

Sumário

Orientações Gerais de Segurança e Saúde Ocupacional	1
a) Medidas de Segurança Gerais	1
b) Segurança Biológica	2
c) Segurança Física	4
d) Segurança Química	5
e) Segurança Ergonômica	5
f) Prevenção de acidentes do trabalho	7
g) Prevenção contra quedas	7
h) Prevenção de Choques Elétricos	8
i) Saiba como Agir em caso de acidentes	8
j) O que fazer em caso de incêndio	9
k) Instruções para uso dos EPIs	9
l) Orientações Finais	10
Referências	11

Orientações Gerais de Segurança e Saúde Ocupacional

Os profissionais e estudantes devem estar orientados quanto às condutas básicas de segurança e de preservação da saúde, a serem empregadas em suas atividades e em caso de acidentes e situações de emergência. Mais detalhes sobre esse conteúdo podem ser obtidos nos documentos de Segurança e Saúde Ocupacional disponível na intranet ou no Unidade de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho.

a) Medidas de Segurança Gerais

- Nunca opere equipamento para o qual não tenha sido treinado;
- 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, solicite a autorização do Unidade de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho;
- Para a realização de trabalhos em espaços confinados, é obrigatória a autorização do Unidade de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho
- Nunca retire ou burle a ação dos dispositivos de proteção das partes móveis ou cortantes de máquinas e equipamentos;
- Utilize corretamente os equipamentos de proteção individual (EPIs) e equipamentos de proteção coletiva (EPCs);
- A empregada gestante ou lactante será afastada, enquanto durar a gestação e a lactação, de quaisquer atividades, operações ou locais insalubres, devendo exercer suas atividades em local salubre;
- Siga rigorosamente as instruções de segurança e comunique toda e qualquer situação de risco identificada.

b) Segurança Biológica

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 estudantes 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 e o manuseio de lentes de contato nos postos de trabalho;
- O consumo de alimentos e bebidas nos postos de trabalho e 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 e higiene das mãos, o que deve ocorrer, no mínimo, antes e depois do uso das mesmas ou antes e depois de qualquer procedimento, seguindo os protocolos da CCIH.

Os estudantes 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 e PCMSO do Hospital.

- Vacina contra Hepatite B-, tétano, tríplice viral, influenza, febre amarela e covid-19.

Segurança na Manipulação de Materiais Perfurocortantes

- É vedado o reencape e a desconexão manual de agulhas;
- Os profissionais 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 os dispositivos de segurança, sempre que disponíveis nos materiais perfurocortantes, certificando-se do seu completo travamento.
- 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.
- 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.

c) 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 profissionais. Com isso, o estudante 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 e estar capacitado inicialmente de forma continuada em proteção radiológica;
- c) Usar os EPI adequados para a minimização dos riscos;
- d) Estar sob monitoração individual de dose de radiação ionizante, com periodicidade mensal, nos casos em que a exposição seja ocupacional.

Os dosímetros individuais é de uso exclusivo do usuário no serviço para qual foi designado, eles são destinados a estimar a dose efetiva e 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.

Durante a ausência do usuário, os dosímetros individuais devem ser mantidos em local seguro, afastados de fontes de radiação ionizante, 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. 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.

d) Segurança Química

Os produtos químicos são largamente utilizados em hospitais com diversas finalidades, como agentes de limpeza, desinfecção e esterilização. 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 ficha de segurança (FISPQ) de cada produto deve estar acessível a todos, para consultas no setor e usuário e deve ser seguido rigorosamente todas as instruções nela contida, inclusive sobre os riscos de cada produto.

Deve-se armazenar os produtos químicos em local apropriado e seguro, mantendo o menor estoque possível, não armazenar juntos materiais incompatíveis e Informar-se sobre a localização e conteúdo do kit de segurança para derramamento de produtos químicos;

Adotar as instruções estabelecidas no PGRSS - Programa de Gestão de Resíduos de Serviços de Saúde para identificação, acondicionamento e descarte de resíduos químicos.

e) Segurança Ergonômica

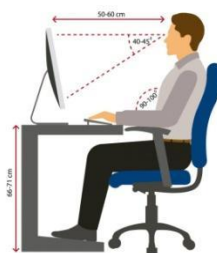
A Ergonomia é o estudo da adaptação do trabalho ao homem e está intimamente associada à prevenção de doenças relacionadas a exigências de ordem fisiológica, psicológica e/ou organizacional em função de esforços excessivos,

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:

- Alongue-se com frequência, Pratique atividades físicas regularmente, visando a manutenção da saúde;
- 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;
- Sempre que possível, priorizar a utilização de equipamentos auxiliares de movimentação;
- 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;

Ajuste de postos de trabalho para uso de computador:



- 1°. Ajuste à altura da cadeira de forma que seus cotovelos, junto ao corpo, permaneçam a 90° 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;
- 2°. Os joelhos devem formar um ângulo de 90°, e os pés devem estar totalmente apoiados no chão ou em suporte (apoio para pés), caso necessário;
- 3°. Ajuste o encosto da cadeira de forma a apoiar a região lombar (parte inferior das costas);
- 4°. Ajuste à altura do monitor, de forma que sua linha de visão atinja o terço superior da tela.
- 5°.

f) Prevenção de acidentes do trabalho

- Para a sua segurança e para evitar acidentes, siga rigorosamente todos os procedimentos passados nesse manual de orientação ao estudante.

g) 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.
-

h) Prevenção de 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.

i) Saiba como Agir em caso de acidentes

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

Na ocorrência de acidente de trabalho, seja de qualquer natureza, 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 Unidade de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho. E Nos casos de suspeita de doença ocupacional, o profissional deverá procurar o Serviço de Saúde Ocupacional para avaliação e encaminhamentos pertinentes

A prestação de primeiros socorros não exclui de forma alguma a avaliação de um médico, sendo de fundamental importância o atendimento clínico.

Em caso de acidente biológico ou com material químico vá ao Médico Plantonista, que pode ser encontrado através da central telefonica, discando “9”, e solicitando contactar o abreviado do médico de plantão.

O Médico Plantonista dará todas orientações necessárias para prosseguimento do fluxo institucional disponível na intranet. No final do fluxo, o estudante deverá comparecer ao USOST para abertura da RIAT - Relatório de Investigação de Acidente de Trabalho.

j) 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 a Brigada de Incêndio, manutenção ou vigilância, através da central telefonica, discar 9 ou 2126-3633.

k) Instruções para uso dos EPIs

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

Cabe ao estudante quanto ao EPI:

- a. Usar, utilizando-o apenas para a finalidade a que se destina;
- b. Responsabilizar-se pela guarda e conservação;
- c. Comunicar a instituição qualquer alteração que o torne impróprio para uso;
- d. Cumprir as determinações da instituição sobre o uso adequado.

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

O estudante deve solicitar a substituição dos EPIs sempre que esses não mais oferecerem proteção adequada e conforme instruções

recebidas nos treinamentos periódicos.

A seguir estão relacionados a proteção para o corpo que os EPI's estão destinados:

- Proteção das mãos:
- Proteção dos pés
- Proteção da cabeça
- Proteção dos olhos e da face
- Proteção auditiva
- Proteção respiratória
- Proteção radiológica
- Proteção de corpo inteiro
- Proteção do tronco
- Proteção da coluna

l) Orientações Finais

A participação nos treinamentos de segurança, nas campanhas educativas e de vacinação, devem ser priorizados pelos profissionais e por seus gestores, uma vez que se tratam de iniciativas da empresa na proteção dos estudantes e atendimento a requisitos obrigatórios previstos na legislação.

O Unidade de Saúde Ocupacional e Segurança do Trabalho (USOST) está disponível ao corpo estudantil para agendamento de treinamentos, através do ramal 3591 e do e-mail: sost.hc-ufpe@ebserh.gov.br.

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.