais exames são obrigatórios para o empregado do MEI, quando houver.
2. As Normas Regulamentadoras de segurança e saúde no trabalho apresentam uma série de medidas de prevenção para saúde e segurança dos trabalhadores e podem ser consultadas no sítio eletrônico <<https://www.gov.br/trabalho/pt-br/inspecao/seguranca-e-saude-no-trabalho/ctpp-nrs/normas-regulamentadoras-nrs>>.



INSPEÇÃO
DO TRABALHO

Referências

1. ABNT NBR 9050:2020 Versão Corrigida: 2021. Disponível em <https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/NBR9050_20.pdf>;
2. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Cartaz de Precauções. Disponível em <https://www.anvisa.gov.br/servicos/controle/precaucoes_a3.pdf> . Acesso em 01 jan 2021;
3. BRASIL. IBGE. CONCLA. Busca online. Disponível em: <[IBGE | Concla | Busca online](#)> Acesso em 29 dez 2020;
4. BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Prático do Cuidador. Disponível em <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_pratico_cuidador.pdf> . Acesso em 29 dez 2020;
5. BRASIL. Ministério da Saúde. Recomendações para Atendimento e Acompanhamento de Exposição Ocupacional a Material Biológico: HIV e Hepatites B e C. Disponível em <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lis-25713>> Acesso em 01 jan 2021;
6. BRASIL. Ministério do Trabalho. Riscos Biológicos: Guia Técnico. Disponível em <https://enit.trabalho.gov.br/portal/images/Arquivos_SST/SST_Publicacao_e_Manual/CGNOR---GUIA-TCNICO-DE-RISCOS-BIOLGICOS---NR--32.pdf> Acesso em 01 jan 2021;
7. BRASIL. Norma Regulamentadora 32 com redação dada pela Portaria MTb n.º 485, de 11/11/2005. Disponível em: <[NR 32 - SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO EM SERVIÇOS DE SAÚDE](#)> Acesso em 22 dez 2020;
8. COREN/SE. Disponível em: <[PARECER TÉCNICO Nº 47/2015 – Conselho Regional de Enfermagem de Sergipe \(portalcofen.gov.br\)](#)>. Acesso em 29 dez 2020;
9. OIT – Organização Internacional do Trabalho - Encyclopaedia of Occupational Health and Safety, 4th Ed., ILO, Geneva, 1998. Disponível (em inglês) no site <<https://www.iloencyclopaedia.org/part-xvii-65263/health-care-facilities-and-services/item/436-home-care-workers-the-new-york-city-experience>> . Acesso em 22 dez 2020;
10. OIT – Organização Internacional do Trabalho - Encyclopaedia of Occupational Health and Safety, 4th Ed., ILO, Geneva, 1998. Disponível (em inglês) no site Prevention and Management of Back Pain in Nurses (iloencyclopaedia.org)> . Acesso em 28 dez 2020.

Relação de MEI/CNAE alcançados por esta ficha

CUIDADOR(A) DE IDOSOS E ENFERMOS INDEPENDENTE

8712-3/00

