



**SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
DIRETORIA DE VIGILÂNCIA AMBIENTAL E SAÚDE DO TRABALHADOR
GÊRENCIA EM SAÚDE DO TRABALHADOR/CEREST-TO**

NOTA INFORMATIVA Nº 01/2020-GST/DVAST/SVS/SES

NOTA TÉCNICA RECOMENDAÇÕES AOS CAMINHONEIROS – PREVENÇÃO AO COVID-19

A exposição dos caminhoneiros autônomos aos riscos de contágio do Coronavírus (COVID-19) é real e preocupante, uma vez que esta categoria de trabalhadores possui hábitos pessoais, como banho, alimentação e até pernoite, em ambientes compartilhados e em locais de regiões variadas em um curto período de tempo.

Além disso, os caminhoneiros permanecem ativos, pois são essenciais para garantir o bem-estar da população em um momento tão delicado. Trata-se de uma categoria que possui um serviço essencial para a sociedade, pois abastecem as cadeias produtivas com os suprimentos fundamentais para encarar esta crise.

Abaixo, destacam-se algumas orientações a serem seguidas:

- Carregue dentro do caminhão um pano e álcool desinfetante para higienizar o interior do seu veículo sempre que fizer uma parada. Lembre-se de limpar maçanetas, câmbio e volante;
- Não leve sua família para viajar com você neste período de risco. Mantenha-os seguros em seus lares e, se possível, oriente-os a não saírem de lá. Ao retornar para sua casa, procure não visitar seus entes idosos.
- Itens como copos, talheres, pratos, garrafas e cuias não devem ser compartilhados com terceiros. Além disso, tenha seus próprios produtos de higiene, como sabonetes, shampoos e toalhas.
- Mantenha o interior do seu caminhão arejado. Evite ambientes fechados e com aglomerações de pessoas, como por exemplo, conveniências de postos e áreas de espera dos pátios de triagem.
- Sempre que precisar usar espaços compartilhados, em especial banheiros de pontos de paradas e cozinhas de uso comum, evite tocar em objetos coletivos, como toalhas, secador de mãos e eletrodomésticos. Caso utilize, lave suas mãos.
- Ao ter contato com a carga transportada, higienize suas mãos imediatamente. Além disso, quando precisar assinar documentos durante o frete, utilize sua caneta.
- Trafegue sem acompanhantes na cabine.
 - Os principais sintomas da COVID-19 são: febre, tosse seca e dificuldade para respirar.

Trabalhadores com sintomas compatíveis de Síndrome Respiratória Aguda ou Síndrome Gripal (tosse seca, dor de garganta, dificuldade respiratória e febre ou não), deverão realizar isolamento domiciliar por 14 (quatorze) dias a partir do início dos sintomas se não apresentarem sinais de gravidade ou fatores de risco.

É hora de fazer a sua parte, tomando essas precauções você colabora com a redução da transmissão do coronavírus e previne que novos casos apareçam.



Higienize seu caminhão

Carregue dentro do caminhão um pano e um álcool desinfetante para higienizar o interior do seu veículo sempre que fizer uma parada. Lembre-se de limpar maçanetas, câmbio e volante.



Mantenha sua família segura

Não leve sua família para viajar com você neste período de risco. Mantenha-os seguros em seus lares e, se possível, oriente-os a não saírem de lá. Ao retornar para sua casa, procure não visitar seus entes idosos.



Não divida o uso de objetos pessoais

Itens como copos, talheres, pratos, garrafas e cuias não devem ser compartilhados com terceiros. Além disso, tenha seus próprios produtos de higiene, como sabonetes, shampoos e toalhas.



Mantenha o caminhão arejado

Mantenha o interior do seu caminhão arejado. Evite ambientes fechados e com aglomerações de pessoas, como por exemplo, conveniências de postos e áreas de espera dos pátios de triagem.



Não use itens compartilhados

Sempre que precisar usar espaços compartilhados, em especial banheiros de pontos de paradas e cozinhas de uso comum, evite tocar em objetos coletivos, como toalhas, secador de mãos e eletrodomésticos. Caso utilize, lave suas mãos.



Higienize as mãos ao ter contato com a carga

Ao ter contato com a carga transportada, higienize suas mãos imediatamente. Além disso, quando precisar assinar documentos durante o frete, utilize sua caneta.