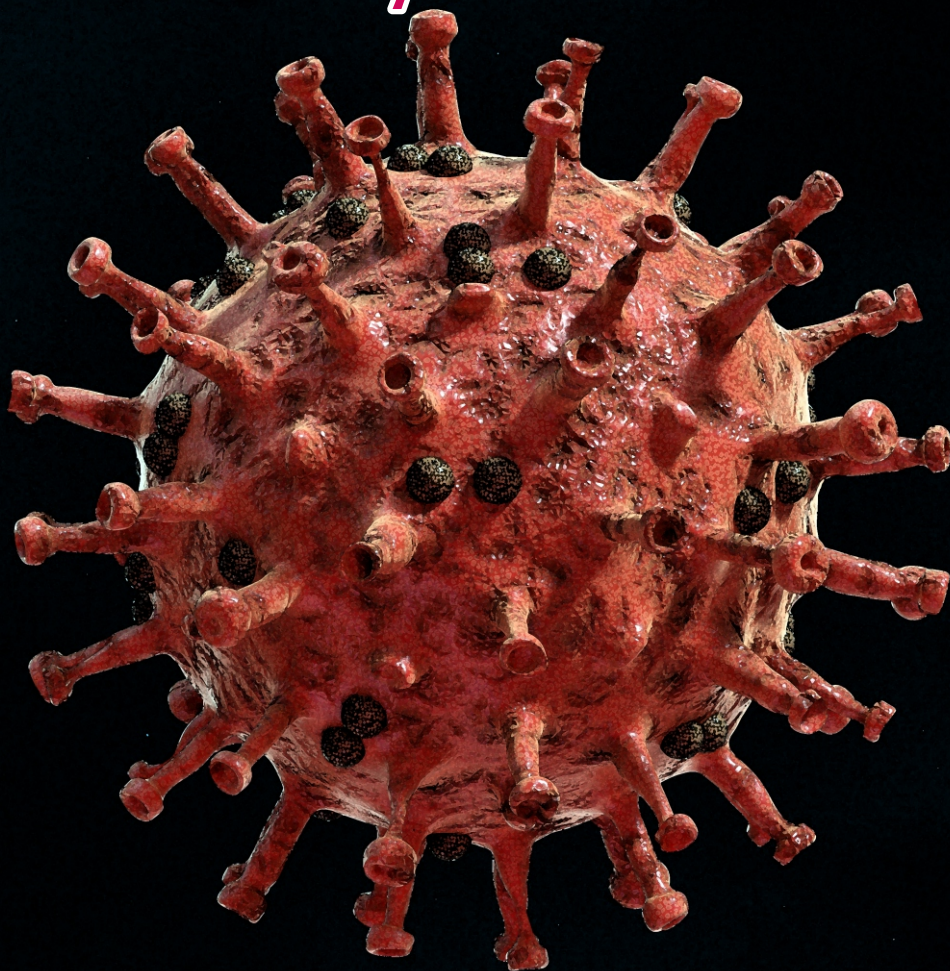


Código de Boas Práticas para a Colheita de Produtos Hortofrutícolas

PREVENÇÃO COVID-19



COTHN
CENTRO OPERATIVO E TECNOLÓGICO
HORTOFRUTÍCOLA NACIONAL
CENTRO DE COMPETÊNCIAS



FACULDADE
CIÊNCIAS DA SAÚDE



**REPÚBLICA
PORTUGUESA**
AGRICULTURA

Código de Boas Práticas para a Colheita de Produtos Hortofrutícolas

Prevenção COVID-19

1. ENQUADRAMENTO

No âmbito da Pandemia Covid-19, o COTHN-CC elaborou um código de boas práticas para a realização da operação da colheita. Este documento surge da necessidade de identificar um conjunto de medidas que possam ajudar os produtores a organizarem os trabalhos no campo e nas centrais hortofrutícolas em tempo de pandemia Covid-19.

O presente documento baseia-se no Código de Boas Práticas Higiene PP Hortofrutícolas Frescos disponível no site da DGADR (https://www.dgadr.gov.pt/images/docs/val/Codigo_Boas_Praticas_Higiene_PP_Hortofruticolas_Frescos.pdf), bem como nas indicações da Organização Mundial de Saúde e opinião técnica do COTHN-CC.

Neste documento, relativamente ao estado de saúde e higiene dos trabalhadores, já está contemplado o seguinte:

2. HIGIENE PESSOAL

Assegurar que os trabalhadores:

a) **Lavam as mãos com água e sabão** (ou um produto desinfetante à base de solução alcoólica antisséptica):

Antes do manuseamento de Produtos hortofrutícolas;

Depois de usar as instalações sanitárias;

Depois de qualquer intervalo/pausa do trabalho;

Depois de cobrir feridas ou lesões;

Depois de higienizar equipamentos ou utensílios;

Antes e depois de comer;

Antes de cada tarefa limpa e depois de cada tarefa suja;

b) Não **comem nem fumam** durante o trabalho;

c) Fazem as necessidades fisiológicas em instalações sanitárias adequadas;

d) Depois de tocar na cara (boca, olhos, nariz), cabelo;

e) No caso de tossir, espirrar ou se assoar, devem **cumprir a etiqueta respiratória**: usar o braço para **cobrir o nariz ou a boca** ou usar um **lenço de papel** que deverá ser **deitado para o lixo** imediatamente após o uso.



3. FORMAÇÃO

a) Facultar aos trabalhadores informações em matéria de riscos sanitários (ex: boas práticas de higiene pessoal, estado de saúde, manipulação de alimentos, produtos químicos). A disponibilização escrita ou oral de instruções de trabalho pode ser considerada como material complementar de formação ou sensibilização;

b) A aprendizagem deverá ser ativa e não passiva: fazer a todos os trabalhadores demonstrações práticas da técnica da lavagem das mãos, das medidas de etiqueta respiratória e da utilização de máscara (como colocar, como retirar; deitar imediatamente para o lixo após o seu uso não tocar na máscara com as mãos durante a sua utilização; mudar a máscara quando estiver molhada). Todos os trabalhadores devem aprender as medidas de higiene através da demonstração, experimentação, e feedback em grupo;



c) Motivar os trabalhadores para protegerem a sua saúde e de todos;

d) Supervisionar os trabalhadores durante o seu trabalho para verificar se estão a adotar as regras corretas de higiene;



e) Registrar a formação de cada trabalhador e verificar a sua aprendizagem;

Partindo dos aspetos gerais que já constam nas normas das boas praticas, identificaram-se medidas especificas relacionadas com a pandemia Covid-19, que deverão ser consideradas nos diferentes ambientes (campo e centrais hortofrutícolas).

Deste documento faz ainda parte um conjunto de medidas a aplicar em caso da deteção de casos suspeitos de Covid-19.

4. MEDIDAS ESPECÍFICAS PREVENTIVAS A ADOTAR FACE À PANDEMIA COVID-19

Neste ponto estão identificadas as medidas específicas relativas à prevenção da pandemia Covid-19, estando as mesmas divididas em diversos grupos:



4.1 Medidas gerais para as Empresas

a) **Sensibilizar os trabalhadores** para os riscos da infeção COVID-19:

- infeção de risco moderado para a população geral saudável e de risco elevado para população com doença crónica ou com mais de 60 anos.

b) **Informar os trabalhadores** sobre:

- os vários modos possíveis de transmissão direta, de pessoa para pessoa (gotículas e aerossóis respiratórios; tosse, espirros e fala; contacto de mãos, partilha de objectos, comida, sapatos e roupas) e indiretamente através de superfícies contaminadas (qualquer superfície das instalações do trabalho tais como maçanetas das portas, mobília, chão, paredes);

- os possíveis sintomas de infeção COVID-19: febre, tosse, dificuldade respiratória ou falta de folego, cansaço, fraqueza, dores musculares, dor de garganta, congestão nasal, falta de paladar ou olfacto e diarreia.

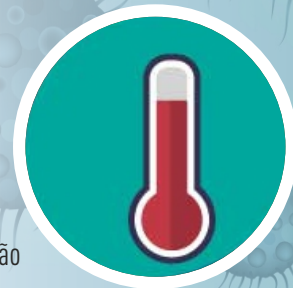
c) **Ensinar aos trabalhadores** medidas a tomar quando regressam as suas casas tais como:

- . Deixar os **sapatos fora de casa** ou à entrada de casa;
- . **Mudar sempre de roupa** quando chegarem a casa, despir toda a roupa num lugar "de sujos", idealmente numa zona pouco usada pelos familiares e perto duma janela para arejar durante toda a noite e durante o dia;
- . **Lavar as mãos** quando entrarem em casa e depois de se despirem;
- . **Lavar frequentemente a roupa usada** fora de casa e secar ao sol.



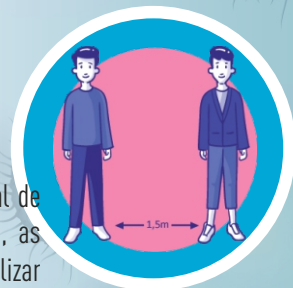
d) Os trabalhadores (quer da central, quer de campo) devem ser **contratados com 15 dias de antecedência**, a fim de se salvaguardar o período de quarentena, antes do início dos trabalhos agrícolas;

e) No início do dia de trabalho deve ser **controlada a temperatura corporal** dos trabalhadores, se esta estiver acima de **37,5 °C**, ou se o trabalhador apresentar sintomas suspeitos de infeção respiratória ou outros já descritos anteriormente, deve dirigir-se para casa e **consultar as autoridades de saúde (808 24 24 24)** (ver ponto 5);



f) Os trabalhadores devem, se possível, ser divididos em equipas não rotativas e não deve haver contacto pessoal entre as mudanças de equipas;

g) Assegurar **horários diferenciados** de entrada e saída de pessoal e das pausas para lanches e almoços de modo a não haver ajuntamentos nestas horas comuns;



h) No caso de transporte dos trabalhadores de cada equipa para o local de trabalho, sempre que tiver de ser feito de forma coletiva (carrinhas), as pessoas deverão **deixar algum espaço** entre si, evitar falar, se tossir utilizar o cotovelo e deve ser privilegiado o uso máscaras. Sempre que possível este transporte deve ser feito de forma individual em viatura particular;

i) Deve ser **proibida a entrada e permanência** de pessoas no local de trabalho, que sejam externas à empresa/exploração;

j) Planear o uso de trator/carro/porta-paletes para evitar a sua utilização **por mais que um operador**;

k) Privilegiar uso do **telefone/telemóvel, e-mail, fax e web** para comunicar serviços associados às atividades da empresa/exploração, resolução de problemas, divulgação de informação;



l) Informar clientes, fornecedores, colaboradores dos contactos para resolver os assuntos de **forma não presencial**.

4.2 Medidas para os trabalhadores de campo

Devem ser criadas equipas/turnos fixos de trabalhadores para os quais devem ser adotadas as seguintes recomendações ao nível do contacto pessoal:

a) Não pode haver **contacto físico** entre as pessoas, através de qualquer tipo de cumprimento;

b) Cada trabalhador disporá de **acesso a um frasco de álcool** ou outra solução **desinfetante** disponível em local de fácil acesso e devidamente identificado, que utilizará para **desinfecção das mãos** no início do seu dia de trabalho e várias vezes ao dia, assim como depois do uso de utensílios comuns (de metal ou plástico);

c) Os trabalhos no campo devem ser organizados de forma a salvaguardar, em todas as circunstâncias, a **distância** de segurança entre pessoas de **mais de 1,5 metro**;

d) **Reduzir o contacto pessoal** com pessoas externas não essenciais à atividade, sendo **obrigatório desinfetar as mãos** sempre que tenham tido contacto próximo;

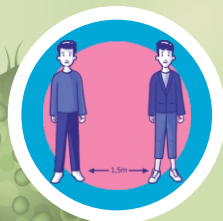
e) Deve ser **proibida a entrada** de pessoal externo no pomar/campo;

f) Quando for necessário algum esclarecimento deve ser utilizado o **telefone**;

g) Deve-se privilegiar o **uso em exclusivo** pelo trabalhador do seu equipamento de colheita (como por exemplo baldes, etc), no entanto sempre que tiver de haver utilização partilhada de um equipamento motorizados (por exemplo porta-paletes, trator, carro), o trabalhador **deve desinfetar as zonas** onde poderá vir a tocar durante a sua utilização:

- Para esta desinfecção deve-se usar uma mistura de água e lixívia com uma concentração a 5% (p.ex. 5 cl de lixívia para 1 litro de água), devendo o trabalhador levar consigo um borrifador e um pano para o efeito;
- Deve pulverizar o pano e passar em todas as partes onde poderá vir a tocar;
- No final deve proceder à lavagem das mãos. Só depois proceder à utilização do equipamento, trator/carro em segurança;

h) A recolha dos palotes e caixas de produtos colhidos no campo deve ser feita pelos trabalhadores de campo, sendo que o motorista (se possível, não tenha papel ativo na colheita) **permanece dentro da viatura**, assim como na central/armazém o descarregamento será feito por funcionários da central, permanecendo, mais uma vez, o motorista dentro da viatura;



i) Os trabalhadores que manifestem **sintomas** de infeção respiratória (tosse, febre ou dificuldade em respirar) não devem comparecer no local de trabalho, mas sim, seguir as orientações da Direção Geral de Saúde: **não sair de casa, ligar para SNS24 – 808 24 24 24** e seguir as recomendações.

4.3 Medidas para os trabalhadores nas Centrais Hortofrutícolas

Devem ser criadas equipas/turnos fixos de trabalhadores para os quais devem ser adotadas as seguintes recomendações ao nível do contacto pessoal:

a) Não pode haver **contacto físico** entre as pessoas, através de qualquer tipo de cumprimento;

b) Assegurar a eventual **utilização de pedilúvio** nos acessos às instalações onde são manuseados e embalados os produtos para os grossistas/consumidores finais;

c) Cada trabalhador disporá de **acesso a um frasco de álcool** ou outra solução **desinfetante** disponível em local de fácil acesso e devidamente identificado, que utilizará para **desinfecção das mãos** no início do seu dia de trabalho e várias vezes ao dia, assim como depois do uso de utensílios comuns (de metal ou plástico) e depois de manusear chaves (do local de trabalho ou do carro);

d) Os trabalhos na central devem ser organizados de forma a salvaguardar, em todas as circunstâncias, a **distância de segurança** entre pessoas de **mais de 1,5 metro**, ou através da implementação de barreiras entre os colaboradores;

e) A troca de equipas/turnos deve ser feita com **uma hora de intervalo**, afim de se realizar a desinfecção das instalações, principalmente das superfícies comuns;

Esta desinfecção deve contemplar as **superfícies metálicas**, de **madeira ou de plástico**, tais como superfícies de apoio como corrimão, maçanetas ou fechaduras da porta. Para esta desinfecção deve-se usar uma mistura de água e lixívia com uma concentração a 5% (p.ex. 5 cl de lixívia para 1 litro de água), devendo o trabalhador levar consigo um borrifador e um pano para o efeito;

f) Deve ser **proibida a entrada** de pessoal exterior às instalações da central hortofrutícola;

g) Quando for necessário algum esclarecimento deve ser utilizado o **telefone**;



4.4 Medidas a adotar para motoristas

- a) Ter o **mínimo de contacto** com as pessoas na empresa – apenas abrir e fechar os camiões para as cargas/descargas e **devem manter-se no veículo**;
- b) Não deverá ser permitido que o(s) motorista(s) efetuem qualquer carga ou descarga de produto nas empresas;
- c) Não pode haver **contacto físico** entre as pessoas, através de qualquer tipo de cumprimento;
- d) Manter a **distância de segurança**;
- e) Os colaboradores que receberem a documentação dos motoristas deverão utilizar luvas e/ou lavar as mãos de imediato sem tocar em mais nenhum lado.



4.5 Medidas a adotar para fornecedores

- a) **Agendar previamente** a data e hora de entrega, para que não haja mais que um fornecedor na área de descarga;
- b) **Avaliar as práticas à receção** para minimizar o contacto entre pessoas, como por exemplo, limitar a partilha de objetos, como canetas ou equipamentos;
- c) **Garantir** que os fornecedores mantêm em curso programas de segurança alimentar e que cumprem com todas as recomendações de saúde divulgadas;
- d) Ativar procedimentos de check-in e de receção para minimizar o contacto com os colaboradores do armazém;
- e) Disponibilizar o acesso às instalações sanitárias.

Considere ainda desenvolver parcerias para **manter a cadeia de abastecimento a funcionar**.

4.6 Medidas a adotar para os clientes

a) Se a empresa dispõe de um balcão de atendimento, **proporcionar uma barreira física** entre o balcão de atendimento e a pessoa que visita as instalações. Esta pode ser criada através de vidro temperado (sem risco de estilhaço) /acrílico, fita marcadora no pavimento da **distância de segurança** a cumprir, colocação de vasos com plantas ou outros adereços para impedir a aproximação dos visitantes aos colaboradores na empresa e **eliminar o risco** de potencial contágio;

b) Aquando da entrega direta de materiais ou produtos, o responsável pela entrega deverá **evitar**, no limite das suas possibilidades, **o contacto direto** com o cliente ou com quaisquer objetos pessoais do mesmo;



c) **Desinfetar** todas as horas, e com recurso a agentes adequados, os equipamentos críticos, tais como locais dispensadores de senhas, terminais multibancos, etc.;

d) **Colocar solução antisséptica** de base alcoólica – SABA – em locais como os dispensadores de senhas, e incentivar o seu uso;



g) Informar os visitantes no exterior que apenas é permitida a **entrada de um visitante de cada vez**, sendo que poderão ter de aguardar pela sua vez no exterior;

h) Determinar **uma casa de banho exclusiva para os visitantes**, caso não seja possível, estes não poderão acederem às instalações sanitárias.

- **Realizar a higienização destes locais pelo menos 2 vezes/dia** (manhã e a seguir ao almoço e/ou após utilização) assegurando as medidas de prevenção do pessoal responsável pela limpeza – máscara, luvas e bata descartável;

- Para este tipo de limpeza, deverá ser assegurado a vaporização da porta, lavatório, sanita e contentor do lixo com solução desinfetante. Deixar atuar de acordo com as indicações do fabricante e só depois limpar com pano específico para esta zona.

5. AÇÕES DE CONTENÇÃO EM CASO DE DETEÇÃO

O responsável pela empresa/exploração agrícola deve **avaliar periodicamente o estado de saúde dos colaboradores**, nomeadamente através da **monitorização da temperatura** com um termómetro Infravermelho Médico Portátil Sem Contacto.

Se possível, efetuar o registo para determinar anormalidades (por exemplo **temperaturas acima de 37.5°C** pode ser indicador de alguma anormalidade, pelo que o colaborador com essa temperatura deverá ser novamente sujeito a medição no imediato e nas pausas para confirmar o resultado).



Os sintomas de COVID19 são bastante diversos sendo que os **sintomas mais comuns do vírus** de acordo com a OMS (Organização Mundial de Saúde) são:

- febre;
- cansaço;
- tosse seca.

Alguns pacientes podem ter:

- dores musculares;
- congestão nasal;
- corrimento nasal;
- dor de garganta
- diarreia.



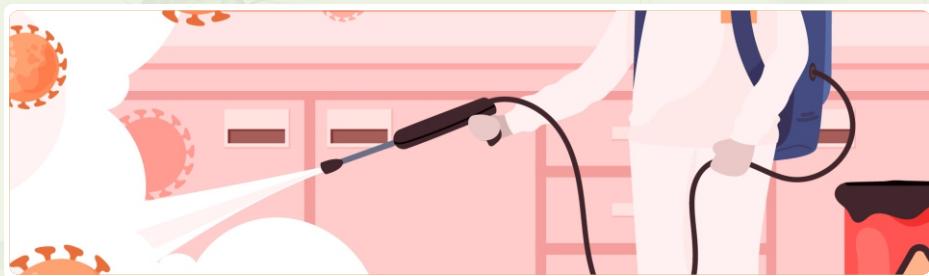
Estes sintomas geralmente são leves e começam gradualmente. Algumas pessoas **são infetadas**, mas **não apresentam quaisquer sintomas** e não se sentem mal. No entanto, **caso apresentem sintomas** devem **comunicar imediatamente** esse facto ao responsável e higienizar as mãos, colocar luvas descartáveis e máscara. E ainda, **deve ser feito o contacto de imediato** com as autoridades de saúde pública locais, solicitando a realização do teste para infeção COVID-19. O trabalhador deve ser encaminhado para isolamento e contactar a **Saúde24** e seguir as instruções desta.

O tempo de atendimento pela Saúde24 pode demorar diversas horas, pelo que poderá tomar Ben-U-Ron de acordo com as instruções do medicamento para minimizar os sintomas. Após resposta, **seguir rigorosamente as instruções da Saúde24.**

Caso seja necessário o transporte do trabalhador suspeito de estar infetado da exploração para a sua residência, deverá solicitar a um familiar para o vir buscar. Caso se sinta nas devidas condições, mas nenhum familiar nem o próprio possa assegurar o seu transporte, o responsável deverá encaminhar o colaborador no veículo da empresa/exploração assegurando a utilização de luvas e máscara. Em caso de não se sentir nas devidas condições contactar o 112 e seguir as instruções.

Garantir a higienização das mãos antes de entrar no veículo, após deixar o colaborador suspeito de estar infectado na sua residência e após **realizar a higienização do veículo** nomeadamente:

- **Zona exterior dos manípulos das portas;**
- **Zona exterior de abertura e fecho das portas regularmente utilizadas com as mãos;**
- **Todas as zonas interiores do veículo não tecido (incluindo tapetes).**



Em caso de deteção e de acordo com a EFSA, **não existem evidências** de que o vírus seja **transmitido pelos alimentos** e/ou pelas suas embalagens. No que toca à equipa em que o trabalhador suspeito estava inserido, não será obrigatório total quarentena, desta equipa de colheita, mas todos deverão minimizar todo e qualquer contacto social.

Como tal, a equipa deverá permanecer **sempre a mesma sem rotatividade**, assegurando a **monitorização da temperatura 3vezes/dia**: início das atividades manhã, depois de almoço e final do dia de trabalho.

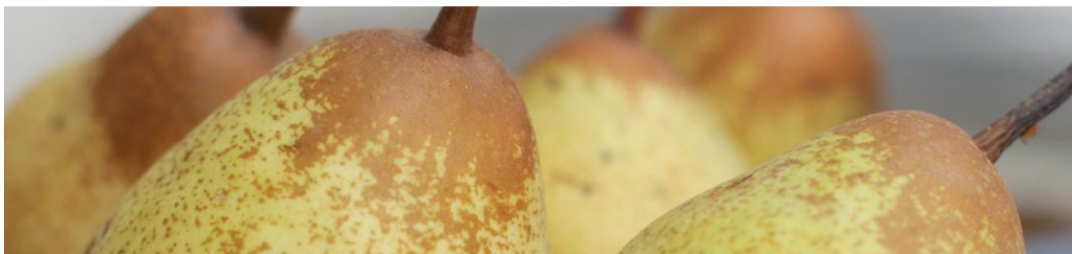
Caso o trabalhador tenha a confirmação positiva de COVID-19 **toda a equipa deverá ir para quarentena** e seguir as recomendações/instruções das autoridades de saúde. Deverá ser avaliada a necessidade de criação de novas equipas, assegurando com antecedência um período de quarentena.

No sentido de **assegurar a continuidade da cadeia alimentar** associado à contenção da dispersão do vírus deverá ser realizado a avaliação do risco tendo sempre por base as **informações atualizadas das autoridades de saúde e da proteção civil** sobre as medidas de segurança e saúde pública definidas no âmbito da pandemia de COVID-19.



6. SEGURANÇA DO CONSUMO DE PRODUTOS HORTOFRUTÍCOLAS:

Relativamente à segurança do consumo de produtos hortofrutícolas - fonte privilegiada de vitaminas e minerais, indispensáveis ao reforço das defesas do sistema imunitários - deixamos aqui uma ligação ao portal do Governo onde é enunciado que a OMS e a Autoridade Europeia para a Segurança Alimentar não encontraram qualquer evidência científica, até à data, que o consumo de alimentos crus sejam um veículo de contaminação.



<https://www.portugal.gov.pt/pt/gc22/comunicacao/noticia?i=covid-19-regras-para-uma-alimentacao-segura>



Elementos vetoriais cortesia de Creative_hat / Freepik