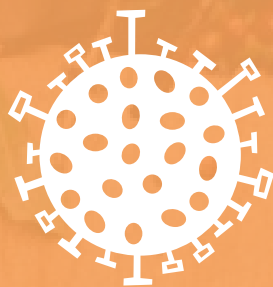


*capasó*

**ORIENTAÇÕES DE SEGURANÇA  
CONTRA O COVID-19 NO CAMPO E  
DURANTE A COLHEITA E  
PÓS-COLHEITA DO CAFÉ**



**COVID-19**



**ORIENTAÇÕES DE SEGURANÇA CONTRA O COVID-19  
NO CAMPO E DURANTE A COLHEITA E PÓS-COLHEITA DO CAFÉ.**

Amigos produtores, está chegando o tempo da colheita, momento importante para a nossa cafeicultura. Nesta safra, teremos um desafio novo: o CORONAVÍRUS. Por isso, preparamos aqui algumas orientações importantes para a sua saúde e a saúde de sua comunidade. Com a observação e seguimento dessas medidas, esperamos contribuir retardar a evolução da pandemia que nos preocupa, uma vez que o bem maior que possuímos é a vida de cada um.

## **O QUE É O COVID-19?**

O Covid-19, ou Coronavírus, pertence a uma família de vírus que causam infecções respiratórias e, às vezes, até complicações cardíacas. Penetram geralmente pelos olhos, nariz ou boca e se instalam em diversos órgãos, como pulmões (acarretando pneumonia) e coração (causando miocardite). A gravidade da doença pode ser alta e varia de pessoa para pessoa, sendo fatal em, aproximadamente, 2% dos casos. Pessoas mais idosas e debilitadas, com problemas de saúde do tipo hipertensão, diabetes, bronquite e asma e com sistema imunológico fraco são as que mais sofrem diante dela. Seu contágio é muito rápido, passando de pessoa para pessoa por contatos.

## **SINAIS E SINTOMAS INICIAIS MAIS COMUNS:**



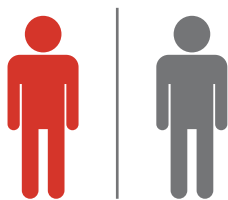


ORIENTAÇÕES DE SEGURANÇA CONTRA O COVID-19  
NO CAMPO E DURANTE A COLHEITA E PÓS-COLHEITA DO CAFÉ.

## COMO É TRANSMITIDO?

A principal forma de transmissão é o **CONTATO**.

- **CONTATO** com pessoas portadoras do vírus, seja por meio de aperto de mão, abraço, toque em seu ombro, rosto ou cabelo, por exemplo;
- **CONTATO** com gotículas de saliva e do nariz após um espirro ou tosse por quem já foi infectado, mesmo que essa pessoa ainda não apresente qualquer sintoma;
- **CONTATO** com a respiração de outra pessoa infectada, quando muito perto de você;
- **CONTATO** com objetos ou superfícies contaminadas, mesmo não tendo outra pessoa nesse local no mesmo instante que você (ela já esteve ali antes e tocou esses objetos e superfícies).



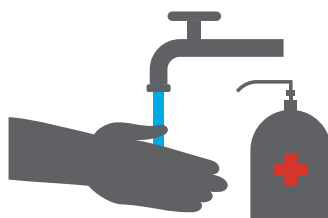
EVITE **CONTATO PRÓXIMO**  
DE **PESSOAS** COM OU SEM  
SINTOMAS



EVITE **TOCAR O ROSTO**  
SEM TER **HIGIENIZADO**  
AS MÃOS



**LIMPE SUPERFÍCIES E**  
**OBJETOS** QUE AS PESSOAS  
USEM COM FREQUÊNCIA



**LAVE AS MÃOS**  
**FREQUENTEMENTE**  
COM ÁGUA E **SABÃO**

## COMO EVITAR CONTÁGIO QUANDO VOCÊ ESTÁ TRABALHANDO EM GRUPO

Evite, a qualquer custo, ficar muito próximo a pessoas nas horas de trabalho e no descanso para almoço ou merenda. Isso pode parecer antipático, mas é uma medida muito importante e que demonstra sua preocupação com a saúde dos seus companheiros de trabalho. Além disso:

- No caso de trabalho em grupo, cada trabalhador deve se posicionar a uma distância mínima de 1,5m (um metro e meio) um do outro;
  - Alimentar-se em local apropriado que possibilite a lavagem das mãos com água e sabão;
  - Quem prepara sua refeição ou lanche também deve estar atento(a) às regras de higiene em tempos de "guerra contra o Covid-19);
  - Garrafas, copos, canecas, pratos, marmitas e talheres jamais devem ser compartilhados, tenha sempre o seu próprio material;
  - Não toque em embornais dos companheiros de trabalho;
- vasilhame de detergente e torneiras de pias também podem conter o coronavírus, assim é preciso lavar também suas superfícies externas com água e sabão;
- Maçanetas de portas de veículos e de instalações físicas também são superfícies que podem conter o coronavírus.



## HIGIENIZAÇÃO DE VEÍCULOS E PROCEDIMENTOS NO TRANSPORTE COLETIVO

Os veículos de transporte de trabalhadores devem ser higienizados e desinfetados antes de cada viagem, para isso é sugerido treinamento ao condutor para que ele faça esse serviço. Com o treinamento, o serviço deverá ser realizado com uso de EPI constando de luva mucambo, capa plástica, máscara PFF2 ou N-94, pulverizador costal e pano de limpeza.

- O higienizador do veículo deve começar o serviço pela varrição (uso de vassoura) do veículo e retirada da poeira de superfícies, com pano úmido;
- Em seguida, tendo já preparado a solução desinfetante (água sanitária na concentração de 1%), irá aplicá-la com pulverização costal, de modo a cobrir toda as superfícies internas do veículo;
- O desinfetante deverá agir por, no mínimo, 10 minutos;
- Após os 10 minutos, todo o excesso do desinfetante deve ser retirado com um pano seco e limpo;
- Bancos, encostos, puxadores e demais locais de apoio deverão ser higienizados com álcool na concentração de 70%;
- Os veículos devem ser higienizados antes e após cada deslocamento, seja da cidade para campo, como do campo para a cidade.
- Antes de entrar no veículo, as mãos de todos passageiros e condutor devem ser desinfetadas com álcool em gel 70% (quando não há água e sabão no local do embarque);
- Para embarcar um grupo de passageiros, manter a distância de 1,5 m entre as pessoas;
- A lotação máxima deve ser aquela que permita que os passageiros fiquem acomodados e distanciados à 1,5 m uns dos outros no veículo;
- Trafegar sempre com as janelas entreabertas, de modo a permitir a ventilação no interior do veículo. Vento em excesso, quando está frio, pode provocar resfriados e baixar a imunidade.







**ORIENTAÇÕES DE SEGURANÇA CONTRA O COVID-19  
NO CAMPO E DURANTE A COLHEITA E PÓS-COLHEITA DO CAFÉ.**

## **ENTRADA NA PROPRIEDADE RURAL**

- Caminhões, ônibus e vans transportando trabalhadores devem circular o mínimo possível dentro da propriedade rural;
- Água e sabão devem ser disponibilizados para visitantes ou colaboradores lavarem as mãos assim que desembarcarem na propriedade. O álcool em gel também pode ser oferecido;
- No caso de motocicletas, é recomendado que não transportem duas pessoas durante esse período de combate ao coronavírus, devido à proximidade do condutor com o passageiro.

## **MANUSEIO DE MÁQUINAS E EQUIPAMENTOS**

Lembre-se, **tudo o que você tocar pode transmitir o Covid-19**, seja por alguém infectado que passou antes de você ou, então, se você estiver infectado sem saber, e alguém tocar onde você tocou. Assim é que ocorre a transmissão. Para evitar essa forma de contágio, antes e depois de utilizar máquinas e equipamentos (tratores, caminhões, implementos, derriçadeiras, roçadeiras, sopradores, carretas, dentre outros) é preciso fazer a desinfecção das superfícies desses equipamentos onde você toca, utilizando um dos seguintes produtos:

**Álcool 70% | Hipoclorito de sódio a 1% (água sanitária) | Água e sabão**

Principalmente, lembre-se de volantes, alavancas de câmbio, de freios, de hidráulicos, bancos, maçanetas e botões e comandos nos painéis. Aí o álcool em gel é o mais indicado, devendo agir por 10 minutos antes de secar por completo.

Além das máquinas, também é necessário higienizar peneiras, panos, e todos os equipamentos que estiverem em contato com o trabalhador;

Todos os equipamentos de uso do trabalhador devem ser identificados e guardados separadamente após término do trabalho diário;

Evite tocar os olhos, nariz e boca enquanto estiver manuseando o trator ou implemento de uso coletivo. Prefira usar o antebraço nessas ocasiões;

Se estiver tossindo ou espirrando, não permaneça dentro de veículos, tratores ou máquinas;

Ao apresentar ânsia de tosse ou espirro proteja a boca com o braço e não com as mãos.





**ORIENTAÇÕES DE SEGURANÇA CONTRA O COVID-19  
NO CAMPO E DURANTE A COLHEITA E PÓS-COLHEITA DO CAFÉ.**

## **PROCEDIMENTOS SE O TRABALHADOR SENTIR ALGUM DOS SINTOMAS DA DOENÇA**

A qualquer suspeita de sintomas de Covid-19, afaste-se imediatamente do convívio no ambiente de trabalho e procure comunicar a uma pessoa de sua confiança sobre a situação.

- Em seguida, ligue para uma unidade de saúde pública e fale sobre o que você está sentindo. Se for constatado se tratar do coronavírus, há protocolos internacionais para o atendimento à sua saúde, desde recomendações de repouso em casa, em isolamento, até a internação, em casos mais graves.

- Normalmente, as orientações são para que só se procure ajuda médica quando há falta de ar, mas todo o cuidado é pouco em se tratando de coronavírus. Se não se dá atenção a um sinal qualquer da infecção pelo vírus, pode-se colocar todos, ao redor, em risco, sobretudo os mais idosos e de saúde debilitada.

## **DICA DE COMO PREPARAR ÁLCOOL 70% A PARTIR DE ÁLCOOIS MAIS CONCENTRADOS:**

- Para preparar 1.000mL de álcool 70% quando dispomos, para comprar, de álcool 92,8%:

- Utilizar 755 mL do álcool disponível (92,8%) ao qual deverá ser acrescentado 245mL de água potável. Ao misturar, teremos 1.000mL como pretendido.

**Uma iniciativa da Associação dos Produtores de Cafés Especiais do Caparaó - APEC**