Data: 14-06-2021

Título: Fim do teletrabalho obrigatório: Como voltar ao escritório em segurança

Pub: VISÃO

Tipo: Internet

Secção: Nacional

VISÃO SAÚDE

14.06.2021 às 15h01

MARIANA ALMEIDA NOGUEIRA

Fim do teletrabalho obrigatório: Como voltar ao escritório em segurança

Getty Images

Com o fim da obrigatoriedade do teletrabalho em quase todo o País, falámos com especialistas sobre como regressar ao trabalho presencial em segurança

Trabalhar a partir de casa deixou hoje de ser obrigatório. Após cinco meses de teletrabalho, os habitantes da generalidade do território de Portugal continental, excluindo os quatro concelhos que apresentam taxas de incidência de covid-19 superiores aos limites definidos pelo Governo (Lisboa, Braga Odemira e Vale de Cambra), podem voltar ao escritório.

As empresas com mais de 50 trabalhadores deverão organizar de forma desfasada as horas de entrada e saída, garantindo intervalos mínimos de trinta minutos até ao limite de uma hora entre grupos de trabalhadores.

Apesar de, como sublinha o virologista Pedro Simas, o risco estar muito baixo, “estarmos quase a chegar ao fim” e o teletrabalho justificar-se “mais até por razões de evolução social, no sentido em que, se a pessoa pode evitar ir todos os dias para o trabalho e poluir o ambiente, então fica em casa”, é importante “ter a prudência” de continuar a adotar certos comportamentos em determinados ambientes.

ID: 7157022

Usar máscara à secretária: sim ou não?

Segundo o epidemiologista Manuel Carmo Gomes, "depende se as pessoas estão vacinadas ou não com o esquema completo de vacinação e se existe ou não ventilação na sala onde se encontram". O especialista volta a sublinhar o método de transmissão do SARS-CoV-2 e relembra que, "a partir do momento em que consigo inalar o ar que sai da boca ou nariz de outra pessoa, posso ser contagiado se essa pessoa estiver infetada".

"A máscara é uma coisa tão simples e pode continuar a ser usada no trabalho", comenta ainda Simas, defendendo que o importante é ir desconfinando para poder "voltar à vida".

- **Duas pessoas vacinadas**

Se duas pessoas estiverem completamente vacinadas, Carmo Gomes explica que, à partida, mesmo sem máscara, não há problema, "porque nenhuma delas está a emitir partículas virais para o ar".

- **Pessoas não vacinadas**

Caso uma ou todas as pessoas não estejam vacinadas, o uso da máscara à secretária diminui muito a probabilidade de contágios, tal como uma boa ventilação do espaço, porque, desta forma, "as partículas que expiramos diluem-se no ar".

Ventilação do espaço

Manuel Carmo Gomes aponta para a preferência por sistemas que "extraiam o ar " em vez de "sistemas de re-circulação de ar". A diferença é que, enquanto os segundos retiram o ar da sala, arrefecem-no e voltam a lançá-lo no escritório, os primeiros extraem o ar da sala, substiuindo-o por ar novo, que vem de fora.

O mesmo efeito pode ser conseguido com correntes de ar criadas pela abertura de várias janelas, diz o especialista, opção de ventilação aconselhada também por Pedro Simas.

Desinfetar o computador é essencial?

Neste caso, Manuel Carmo Gomes refere que "esta não é a principal fonte de transmissão deste vírus" e enfatiza sim a importância da "higiene base, que é lavar as mãos com frequência, principalmente se se vem da rua".

ID: 7157022