

# Proteja-se da Gripe das Aves ao Trabalhar com Vacas Leiteiras Infetadas

**A gripe das aves pode ser transmitida pelas vacas às pessoas, fazendo com que fiquem doentes.**

- O vírus pode estar no leite não pasteurizado, nos fluidos de animais ou nas superfícies.
- Pode transmitir-se através de salpicos, poeiras ou gotículas no ar. Estes podem entrar nos olhos, nariz, boca e pulmões.
- Também pode transmitir-se se tocar em superfícies infetadas e, em seguida, tocar na cara.



## Proteja os seus olhos, nariz e boca.

**Utilize equipamento de proteção individual (EPI) ao realizar trabalhos de alto risco, tais como:**

- Ordenhar vacas, manusear o leite não pasteurizado ou limpar a sala de ordenha
- Cuidar de vacas doentes ou limpar os seus currais
- Manusear vacas mortas ou limpar os seus currais



Óculos de proteção (com ventilação indireta) ou viseira de proteção para proteger dos salpicos. Os óculos de proteção protegem mais do que uma viseira de proteção. As viseiras de proteção mantêm as máscaras secas.



Máscara N95 ou mais eficaz para proteger dos vírus no ar.



Utilize luvas e não toque na cara. Mude de luvas entre tarefas.



Lave ou limpe as mãos com água e sabonete quando estiver a trabalhar. Antes de ir para casa, lave as mãos e a cara.

Além disso, utilize fato-macaco, avental impermeável (se necessário), botas e uma proteção de cabeça ou cabelo. Os empregadores fornecem gratuitamente todo o EPI. Após o seu turno, retire o EPI e tome um duche.

## Monitorize quaisquer sintomas de gripe das aves que possa ter.

Se tiver sintomas de gripe, incluindo vermelhidão ou secreções oculares, contacte o seu departamento de saúde local. Os empregadores devem atribuir subsídios laborais aos trabalhadores que contraíram gripe das aves no trabalho. Para mais informações sobre os subsídios laborais e a baixa médica remunerada, ligue para 1-800-736-7401.

### Para mais informações:

Página Web do CDPH sobre a Gripe das Aves: [go.cdph.ca.gov/birdflu](http://go.cdph.ca.gov/birdflu)

Linha de Ajuda sobre Riscos no Local de Trabalho do Sistema de Avaliação de Riscos e Serviço de Informação (HESIS): (866) 282-5516

Linha de Ajuda Call for Health do Centro Nacional de Saúde dos Trabalhadores Rurais: +1 (800) 377-9968 ou por WhatsApp para +1 (737) 999-4162

