



Medidas Preventivas para o Campus

CARTILHA

**Saúde
e Proteção
no Campus**
Covid-19





ORIENTAÇÕES GERAIS

- Lavar as mãos frequentemente, usando água e sabonete líquido ou fricção das mãos com álcool gel 70%;
- Ao tossir ou espirrar, cubra o rosto com o antebraço ou lenço descartável e lave as mãos em seguida;
- Manter os ambientes de sua permanência ventilados;
- Manter o distanciamento **mínimo de 1,50 m** entre os espaços de trabalho;
- Uso obrigatório de máscara na Universidade;
- **Não permitir aglomerações** nos ambientes;
- Se possível, utilizar o viva voz do telefone, evitando contato do telefone com a boca;
- **Não tocar boca, nariz e olhos** sem antes higienizar as mãos com água e sabão;
- **Não compartilhar objetos pessoais**, dentre eles: copos, canudos, talheres, alimentos, maquiagem, canetas, celulares;
- Não retornar à Universidade em casos de sintomas gripais e acionar o SOS Unesc COVID-19 para orientações - Canal de comunicação online para esclarecimento de **dúvidas e orientações**: **(48) 99183-8663** (WhatsApp).





COMO SE VESTIR

- **Evitar usar adornos** (brincos, pulseiras, correntes);
- **Recomenda-se prender os cabelos;**
- **Usar calçados e roupas compridas**, para minimizar áreas de exposição da pele;
- **Não usar maquiagem e barba comprida.**

UTILIZAÇÃO DE BEBEDOUROS

- **Não colocar a boca** na saída ejetora de água;
- Equipe de limpeza manterá frequentemente a **desinfecção do equipamento com álcool 70%**;
- **Utilizar copos e garrafas de casa** para uso individual no bebedouro.

RESTAURANTES, CANTINAS E REFEITÓRIOS

- **Verificar a capacidade** do restaurante/ cantina;
- **Respeitar as demarcações** de distanciamento social (1,5m);
- **Fazer assepsia com álcool 70%;**
- **Respeitar quantidade máxima** dentro do restaurante, cantina ou refeitório;
- **Respeitar o horário de permanência;**
- Retirar a máscara e guardar em saco plástico
próprio somente no momento de realizar a refeição.



USO DE EPIs

EPIs NECESSÁRIOS PARA ATENDIMENTO POR GRAU DE RISCO

Alto Risco **Clínicas Integradas:** compreendem os profissionais e acadêmicos com alto potencial de contato com pessoas ou amostras biológicas que possam estar infectadas ou não com o novo coronavírus. Exemplos: Clínicas integradas, laboratórios de ensino que manipulem amostras biológicas, estágios externos na área da saúde;

EPI: máscara PFF2, avental, protetor facial, luvas e calçados fechados.

Médio Risco Compreendem os profissionais e acadêmicos que prestem atendimento administrativo a pessoas que possam estar infectadas ou não com o novo coronavírus. Exemplos: Centros de Práticas Jurídicas, Casas da Cidadania.

EPI: máscara de tecido.

Baixo Risco Compreendem os profissionais e acadêmicos que realizam suas atividades sem contato direto com pessoas que possam estar infectadas ou não com o novo coronavírus. Exemplos: Laboratórios de Informática, Laboratórios de Ensino da Área da Saúde, Laboratórios de Ensino das Engenharias, Centro de Práticas Contábeis, Centro de Práticas Econômicas e Centro de Práticas Administrativas.

EPI: máscara de tecido.

ORIENTAÇÕES PARA COLOCAR A MÁSCARA PFF2:

1. Colocar a máscara na palma e deixar os elásticos caídos livremente;
2. Adaptar a máscara à face;
3. Coloque o elástico superior por trás da cabeça;
4. Coloque o elástico inferior ao redor do pescoço, abaixo da orelha;
5. Ajustar a pinça nasal. Realize o teste de inspiração e expiração para ajustar vazamentos.



USO DE EPIs

ORIENTAÇÕES PARA COLOCAR AS LUVAS:

- As luvas de procedimento devem ser usadas pelos **profissionais de saúde** sempre que tiver risco de exposição a material biológico e em **pacientes** que estão em precaução de contato;
- As luvas devem ser colocadas imediatamente antes da **assistência ao paciente e após a higienização das mãos**, devendo ser removidas logo após a assistência ao paciente e descartadas como resíduo infectante;
- Deve-se realizar a **higiene das mãos após a retirada** da luva;
- **Não tocar desnecessariamente em superfícies e materiais** (telefones, maçanetas, portas e outros), enquanto estiver com luvas;
- **As luvas são descartáveis** e nunca devem ser reutilizadas;
- Lembre-se que o **uso de luvas não substitui a higienização das mãos**;
- **Técnica para retirada das luvas:** retire as luvas puxando a primeira pelo lado externo do punho com os dedos da mão oposta; segure a luva removida com a outra mão enluvada; toque a parte interna do punho da mão enluvada com o dedo indicador oposto (sem luvas) e retire a outra luva.

ORIENTAÇÃO PARA USO DE PROTECTOR FACIAL:

Os protetores faciais, que cubram a frente e os lados do rosto, **devem ser utilizados quando houver risco de exposição do profissional a respingos de sangue, secreções corporais, excreções e gotículas**. Após o seu uso, realizar limpeza com água e sabão e posterior desinfecção com álcool líquido 70%, hipoclorito de sódio ou outro desinfetante recomendado.



COMO USAR A MÁSCARA DE TECIDO

ERROS E ACERTOS



- ✓ Cubra o nariz e o queixo.
- ✓ Ajuste-a para que não haja vãos nas laterais.
- ✓ Encoste apenas nos elásticos.



Tire a máscara de trás para frente, segurando pelos elásticos.



Ao descartar, coloque a máscara em um saquinho, antes de jogá-la na lixeira.



USE MÁSCARA  **PROTEJA A SUA SAÚDE
E DE TODOS AO SEU REDOR**



SESMIT
Serviço Especializado
em Engenharia de Segurança
e em Medicina do Trabalho



COMO USAR A MÁSCARA DE TECIDO



Não deixe o nariz desoberto.



Não deixe o queixo exposto.



Não use máscara larga, com vãos nas laterais.



Não cubra apenas as narinas.



Não puxe a máscara para o queixo.



Não encoste na superfície da máscara ao colocá-la ou tirá-la.



Não deixe a máscara em cima da mesa.

USE MÁSCARA



PROTEJA A SUA SAÚDE
E DE TODOS AO SEU REDOR

PROTOCOLOS DE ENTRADA EM CASA



Ações Contra Covid-19

1



Ao voltar para casa,
não toque em nada
antes de se higienizar.

2



Tire os sapatos.

3



Desinfete as patas do
seu pet após passear
com ele.

4



Tire a roupa e coloque-
a em uma sacola
plástica no cesto de
roupas.

5



Deixe bolsa, carteira,
chaves, etc em uma
caixa na entrada.

PROTOCOLOS DE ENTRADA EM CASA



Ações Contra Covid-19

6



Tome banho. Se não puder, lave bem todas as áreas expostas.

7



Limpe seu celular e os óculos com água e sabão ou álcool.

8



Limpe as embalagens que trouxe de fora antes de guardar.

9



Tire as luvas com cuidado, jogue-as fora e lave as mãos.

10



Lembre-se que não é possível fazer uma desinfecção total. O objetivo é reduzir os riscos.

PROTOCOLOS PARA SAIR DE CASA



Ações Contra Covid-19

1



Ao sair, coloque uma jaqueta de manga longa.

2



Prenda o cabelo e evite usar brincos, anéis ou correntinhas.

3



Evite usar o transporte público, ao utilizar siga as recomendações de higiene e medidas preventivas.

4



Se sair com seu pet, tente evitar que ele se esfregue em superfícies externas.

5



Leve lencinhos descartáveis e use-os para tocar as superfícies.

PROTOCOLOS PARA SAIR DE CASA



Ações Contra Covid-19

7



Amasse o lenço e jogue-o em um saco fechado dentro da lata de lixo.

8



Ao tossir ou espirrar não utilize as mão ou o ar.

9



Evite usar dinheiro. se necessário, higienize imediatamente suas mãos.

10



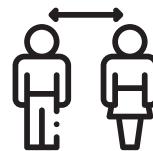
Lave ou higienize suas mãos após tocar qualquer objeto ou superfície.

11



Não toque seu rosto antes de higienizar suas mãos.

12



Mantenha distância das pessoas.



A nossa **universidade**.