



COMUNIDADE DA CEDEAO

PANDEMIA DO COVID-19 INFORMAÇÕES DE COMUNICAÇÃO SOBRE O RISCO PARA OS MEMBROS DO PESSOAL

A epidemia do Covid-19 que teve início na China em Janeiro de 2020 é actualmente uma pandemia mundial. A epidemia praticamente terminou na China, mas espalha-se rapidamente por outras partes do mundo, incluindo a África.

O primeiro caso no espaço CEDEAO foi confirmado pela Nigéria a 28 de Fevereiro. Três semanas mais tarde, a 22 de Março, já havia 172 casos confirmados em 12 Estados membros da CEDEAO: Burkina Faso – 64, Senegal – 47, Gana – 16, Côte d'Ivoire – 14, Nigéria – 12, Togo – 9, Libéria – 3, Benim – 2, República da Guiné – 2, Níger – 1, Gâmbia – 1, e Cabo Verde – 1 com três mortes registadas em Burkina Faso.

As seguintes informações foram preparadas pela Organização Oeste Africana da Saúde (OOAS) para a comunidade da CEDEAO com base nas recomendações internacionais¹ com o objectivo de proteger os membros do pessoal, facilitar o trabalho durante a pandemia e contribuir para a contenção da pandemia na região.

Como é que o Covid-19 se propaga?

Quando uma pessoa infectada com Covid-19 tosse ou espirra a mesma liberta gotículas de fluido infectado. A maior parte dessas gotículas depositam-se nos objectos e superfícies próximos tais como secretárias, mesas ou telefones.

As pessoas que se encontram a um metro de distância do indivíduo infectado também correm o risco de ficar infectadas ao inalar essas gotículas de fluido infectado. Outras pessoas podem ser infectadas ao tocar os objectos e superfícies contaminados e em seguida tocar os olhos, nariz ou boca sem ter lavado bem as mãos previamente. Geralmente, o COVID-19 propaga-se de forma semelhante à gripe.

A maioria das pessoas infectadas (mais de 80%) com COVID-19 experiencia sintomas ligeiras e recupera. No entanto, algumas apresentam quadros mais graves e requerem cuidado hospitalar. O risco de doença grave aumenta com a idade – as pessoas com mais de 40 anos aparentam ser mais vulneráveis do que as pessoas abaixo dos 40 anos e o risco mais alto é registado na faixa etária superior a 60 anos. As pessoas com sistema imunitário comprometido ou afecções tais como a diabetes, doença pulmonar ou cardíaca também são mais vulneráveis à doença na sua forma mais grave.

¹https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/getting-workplace-ready-for-covid-19.pdf?sfvrsn=359a81e7_6

Este documento foi elaborado para aconselhar o pessoal sobre:

- Formas simples de prevenir a propagação do COVID-19 no local de trabalho
- Organizar reuniões ou eventos no actual clima regional de COVID-19
- O que levar em conta ao viajar
- O que acontece se COVID-19 for diagnosticado no local de trabalho

1. Formas simples de prevenir a propagação do covid-19 no local de trabalho

As medidas de baixo custo descritas abaixo ajudarão a evitar a propagação do COVID-19 no local de trabalho e assim proteger o pessoal, visitantes e parceiros da CEDEAO.

- Todos os locais de trabalho devem ser mantidos limpos e higienizados:
 - As superfícies (isto é, secretárias e mesas) e objectos (isto é, telefones, teclados) devem ser limpos com desinfectante regularmente;
 - *Porquê? Porque a contaminação nas superfícies tocadas por pessoal e visitantes é uma das principais formas de propagação do COVID-19.*
- Todo o pessoal e os visitantes devem lavar e/ou limpar bem as mãos regularmente:
 - Os departamentos e todas as unidades devem instalar recipientes para desinfectantes de mãos com álcool em locais de destaque, e garantir que os recipientes sejam reabastecidos regularmente;
 - Os departamentos e todas as unidades devem exibir cartazes promovendo a lavagem das mãos;
 - Recipientes móveis de lavagem de mãos serão colocados em todos os pontos de entrada para os membros do pessoal e visitantes lavarem as mãos com água e sabão à entrada e à saída de todas as instalações da CEDEAO;
 - *Porquê? Porque a lavagem mata o vírus nas suas mãos e previne a propagação do COVID-19.*
- Praticar boa higiene respiratória no local de trabalho.
 - Quando espirrar ou tossir, o pessoal deve fazê-lo no cotovelo ou num lenço de papel, deve deitá-lo fora para um recipiente fechado e depois lavar bem as mãos com água e sabão;
 - Qualquer membro do pessoal que desenvolver espirros constantes ou corrimento nasal no local de trabalho deve usar imediatamente uma máscara facial e contactar a linha directa do COVID-19 para aconselhamento;
 - Qualquer membro do pessoal que desenvolva sintomas semelhantes aos do COVID-19 (febre, tosse, falta de ar) no local de trabalho deve abandonar imediatamente o local de trabalho, usar uma máscara e contactar a linha directa nacional do COVID-19 para aconselhamento.
 - *Porquê? Porque a boa higiene respiratória previne a propagação do COVID-19.*
- Aconselhar os membros do pessoal e os contratados a consultar os conselhos de viagem nacionais antes de ir em viagens de negócios.

- Os Chefes das Instituições, Comissários e Directores devem incentivar o pessoal a trabalhar em casa:
 - Qualquer pessoal com uma tosse ligeira ou febre baixa (37.3°C ou mais) precisa ficar em casa e auto-isolar-se. Os membros do pessoal também devem ficar em casa e trabalhar em casa se tiverem de tomar medicamentos simples, tais como paracetamol, ibuprofeno ou aspirina, que podem mascarar sintomas de infecção.
 - Um membro do pessoal deve auto-isolar-se e trabalhar em casa se achar que pode ter entrado em contacto com um paciente com COVID-19, mas esse membro do pessoal deve cumprir com as disposições para o trabalho em casa da Directiva anterior emitida pelo Presidente da CEDEAO.
 - Qualquer pessoal que tenha que tirar algum tempo de folga mas não possa trabalhar em casa de acordo com a directiva anterior é autorizado a contar o tempo de folga como licença por doença.

2. Organizar reuniões ou eventos no actual clima regional de Covid-19

Há o risco de que as pessoas que participam de reuniões ou eventos possam trazer o vírus COVID-19 involuntariamente para a reunião, especialmente porque algumas pessoas são infecciosas sem apresentar quaisquer sintomas. Portanto, outras pessoas podem estar inconscientemente expostas ao COVID-19.

Assim sendo, até nova ordem:

- TODAS as reuniões internacionais devem ser canceladas ou adiadas,
- Apenas reuniões internas da CEDEAO envolvendo menos de 50 pessoas são autorizadas,
- Todas as instalações da CEDEAO devem identificar uma sala ou área onde uma pessoa que se sentir indisposta no local de trabalho ou apresentar sintomas semelhantes aos do COVID-19 possa ser isolada em segurança,
- Todas as instalações da CEDEAO devem ter um plano de encaminhamento seguro do pessoal para uma instalação sanitária,

ANTES de reunião ou evento interno:

- Avaliar se é necessário uma reunião ou evento presencial. Poderá ser substituído por teleconferência ou evento em linha?
- O número de participantes na reunião ou evento pode ser reduzido?
- Deve-se encomendar antecipadamente suprimentos e materiais de higiene incluindo lenços de papel e desinfetantes das mãos para todos os participantes. As máscaras cirúrgicas faciais devem ser disponibilizadas à qualquer pessoa que apresente sintomas respiratórios durante a reunião.
- O pessoal NÃO deve participar na reunião se apresentar quaisquer sintomas ou estiver indisposto e isso deve ser realçado antecipadamente nos convites aos participantes.
- A lista de presença com todos os dados de contacto é OBRIGATÓRIO. Os dados dos participantes serão partilhados com as autoridades da saúde pública se qualquer participante ficar doente com suspeita de COVID-19.

DURANTE a reunião ou evento:

- Os princípios de distanciamento social e higiene respiratória pessoal devem ser salientados no início da reunião. Um exemplo poderia ser o uso de um exercício de quebra-gelo que demonstra como cumprimentar sem se tocar.
- Os desinfetantes de mãos à base de álcool devem estar expostos de forma proeminente pelo local do evento
- Os lugares devem ser dispostos de modo a que os participantes fiquem separados entre si pelo menos 1,5 m.
- O local deve ser bem ventilado com portas e janelas abertas.
- Accionar o plano de preparação e contactar a linha directa do COVID-19 se qualquer pessoa ficar doente durante a reunião.

DEPOIS da reunião ou evento:

- Listas de presença com detalhes de contacto de todos os participantes devem ser mantidas por pelo menos um mês. Isso ajudará as autoridades da saúde pública a rastrear as pessoas que possam ter sido expostas ao COVID-19 se um ou mais participantes ficarem doentes pouco tempo depois.
- Relembre a todos os participantes a notificar os organizadores da reunião caso apresentem quaisquer sintomas dentro de 14 dias a seguir à reunião.
- Relembre ao pessoal da Linha Directa do COVID-19 da CEDEAO

3. O que levar em conta ao viajar

Como anteriormente indicado, todas as missões e viagens internacionais estão actualmente suspensas, excepto por razões críticas em circunstâncias excepcionais aprovadas pelo presidente da CEDEAO ou chefe da instituição. As informações mais recentes sobre a propagação global do COVID-19 estão disponíveis em <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>

Os membros do pessoal que estão em maior risco devido ao COVID-19 devem evitar qualquer viagem e devem praticar sempre o distanciamento social - aqueles com mais de 60 anos, aqueles com baixa imunidade, ou aqueles com afecções médicas tais como diabetes, doenças cardíacas e pulmonares.

Todos os membros do pessoal que têm de viajar devem comprar frascos pequenos (com menos de 100 CL) de desinfetantes de mãos à base de álcool e levá-los sempre consigo para facilitar a higiene regular das mãos.

Durante a viagem, os membros do pessoal devem lavar as mãos regularmente, ficar a pelo menos 1,5 m de distância de pessoas que estão a tossir ou espirrar, e cumprir as instruções das autoridades locais em relação às restrições impostas devido ao COVID-19.

O pessoal que regressa de qualquer área de elevado fardo do COVID-19 deve auto-isolar-se durante 14 dias e monitorizar-se para detectar sintomas.

Todos os membros do pessoal devem anotar o número de telefone relevante da linha directa COVID-19 das suas instituições da CEDEAO (cada instituição da CEDEAO foi instruída a estabelecer um número de telefone para orientar o pessoal local).

4. O que acontece se covid-19 for diagnosticado no local de trabalho

Como o diagnóstico do COVID-19 envolve um teste laboratorial, é improvável que qualquer pessoa seja diagnosticada com o COVID-19 no local de trabalho. No entanto, o pessoal pode apresentar os sintomas típicos do COVID-19 (febre, tosse seca e/ou dificuldade para respirar) e, portanto, exigir isolamento imediato, cuidados preliminares e transferência para um estabelecimento de saúde. Para abordar esta possibilidade:

- Todas as instalações da CEDEAO foram aconselhadas a identificar uma sala ou área onde uma pessoa que se sentir indisposta no local de trabalho ou apresentar sintomas semelhantes aos do COVID-19 possa ser isolada em segurança, antes de contactar as autoridades sanitárias.
- Todas as instalações da CEDEAO foram aconselhadas a ter um plano de encaminhamento do pessoal para um estabelecimento de saúde usando um carro ou ambulância com o membro do pessoal sentado na traseira a pelo menos 1,5m de distância do condutor, ambos usando máscaras e com todas as janelas abertas para maximizar a ventilação. O plano deve ser previamente aprovado com as autoridades locais.
- Qualquer membro do pessoal que ficar doente com suspeita de COVID-19 no local de trabalho deve contactar imediatamente a linha directa dedicada da Comissão da CEDEAO ou da sua Instituição.
- O membro do pessoal não deve ser estigmatizado ou discriminado por relatar sintomas, independentemente de os testes do COVID-19 se revelarem positivos ou negativos.
- Todas as instalações da CEDEAO foram aconselhadas a incentivar o teletrabalho e mais trabalho em casa.
- Um Comité Interinstitucional está a ser criado para desenvolver um plano de Contingência e Continuidade de Actividades para toda a Comunidade da CEDEAO, a fim de abordar planos para a Organização manter as operações caso a região fique sobrecarregada com casos confirmados de COVID-19. Os membros do pessoal serão informados oportunamente sobre este assunto.

EM CONCLUSÃO

O COVID-19 está presente no espaço CEDEAO, mas mais importante agora do que nunca é que os membros do pessoal NÃO devem entrar em pânico, mas sim estar vigilantes, praticar distanciamento social, etiqueta de higiene pessoal e respiratória, e comportar-se com profissionalismo. A CEDEAO disponibilizará, sempre que possível, todos os recursos para apoiar o pessoal e actualizará regularmente as informações para que o pessoal se proteja a si mesmo e aos seus entes queridos.