

# BOLETIM PGE SEGURA

Edição 9

23 de abril de 2020

## Ação, Prevenção e Controle

Foi encaminhado para todos os servidores da PGE, um **Plano de Ação, Prevenção e Controle de exposição ao Novo Coronavírus** elaborado pelo SESMT/PGE e colaboração da SGI/GGI, com duração no período de emergência na saúde pública do Estado de Goiás. O documento estabelece medidas de prevenção geral, do órgão, aos servidores e orientações quanto ao uso de máscaras. Destacamos as seguintes medidas:

1. procurar atendimento médico, caso apresentem sintomas do novo Coronavírus e se diagnosticado a avaliação da Junta Médica Oficial será por meio do e-mail [jm.administracao@goias.gov.br](mailto:jm.administracao@goias.gov.br);
2. realizar Curso sobre Vírus respiratórios emergentes, incluindo COVID-19 através da ENAP no site <https://>



## COVID GOIÁS

[enap.gov.br/pt/cursos](https://enap.gov.br/pt/cursos);

3. fazer higienização das mãos antes do início da jornada de trabalho, manter a higienização durante toda a jornada de trabalho, sempre que: utilizar o sanitários, tossir, tocar em superfícies de uso comuns, antes das refeições e em intervalos regulares; e
4. adotar o uso de máscara que pode ser de tecido observando o tempo de uso, realizar sua troca e higienizá-la com água e sabão.

Confira o Plano de ação na integra no seu e-mail!



### Segurança— SESMT Público

Este Boletim tem o objetivo de informar e discutir sobre diversos temas que impactam na qualidade e segurança do trabalho dos funcionários da Procuradoria-Geral do Estado.

Dúvidas, sugestões e informações, conte com a Conceição, nossa técnica na PGE: tel. 3252 8101/8102. A CIPA é presidida pelo Superintendente Thiago Lima, tel. 3252 8203.

### Reuniões da CIPA

29/04/2020

27/05/2020

## Campanha PGE Social

Começou no início desse mês a campanha “**PGE Social**” com o objetivo de apoiar e ajudar famílias carentes que passam por dificuldades, em meio às medidas que precisaram ser tomadas para combater a disseminação do novo Coronavírus.

Ao invés de comprá-las e levar até algum ponto de coleta, quem quiser colaborar pode transferir o valor de R\$65,00,

referente a uma cesta básica pronta, na conta da PGE (Banco: 341 - Itaú Unibanco S/A, Agência: 4399, Conta: 00842 -6, CNPJ: 01.409.697/0001-11).

Essa medida foi pensada como forma de evitar a circulação de pessoas para a compra das cestas. A PGE vai fazer a compra e entregar na Organização das Voluntárias de Goiás, que ficará responsável pela distribuição.



## CESTA BÁSICA

- 10 kg de arroz
- 1 kg de feijão
- 1 kg de açúcar
- 1 litro de óleo
- 1 kg de sal
- 1 kg de farinha de trigo
- 1 flocão
- 2 pcts de macarrão
- 500 g de café
- Molho de tomate
- 2 pcts de bolacha

## Teletrabalho e Segurança do Trabalho

Diante da pandemia de Covid-19, o Governo Estadual adotou o **teletrabalho** para aquelas atividades que podem ser executadas fora do local habitual do servidor. O trabalho realizado remotamente tem **caráter temporário e excepcional**, mas deve ser objeto de atenção quanto às normas de saúde e segurança do trabalho. Todos devem observar recomendações quanto a ergonomia, condições do ambiente doméstico e equipamentos.

O espaço de trabalho deve permitir que a pessoa se afaste do movimento da casa, tendo tranquilidade, na medida do possível. Quanto à temperatura, o importante é manter janelas abertas e abrir as portas para haver circulação de ar.

A iluminação pode ser melhorada com um abajur.

O ideal é ter cadeiras confortáveis, pois trabalhar com o computador altera a percepção do tempo e tendemos a ficar mais tempo numa posição. Faça intervalos e nada de ficar deitado na cama ou no sofá da sala. A altura da mesa deve ser tal que não eleve os ombros na hora em que for



usar o teclado ou o mouse. A tela deve ficar na altura dos olhos, para não forçar a coluna cervical. Tanto nos computadores quanto nos celulares, é preciso cuidado com os olhos. Quanto maior a superfície da tela melhor para trabalhar. Então, opte por utilizar o Whatsapp Web para responder mensagens.

Tenha foco! Uma das dificuldades do teletrabalho é a quantidade de informação. A carga tende colocar as pessoas em estado de dispersão e angústia. Estabeleça sua jornada de trabalho de acordo com seus horários de trabalho e concentre no que importa nesse tempo, o trabalho. Assim, você reduzirá o estresse que temos nessa fase do isolamento social.

## Em tempos de Coronavírus, não esqueça a dengue e a gripe!

Atenções devem ser dadas à pandemia, mas também a outras doenças que podem produzir sobrecarga no sistema de saúde.

Se, por um lado, as infecções por Coronavírus estão aumentando, por outro, a incidência de dengue, transmitida pelo velho conhecido mosquito *Aedes aegypti*, também tem registrado um crescimento preocupante. Além disso, com a proximidade do inverno os casos de influenza (gripe) costumam a ser altos. Isso significa impacto maior no sistema de saúde, porque, apesar de alguns sintomas serem até parecidos, como dores no corpo e febre, preci-

sa haver uma linha de cuidados para pacientes respiratórios, como influenza e Covid-19, e outra para a dengue. Prevenir então é melhor que remediar. No caso da dengue, o combate ao vetor, o mosquito, é a principal forma. Evite deixar água parada e limpe de recipientes que podem acumulá-la. Para a gripe, a vacinação foi antecipada. São prioridades gestante, crianças (até 6 anos), idosos e portadores de doenças crônicas. Quem puder se vacinar antes #ficadica.



## Conscientização e Prevenção



No dia 07 de abril é celebrado o dia Mundial da Saúde, instituída pela Organização Mundial da Saúde, que define: a saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade. Criada em 1948, a data tem como objetivo conscientizar a população a respeito da qualidade de vida e dos diferentes fatores que afetam a saúde populacional.

