



ANO V - Nº 044  
11/01/2022

# O Mensageiro ELETRÔNICO

## ATENÇÃO TRABALHADORES DE CORREIOS: A PANDEMIA NÃO ACABOU

SINTECT DENUNCIA VIOLENTO CRESCIMENTO NOS CASOS ENTRE OS TRABALHADORES E INFORMA SOBRE CUIDADOS NECESSÁRIOS

A situação das contaminações de Covid-19 pela variante ômicron no Correios repete o que acontece no Estado, no Brasil e no mundo. Na primeira semana de janeiro houve uma explosão de casos. Felizmente, em função da proteção vacinal, o número de óbitos não cresceu, mas, mesmo assim, causa preocupação porque os hospitais podem vir a ficar lotados.

No RS já há transmissão comunitária. Portanto, os trabalhadores de Correios, que estão nas ruas e atendendo ao público nas agências, devem redobrar seus cuidados e a qualquer sintoma gripal devem procurar a testagem, e se for confirmada a contaminação, se afastar do trabalho **IMEDIATAMENTE!**

Quem convive ou coabita com alguém que testou positivo, também deve buscar o isolamento. **Todas as situações Covid-19 nos ambientes de trabalho, devem ser**



### A VARIANTE ÔMICRON RISCOS, SINTOMAS E CUIDADOS

Especialistas têm alertado a população a gravidade da variante ômicron, que se mostra bastante transmissível e que pode alterar o cenário atual da pandemia com o crescente e rápido número de contaminações por esta variante.

#### O QUE É ESTA VARIANTE?

A variante Ômicron, assim como a Delta, é uma mutação do coronavírus. Seu primeiro registro oficial foi feito na África do Sul, no dia 24 de novembro/2020. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), esta variante representa um risco "muito alto" de contaminação, mas ainda existem incertezas sobre seus perigos reais e, inclusive, sobre a real proteção das vacinas para esta variante.

### O QUE FAZER

A recomendação dos especialistas é **NÃO BAIXAR A GUARDA!**

- Manter o uso de máscaras (que devem estar bem ajustadas e preferencialmente a PFF2 ou N95 ou com tripla proteção);
- Manter as condições de **distanciamento social** (pelo menos 1 metro, inclusive em refeitórios, copa, áreas de lazer e outras áreas comuns);
- Manter os **ambientes bem ventilados**;
- **Evitar aglomerações**;
- **Higienização constante das mãos** (com álcool em gel ou lavar com água e sabão);
- **Evitar tocar olhos, nariz e boca** com as mãos;
- **Evitar compartilhar objetos de uso pessoal**, como talheres, pratos, copos e garrafas;
- Procurar fazer **testagem aos primeiros sintomas e/ou contatos com positivados**;
- Caso o **resultado seja positivo**, procure um atendimento médico e **se afaste imediatamente do local de trabalho**;
- Estar alerta **se teve contato ou reside com alguém positivado**, é indicado fazer a testagem (a indicada é a RT-PCR);
- **Manter a vacinação**. Tomar todas as doses, inclusive



## PRINCIPAIS SINTOMAS (ESPECÍFICOS DA ÔMICRON)

Até o momento, os sintomas identificados são:

- Fadiga intensa;
- Dores musculares;
- Tosse seca ou irritação na garganta
- Febre (em algumas pessoas e geralmente baixa).

Mas frente a qualquer sintoma gripal, a orientação é de **buscar atendimento para testagem imediatamente.**

## GRAVIDADE DA DOENÇA

Ainda não está claro se a infecção com Ômicron causa doença mais grave em comparação com infecções com outras variantes, incluindo a Delta. Não há, ainda, informações de que os sintomas associados ao Ômicron sejam diferentes daqueles de outras variantes. Mas já há evidências de que **pode haver risco de reinfeção com ômicron (ou seja, quem já teve Covid-19 pode ser reinfetada mais facilmente pela ômicron).**

## DIFERENÇAS ENTRE AS DOENÇAS

Além da questão da Covid-19, o **SINTECT-RS orienta os/as trabalhadores/as também a estarem atentos/as a epidemia de gripe causada pelo vírus Influenza A/H3N2.** As duas doenças têm sintomas e transmissão similares. Por isso, é importante identificar minimamente os sintomas. Especialistas afirmam, no entanto, que não é possível diferenciar as três doenças apenas pelos sintomas, já que, apesar de a maioria dos casos seguirem um padrão, algumas pessoas podem apresentar quadros atípicos. Por isso, **para um diagnóstico mais preciso, é importante a realização de testagem, sendo o primeiro o para Covid-19.**

Mas ajuda conhecer os sintomas de cada doença, observando que o infectado pode ter alguns ou todos os sintomas (Veja quadro ao lado):

## VOCÊ SABIA QUE...

- No momento, a **OMS está se coordenando com um grande número de pesquisadores ao redor do mundo para entender melhor o Ômicron.** Os estudos atualmente em andamento incluem avaliações de transmissibilidade, gravidade da infecção (incluindo sintomas), desempenho de vacinas e testes de diagnóstico e eficácia dos tratamentos;
- A **Covid-19 e a gripe "derrubam". Já o resfriado só "atrapalha" a rotina;**
- **A vacina é o método mais eficaz de proteção** e embora elas não impeçam totalmente o contágio, **reduzem drasticamente a gravidade**, mesmo se não tiverem sido desenvolvidas especificamente para a variante dominante no momento. Atualmente, existem vacinas contra a Covid-19 e a gripe.

## DENUNCIE AO SINDICATO SE:

- ➔ No seu ambiente de trabalho **alguém testou positivo e a empresa não fez higienização** ou outros procedimentos de prevenção;
- ➔ Se **está com familiar ou alguém que reside junto com Covid-19** e a empresa manteve o parceiro/a e/ou familiar trabalhando;
- ➔ Se **não estão sendo obedecidos os protocolos de prevenção** (distanciamento, ventilação, uso de máscaras, etc.);
- ➔ Se **a empresa não estiver disponibilizando álcool em gel, medição da temperatura;**
- ➔ Se **as chefias não estiverem aceitando resultados de testes** e/ou atestados;
- ➔ - Ou **qualquer outra situação que esteja colocando em risco a saúde dos trabalhadores** da unidade/local de

Sintomas	Coronavírus Os sintomas vão de leves a severos	Resfriado Início gradual dos sintomas	Gripe Início repentino dos sintomas
Febre	Comum	Raro	Comum
Cansaço	Às vezes	Às vezes	Comum
Tosse	Comum (geralmente seca)	Leve	Comum (geralmente seca)
Espirros	Raro	Comum	Raro
Dores no corpo e mal-estar	Às vezes	Comum	Comum
Coriza ou nariz entupido	Raro	Comum	Às vezes
Dor de garganta	Às vezes	Comum	Às vezes
Diarreia	Raro	Raro	Às vezes, em crianças
Dor de cabeça	Às vezes	Raro	Comum
Falta de ar	Às vezes	Raro	Raro