



(Com) Viver - unindo experiências

Plano de Convivência do IF Sudeste MG



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E
TECNOLOGIA DO SUDESTE DE MINAS GERAIS

(Com) Viver – unindo experiências
Plano de Convivência do IF Sudeste MG

1ª revisão
Juiz de Fora, MG, Brasil
Abril de 2022

Comissão Responsável

André Diniz de Oliveira	Presidente
Damião de Sousa Vieira Júnior	Vice-presidente
Rafael Dal Sasso Lourenço	Membro
Raquel Fernandes	Membro
Rosana Machado de Souza	Membro
Geraldo Majela Moraes Salvio	Membro
Igor Cerri	Membro
Alcimara Auxiliadora Andrade de Paula	Membro
Dênisson Neves Monteiro	Membro
Leandro da Motta Borges	Membro
Cláudia Valéria Gávio Coura	Membro
José Geraldo Soares	Membro
Fausto de Marttins Netto	Membro
José Manoel Martins	Membro
Benedito Zomírio de Carvalho	Membro
Teresinha Moreira de Magalhães	Membro
Eduardo Pereira da Rocha	Membro
Alexandre Vargas Tavares de Jesus	Membro
Juliana Rodrigues de Almeida	Membro
Hemily Fonseca Seixas Cruz	Membro
Ernani Coimbra de Oliveira	Membro
Marcos Vinícius Morais Nangino	Membro
Silvio Anderson Toledo Fernandes	Membro
Thaís Brito Dibo	Membro
Aurora Maria Batista da Silva	Membro
Helder Antônio da Silva	Membro

Conteúdo

Mensagem inicial	6
1 Introdução	7
2 Comissão de Biossegurança e Acompanhamento Sanitário	11
2.1 Componentes	12
2.2 Atribuições	13
3 Cuidado com as pessoas	15
3.1 Regulação do trabalho	16
3.2 Enquanto perdurar a IN 90	17
3.3 Orientação para servidores	18
3.4 Orientação para estudantes	21
4 Adequações e novas rotinas	24
4.1 Medidas de proteção	25
5 Ações Educativas	39
Referências	42

Mensagem inicial

Estamos em uma pandemia que, ainda em seu final, assola todo o mundo, expostos a conceitos novos e todas as consequências que eles geram em termos de projetos institucionais, novas formas de pensar, de agir, de planejar. Se coronavírus, variantes, subvariantes, média móvel, achatamento da curva ou ingrediente farmacêutico ativo são palavras e expressões que passaram a compor com certa intensidade nosso vocabulário diário, as existências dos objetos que elas simbolizam ou leitura que proporcionam da realidade impactam não apenas os diálogos e a diversidade dos nossos conhecimentos e medidas de contenção pessoais, mas todo o planejamento das instituições, em especial, das instituições de ensino, principalmente aquelas federais, que assumiram papel preponderante na defesa da ciência e da educação no enfrentamento dessa pandemia.

Se, até então, a estratégia institucional foi o enfrentamento por meio de projeto, o Projeto Reencontro, cujo Plano de Retomada nos permitiu retornarmos às atividades presenciais; nossa proposta é que a partir de agora façamos uma transição de projeto para processo, trazendo para a gestão, Conselhos Superiores e comissões as ações para continuidade da caminhada do IF Sudeste MG neste contexto. Assim, propomos este **Plano de Convivência**, que traz, além de orientações gerais, a instituição da **Comissão Permanente de Biossegurança e Acompanhamento Sanitário**.

Para este novo momento precisamos trazer toda a experiência individual e coletiva, particular e institucional. Só assim poderemos fazer jus a todos os sacrifícios que nos permitiram chegar com vida e saúde, nos reencontrarmos e, como sonhamos desde março de 2020, voltarmos a conviver.

1.

Introdução

A pandemia causada pelo Sars-COV-2 gerou um conjunto de desafios de caráter sanitário e humanitário e exigiu, desde março de 2020, adaptações na forma de funcionamento do Instituto Federal do Sudeste MG (IF Sudeste MG), com migração da maioria das atividades para o modo remoto. Desde então, houve um esforço coletivo de toda a comunidade do IF Sudeste MG para que as atividades continuassem sendo desenvolvidas com a mesma qualidade, porém foi inegável a falta que a presença física nos ambientes da reitoria e dos campi fez na vida de todos.

O IF Sudeste MG atuou no enfrentamento desta pandemia por meio do Projeto Reencontro¹. Durante todo este período, compreendido de março de 2020 a março de 2022, desafios diários foram superados em busca da manutenção do ensino de qualidade aos estudantes e do cuidado com a saúde física e mental de toda a comunidade acadêmica. Sendo assim, com base na ciência e tendo como princípio fundamental a preservação da vida e da saúde, caminhamos para o retorno presencial gradual e seguro de atividades administrativas e acadêmicas, considerando a relevância e a responsabilidade social do Instituto.

Tendo em vista a evolução do processo de vacinação e as adaptações aos protocolos de biossegurança, após mais de quinze meses de atividades realizadas remotamente, o IF Sudeste MG iniciou o planejamento do retorno presencial. Nesse sentido, foi elaborado o **Plano de Retomada das Atividades Presenciais**², um produto do Projeto Reencontro que teve como finalidade trazer à formalidade documental o desenvolvimento e cuidado com os estudantes, agregar todo o material produzido no sentido de ser um organizador e uma referência institucional para o retorno gradual e seguro e estabelecer cenários e condicionantes para o avanço ou o retrocesso das atividades presenciais.

(1) <https://www.ifsudestemg.edu.br/hotsites/projetoreencontro-v1>
<https://www.ifsudestemg.edu.br/hotsites/projetoreencontro-v2>

(2) <https://www.ifsudestemg.edu.br/hotsites/projetoreencontro-v2/projeto>

O Plano de Retomada das Atividades Presenciais foi construído de forma coletiva com toda a nossa comunidade e definiu condicionantes a partir da orientação de organismos nacionais e internacionais, sendo utilizados como indicadores: Índice de vacinação da população total nas macrorregiões centro sul e sudeste do Estado de Minas Gerais - 2^a dose ou dose única; Taxa de contágio do estado de Minas Gerais (R) menor que 1 (um), por um período de 7 dias consecutivos; Proporção de leitos UTI SUS exclusivos para COVID-19 ocupados nas macrorregiões centro sul e sudeste do Estado de Minas Gerais; e Percentual de Variação da Taxa de Incidência para COVID-19 realizadas nas macrorregiões centro sul e sudeste do Estado de Minas Gerais. Sendo assim, o retorno das atividades presenciais foi acontecendo de forma gradual a partir dos seguintes cenários:

Cenário 1:

- Atividades Remotas - atividades presenciais suspensas, exceto as definidas como essenciais.

Cenário 2:

- Atividades Combinadas com alternância gradual - retorno gradativo de atividades presenciais.

Cenário 3:

- Atividades Combinadas com alternância regular - ampliação do retorno de atividades presenciais.

Cenário 4:

- Atividades presenciais plenas.

O retorno presencial realizado a partir do Plano de Retomada foi gradual, sempre com o controle de aglomerações e com a exigência de medidas de distanciamento social e de biossegurança. Mas ainda é importante persistir na implementação consistente de ações para retardar a disseminação do vírus, evidenciando a defesa da vida como princípio que deve reger todas as nossas ações.

Com o avanço para o cenário 4 do plano de retomada, em consonância com a lei 14.040, de 18 de agosto de 2020, alterada pela lei 14.218, de 13 de outubro de 2021, o IF Sudeste MG inicia o ano letivo de 2022 de forma presencial.

Neste sentido, apresentamos este plano (Com) Viver - unindo experiências, o Plano de Convivência do IF Sudeste MG, com orientações para a manutenção plena da presencialidade das atividades administrativas e pedagógicas, para promover o engajamento da comunidade escolar de forma a garantir soluções coletivas que ampliem a defesa do direito à educação.

Por fim, este Plano estabelece um conjunto de medidas para uma convivência segura e que possa ser adaptada de acordo com a evolução da pandemia, dos conhecimentos sobre a Covid-19, bem como o quadro epidemiológico e de capacidades dos sistemas de saúde nos diferentes municípios e regiões onde nossas unidades estão alocadas. Se, por um lado, já houve muitos avanços nos conhecimentos científicos relacionados à pandemia, as incertezas ainda exigem de toda a comunidade uma abordagem prudente e baseada no princípio da precaução, com uma permanente avaliação dos cenários epidemiológicos nos níveis local, regional e estadual.

Por ser um Plano de Convivência, os processos de retorno presencial às unidades envolvem o aprendizado coletivo e organizacional por meio de uma rede permanente de monitoramento das ações, permitindo o acompanhamento das experiências de sucesso que estão sendo implementadas ou os desafios que iremos enfrentar.

Aplica-se este dispositivo para estudantes, servidores docentes e técnico-administrativos em educação, trabalhadores terceirizados, estagiários e visitantes em geral.

2.

Comissão de Biossegurança e Acompanhamento Sanitário



A COMISSÃO DE BIOSSEGURANÇA E ACOMPANHAMENTO SANITÁRIO, formada por servidores do Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais, tem por objetivo acompanhar as condições de biossegurança e sanitária após o retorno às atividades presenciais de docentes, técnico-administrativos, terceirizados e discentes nas unidades do IF Sudeste MG.

Cabe a esta comissão buscar um conjunto de ações destinadas a prevenir, controlar, mitigar ou eliminar riscos inerentes às atividades que possam interferir ou comprometer a qualidade de vida, a saúde humana e o meio ambiente na nossa Instituição.

Cabe, também, à comissão: eleger o seu presidente; reunir-se ordinariamente de forma mensal durante o primeiro ano do seu funcionamento (a partir do segundo ano a própria comissão avaliará a periodicidade adequada de reuniões, se for o caso); apresentar semestralmente seu trabalho e resultados ao Conselho Superior (CONSU) do IF Sudeste MG e ao Colégio de Dirigentes sempre que julgar necessário; definir o término de seus trabalhos ou sua continuidade permanente por meio de sua inserção no Regimento Geral do IF Sudeste MG, quando for o caso.

2.1

Componentes

- Um representante da Diretoria de Gestão de Pessoas (DGP) do IF Sudeste MG.
- Um representante da Diretoria de Apoio ao Discente (DIRAD) do IF Sudeste MG.
- Um representante de cada unidade, preferencialmente vinculado à área de Segurança do Trabalho.
- Um profissional da área de saúde.
- Um representante da área de psicologia.
- Um membro indicado pelo atual Comitê de Acompanhamento e Avaliação da Pandemia de Covid-19.

Caso haja necessidade, podem ser criadas comissões locais nas unidades, com a responsabilidade de acompanhar e fazer cumprir as orientações contidas neste documento nas especificidades locais, bem como nas questões municipais, auxiliando na organização de ações de combate à COVID-19 e acompanhamento da saúde da comunidade, a fim de favorecer a integração e fluxo de informações e de aperfeiçoar os trabalhos de planejamento. Para a formação dessas comissões, sugere-se a participação de servidores da área de Saúde, Segurança do Trabalho, Gestão de Pessoas e Administração.

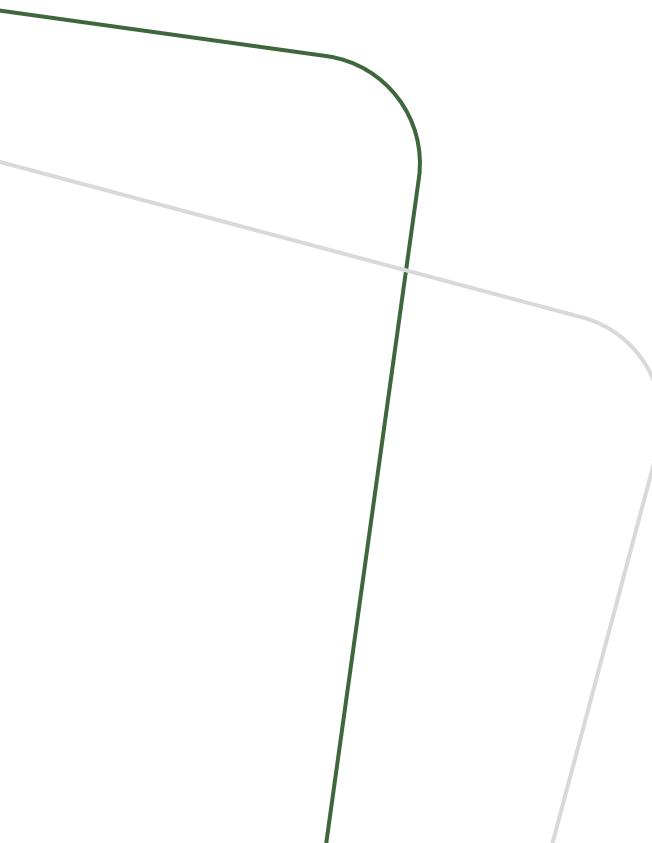
2.2

Atribuições

- Acompanhar aquisições, implementações e adequações realizadas nas unidades de acordo com as orientações emitidas pela administração do IF Sudeste MG relacionadas ao monitoramento das condições de biossegurança e sanitárias.
- Avaliar continuamente as condições físicas e sanitárias das unidades e os aspectos de higienização da infraestrutura, priorização de trabalhos individuais, fornecimento de Equipamentos de Proteção Individual (EPI), de Equipamentos de Proteção Coletiva (EPC) etc.
- Orientar os servidores, com base nas implementações e adequações a serem realizadas nas Unidades.
- Pesquisar, levantar e analisar dados referentes aos impactos da pandemia para a comunidade do IF Sudeste MG.
- Propor, junto ao setor de comunicação do IF Sudeste MG, campanhas de divulgação de ações que fortaleçam a importância de comportamentos que visem o cuidado com a biossegurança, o acompanhamento sanitário e a higienização dos ambientes.
- Acompanhar as condições de saúde física e mental dos servidores, a partir da interlocução com as unidades do Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor (SIASS) e com a Coordenação de Atenção à Saúde e Segurança do Trabalho (CAS/DGP).
- Definir projetos institucionais de combate e enfrentamento ao contexto do pós-pandemia, aproximando o IF Sudeste MG da sociedade.
- Monitorar, registrar, orientar e acompanhar as condições de saúde física e mental dos estudantes.
- Elaborar programa de apoio ao estudante no pós-pandemia para auxiliá-lo a traçar novos caminhos a partir de seu acolhimento, elaboração das vivências e migração para a ação e prática sociais.
- Discutir e planejar os dispositivos de assistência estudantil, bem como a orientação dos estudantes e seu acompanhamento.
- Fomentar o compartilhamento de boas práticas realizadas no período da pandemia que possam ser mantidas como inovações que auxiliem as estratégias pedagógicas e contribuam com o enfrentamento da evasão e do abandono escolar.
- Elaborar materiais com orientações e sugestões de enfrentamento dos impactos da pandemia na educação.
- Acompanhar os dados epidemiológicos referentes à covid-19 dos municípios, estado de Minas Gerais e Brasil.
- Atualizar a gestão de Legislações Municipais, Estaduais e Federais que possam ter impacto nas atividades acadêmicas e administrativas do IF Sudeste MG.
- Atualizar o Plano de Convivência do IF Sudeste MG sempre que necessário.

3.

Cuidado com as pessoas



O cuidado com nossa comunidade acadêmica, docentes, técnico-administrativos, terceirizados e discentes, é o que mais importa quando propomos este Plano de Convivência. É preciso incentivar o fortalecimento de espaços e momentos de acolhimento e empatia entre os membros da nossa comunidade, atentando-se à alterações comportamentais e emocionais. Além das medidas protetivas individuais e coletivas, de caráter operacional, deverão ser consideradas as necessidades produzidas pelo desgaste psíquico agravado pelo contexto pandêmico. Assim, orienta-se à aplicação de instrumentos para acompanhar a saúde emocional dos membros da comunidade no contexto de pandemia e pós-pandemia e a realização de ações voltadas ao seu fortalecimento, considerando os impactos causados.

As ações de cuidado com a comunidade devem ser coerentes às suas necessidades psicossociais nos meses subsequentes ao retorno, identificando-se grupos vulneráveis e queixas recorrentes de sofrimento no trabalho. Recomenda-se o investimento em ações relacionadas à melhoria do clima institucional e reintegração das equipes de trabalho.

Por fim, como forma de diminuir a incidência de casos e facilitar o diagnóstico preciso para o novo coronavírus, aconselha-se que os membros da comunidade estejam com a vacinação para *Influenza* (gripe) em dia.

3.1

Regulação do trabalho

O trabalho administrativo no IF Sudeste MG, no contexto pós-pandêmico, é regulamentado pela Portaria GABREITOR/IFSUDMG nº 271, de 18 de março de 2022, ou substitutiva em virtude da revogação da INSTRUÇÃO NORMATIVA SGP/SEDGG/ME Nº 90, DE 28 DE SETEMBRO DE 2021.

Os procedimentos operacionais e as diretrizes didático-pedagógicas para o retorno presencial de atividades acadêmicas estão regulamentados pela RESOLUÇÃO Nº 13/2022, DE 18-03-2022.

3.2

Enquanto perdurar a IN 90*



Servidores poderão, em casos de impossibilidade ao retorno presencial, trabalhar remotamente conforme legislação vigente e condições ou fatores de risco previstos na Instrução Normativa SGP/SEDGG/ME Nº 90, de 28 de setembro 2021 (IN 90/2021), enquanto ela estiver em vigor e/ou condições correlatas e previstas em lei. Os docentes resguardados pela referida IN poderão ofertar atividades de ensino total e/ou parcialmente por meio de Atividades Não Presenciais mediadas por Tecnologias da Informação e da Comunicação. Estas atividades serão consideradas como efetivo trabalho escolar e sua carga horária utilizada para a substituição da carga horária presencial.

Estudantes com as comorbidades listadas na IN 90/2021, impossibilitados ao retorno presencial, receberão atividades de ensino total e/ou parcialmente por meio de Atividades Não Presenciais mediadas por Tecnologias da Informação e da Comunicação. Para comprovação dessa impossibilidade, o estudante deverá apresentar atestado médico e seguir os trâmites conforme previsto no Regime de Exercício Domiciliar (Orientação Normativa nº 01/2013-PROEN/IF Sudeste MG). Para o atendimento desta demanda, docentes que forem enviar as atividades para o estudante, deverão seguir as normas do Ensino Remoto Emergencial³ (ERE - RESOLUÇÃO CONSU Nº 41/2021, DE 18-10-2021) e do Ensino Combinado Emergencial³ (ECE - RESOLUÇÃO CONSU Nº 42/2021, DE 18-10-2021) para envio de atividades, seu acompanhamento e sua avaliação.

3.3

Orientações para servidores

O servidor que apresentar temperatura corporal acima de 37,8°C, relatar a sensação de febre ou, ainda, apresentar sintomas gripais ou respiratórios, como tosse, dor de garganta, diminuição ou perda do olfato, dor muscular, fadiga, diarreia, desconforto ou esforço respiratório, com ou sem febre, ou que tiver tido contato com casos suspeitos ou diagnosticados de COVID-19 e apresentar pelo menos um destes sintomas, deverá seguir as orientações abaixo elencadas:

- não trabalhar presencialmente;
- informar o fato à chefia imediata;
- procurar imediatamente informações junto aos serviços de atendimento básico do município (Unidades Básicas de Saúde) ou acessar canais oficiais de orientação do Ministério da Saúde (teleatendimento “Disque-Saúde - 136”, aplicativo “Coronavírus- SUS” ou site <https://coronavirus.saude.gov.br/>);
- formalizar o trabalho remoto junto à chefia imediata;
- se necessário, anexar atestado médico no SOUGOV ou no SIGEPE;
- permanecer em casa conforme orientação médica;
- retornar ao trabalho somente após liberação por critérios laboratoriais e/ou clínicos.

Recomenda-se que os trabalhadores terceirizados atendam às mesmas orientações descritas em todo este item 3.3. No entanto, em caso de necessidade de afastamento do trabalho, deverão comunicar à empresa contratante para orientações específicas, ao fiscal do contrato e ao preposto para que sejam tomadas as providências cabíveis.

3.4

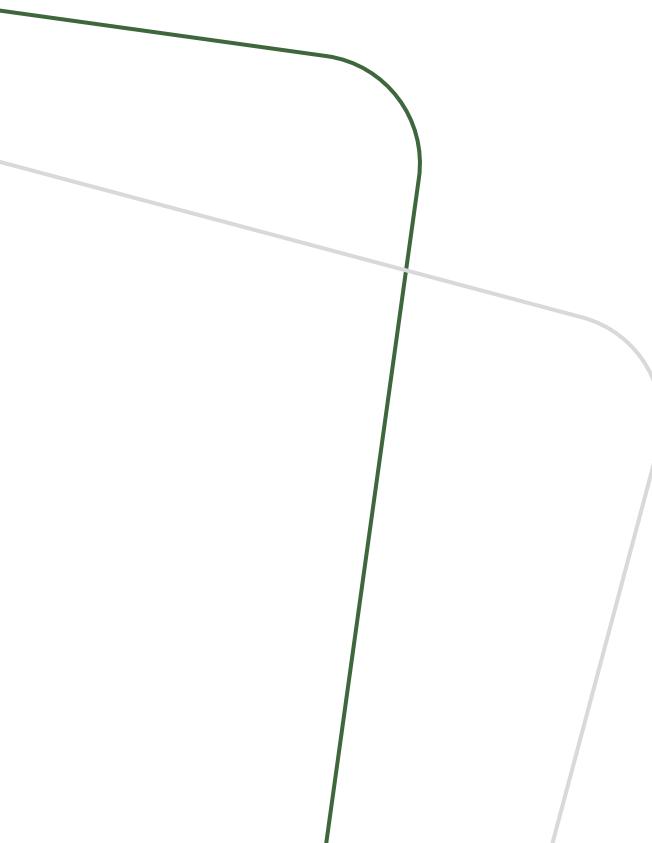
Orientações para estudantes

O estudante que apresentar temperatura corporal acima de 37,8°C, relatar a sensação de febre ou, ainda, apresentar sintomas gripais ou respiratórios, como tosse, dor de garganta, diminuição ou perda do olfato, dor muscular, diarreia, fadiga, desconforto ou esforço respiratório, com ou sem febre, ou que tiver tido contato com casos suspeitos ou diagnosticados de COVID-19 e apresentar pelo menos um destes sintomas, deverá seguir as orientações abaixo elencadas:

- procurar imediatamente informações junto aos serviços de atendimento básico do município (Unidades Básicas de Saúde) ou acessar canais oficiais de orientação do Ministério da Saúde (teleatendimento “Disque-Saúde - 136”, aplicativo “Coronavírus- SUS” ou site <https://coronavirus.saude.gov.br/>);
- buscar atendimento médico;
- Informar o fato e enviar o atestado médico ao setor de Registros Acadêmicos e ao setor pedagógico do Campus, via e-mail;
- permanecer em casa conforme orientação médica;
- retornar às atividades somente após orientação médica e sem sintomas.

4.

Adequações e novas rotinas

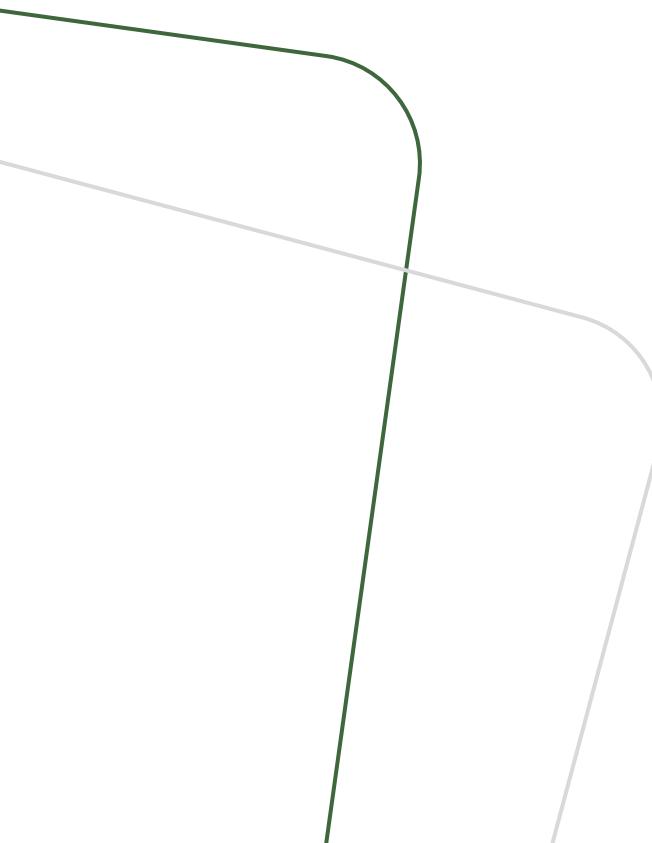


Todas as ações do IF Sudeste MG na vigência da pandemia têm como princípio fundamental o cuidado com a preservação da vida e da saúde, assim como a manutenção das atividades acadêmicas e administrativas com qualidade e segurança. Sendo assim, as orientações voltadas para a convivência a partir do retorno pleno das atividades do IF Sudeste MG foram constituídas por mecanismos de monitoramento e tomada de decisão compatíveis com a complexidade e com o sentido de urgência que acompanha todo o processo, respeitando a autonomia e as especificidades de cada unidade.

O CONSELHO SUPERIOR DO IF SUDESTE MG, POR MEIO DA RESOLUÇÃO Nº 07/2022, DE 14-02-2022, TORNOU OBRIGATÓRIA A **COMPROVAÇÃO DE VACINAÇÃO CONTRA A COVID-19**, COM VISTAS À CIRCULAÇÃO DE PESSOAS E INGRESSO NAS INSTALAÇÕES INTERNAS DE TODAS AS UNIDADES DO INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO SUDESTE DE MINAS GERAIS, E DEU OUTRAS PROVIDÊNCIAS.

4.1

Medidas de proteção



Para viabilizar o retorno das atividades administrativas e acadêmicas de forma presencial, é imprescindível que todos os protocolos de segurança sanitária divulgados pelas autoridades competentes sejam atendidos. Essas ações minimizam o risco da disseminação do vírus, sendo necessário que cada unidade faça a análise dos riscos associados às medidas que devem ser adotadas para que não ocorra, após o retorno das atividades, uma nova suspensão por falta de insumos que garantam a segurança das comunidades acadêmicas, dos colaboradores e das demais pessoas que precisam entrar na unidade.

DISTANCIAMENTO SOCIAL

- Considerar, dentro do possível, o distanciamento social para todos os usuários e frequentadores das unidades, inclusive em veículos e elevadores.
- Recomenda-se adotar regime de revezamento entre turnos, diminuindo o fluxo de servidores nos ambientes, no intuito de evitar aglomerações.
- Dentro do possível, ordenar os ambientes para que o mobiliário e os equipamentos fiquem distantes por pelo menos 1,0 m.
- Priorizar a realização de reuniões e eventos de forma virtual.
- Se necessária a realização de reuniões e eventos de forma presencial, recomenda-se optar por ambientes abertos e bem ventilados.
- O atendimento à comunidade externa deverá ser realizado, preferencialmente, por meio de Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs).
- Quando houver o atendimento presencial, este deverá ocorrer, preferencialmente, sob agendamento prévio.

MÁSCARAS

- A utilização de máscaras, preferencialmente as com maior capacidade de filtragem (PFF2), em todos os ambientes das unidades, de forma a cobrir a boca e o nariz, poderá ser em conformidade com as orientações das autoridades sanitárias municipais.
- Recolher, etiquetar e transportar as máscaras descartadas em recipientes específicos com o uso de luvas em todas as manipulações.

HIGIENIZAÇÃO PESSOAL

- Disponibilizar *dispensers* de álcool em gel 70% em todos os locais que possuam maior movimentação de pessoas, principalmente junto às portas de entrada das salas de aula e dos setores administrativos, inclusive sinalizando os locais em que eles se encontram.
- A quantidade de equipamentos de álcool em gel a serem disponibilizados levará em conta a área do estabelecimento, na seguinte proporção: I. até 70m² (setenta metros quadrados) - 01 (um) equipamento; II. de 71 a 150m² (setenta e um a cento e cinquenta metros quadrados) - 02 (dois) equipamentos; III. acima de 150m² (cento e cinquenta metros quadrados) - a quantidade prevista em II e mais 01 (um) equipamento a cada 70m² (setenta metros quadrados) de área.
- Estimular que os alunos e servidores, com frequência, lavem as mãos com água e sabão e higienizem seus materiais, utilizando álcool 70º INPM.
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem higienizar as mãos.
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como copos, talheres, jalecos, materiais de escritório, livros e afins.

Como Fazer a Fricção Anti-Séptica das Mão com Preparações Alcoólicas?

Friccione as mãos com Preparações Alcoólicas. Higienize as mãos com água e sabonete apenas quando estiverem visivelmente sujas.

Duração de todo o procedimento: 20 a 30 segundos.



1 Aplique uma quantidade suficiente de preparação alcoólica em uma mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies das mãos.



2 Friccione as palmas das mãos em entre si.



3 Friccione a palma direita contra o dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos e vice-versa.



4 Friccione a palma das mãos entre si com os dedos entrelaçados.



5 Friccione o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa.



6 Friccione o polegar esquerdo com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa.



7 Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo um movimento circular e vice-versa.



8 Quando estiverem secas, suas mãos estarão seguras.

Como Higienizar as Mão com Água e Sabonete?

Higienize as mãos com água e sabonete apenas quando estiverem visivelmente sujas. Senão, fricione as mãos com preparações alcoólicas.

Duração de todo o procedimento: 40 a 60 segundos.



1

Molhe as mãos com água.



2

Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos.



3

Ensaboe as palmas das mãos friccionando-as entre si.



4

Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.



5

Entrelace os dedos e fricione os espaços interdigitais.



6

Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos com movimento de vai-e-vem e vice-versa.



7

Esfregue o polegar esquerdo com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa.



8

Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa.



9

Enxague bem as mãos com água.



10

Seque as mãos com papel toalha descartável.



11

No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel toalha.



12

Agora suas mãos estão seguras.

Salas de aula e auditórios

- Higienizar as salas de aula pelo menos uma vez por dia. Recomenda-se que sejam higienizadas em cada troca de turno.
- Recomenda-se que as turmas evitem realizar trocas de salas entre as aulas.
- Recomenda-se que os docentes possuam álcool 70% para higienização das mesas quando entrarem nas salas e utilizem de forma individual os materiais para as aulas.
- Higienizar os auditórios sempre que forem utilizados.

Ambientes administrativos

- Caso o uso de objetos seja feito de forma coletiva, ao final de cada uso, deverão ser higienizados adequadamente.
- Em casos de atendimento telefônico, higienizar o aparelho antes de passar para outra pessoa.

Laboratórios

- Os laboratórios de ensino, pesquisa, extensão e produção dos campi do IF Sudeste MG, a exemplo de outros espaços institucionais, trazem especificidades conforme seus objetivos e características estruturais.
- Recomenda-se que cada laboratório de cada campus considere as necessidades de adequação e tenha os protocolos que se fizerem necessários para que os usuários e trabalhadores estejam seguros no que se refere a evitar o contágio pelo novo coronavírus.
- Equipamentos, vidrarias ou similares, preferencialmente, não devem ser compartilhados. Em caso de necessidade de compartilhamento de algum material ou equipamento, este deverá ser higienizado e desinfetado com álcool 70% entre os usos, sob a responsabilidade ou supervisão do professor e do responsável técnico.
- Os EPIs que não são descartáveis (óculos, botas, protetores auditivos, entre outros) devem passar pelo processo de limpeza e desinfecção e serem armazenados secos. A periodicidade irá depender da utilização e será definida pelo responsável técnico pelo laboratório. Para a limpeza desses EPIs deve-se utilizar água, sabão ou detergente, e para a desinfecção deve ser utilizado hipoclorito de sódio 1%. Deverá ser realizado o enxágue, para retirar todo o resíduo dos produtos desinfectantes.
- Para o uso de computadores, recipiente contendo álcool isopropílico e papéis-toalha devem estar disponíveis para que todos os usuários realizem a limpeza dos teclados antes e após a utilização, além das superfícies e mobília que apresentaram contato com o usuário.

Banheiros

- Permanecer nos banheiros somente o tempo necessário.
- Não manusear alimentos, garrafa de água e o aparelho celular no local.
- A higienização das mãos com água e sabão deverá ser o primeiro e o último procedimento a ser realizado no banheiro.
- As mãos também deverão ser higienizadas antes da higiene bucal, antes do manuseio de lentes de contato e após utilização do sanitário.
- Nas paredes, deverão estar afixadas informações e um passo a passo ilustrado sobre a técnica correta de higienização das mãos (págs 15 e 16 deste Plano de Convivência)
- Evitar o toque em superfícies e louças sem necessidade e após higienizar as mãos.
- Não assoar/higienizar o nariz próximo à pia e às bancadas dos banheiros.
- Durante a higiene bucal, redobrar o cuidado para evitar respingos e sujidade fora das cubas.
- Informar sempre que identificar falta de materiais (sabonete, papel toalha, papel higiênico e álcool em gel) ou necessidade de limpeza.
- Tampar o sanitário antes de acionar a descarga.
- As tampas das lixeiras devem ser mantidas fechadas.
- Manter a organização e a limpeza desses espaços, redobrando os cuidados com os respingos e os resíduos.

Refeitórios

- Solicitar aos nutricionistas ou servidores competentes que promovam capacitação especial dos profissionais que manipulam os alimentos e proponham monitorização colaborativa dessa atividade.
- Reforçar a higienização de mesas e cadeiras e a limpeza do local.
- Recomenda-se a ampliação do período de funcionamento dos restaurantes e distribuição dos estudantes em horários de refeição distintos, para evitar aglomerações, escalonando, assim, os horários de almoço.
- Recomenda-se que sejam servidos preferencialmente pratos prontos, evitando-se o *self-service*.
- Analisar a possibilidade de oferta de marmitek para que os alunos possam fazer suas refeições em outros espaços (salas de aulas, áreas de convivência, quadras esportivas etc).

Bibliotecas

- O Fórum dos Bibliotecários do IF Sudeste MG possui um protocolo para os usuários, o qual atende todas as recomendações deste e de demais documentos das autoridades competentes.

Portarias e Barreiras Sanitárias

- É obrigatório a exigência do passaporte vacinal, de acordo com as estratégias de cada unidade, conforme RESOLUÇÃO Nº 07/2022, DE 14-02-2022.

Transportes e viagens

- Realizar apenas as viagens de extrema necessidade.
- Limpeza e higienização dos veículos deverão ser reforçadas.
- Recomenda-se aos motoristas reforçar a higienização do volante, das janelas, do câmbio, das portas e de todas as outras partes que são usualmente manuseadas, com álcool 70%.
- O uso de máscaras dentro dos veículos deverá estar em conformidade com as orientações das autoridades sanitárias dos municípios onde haverá o deslocamento.
- Priorizar a ventilação natural dentro dos veículos através da abertura das janelas.
- Disponibilizar dentro dos veículos recipientes com álcool em gel para higienizar as mãos durante os deslocamentos.
- Deixar o veículo preferencialmente aberto durante todo o processo de limpeza e 30 minutos após sua finalização, pelo menos.
- Evitar compartilhamento de veículos entre motoristas.
- Para os veículos coletivos, definir limites no número de passageiros e mapas de ocupação de poltronas.

Áreas de esportes ao ar livre e ginásio

Recomenda-se:

- que os docentes proponham atividades sem contato físico entre os estudantes, sem que haja necessidade de compartilhamento de objetos, equipamentos e materiais;
- que equipamentos para realizar a atividade física sejam higienizados com álcool 70% ou hipoclorito de sódio antes e depois do uso;
- que cada estudante leve consigo toalha e garrafa de água própria, sem compartilhar itens pessoais;
- o uso dos ginásios deverá ser realizado com portas e janelas abertas;
- sempre que a temperatura e a umidade do ar forem favoráveis, que as atividades físicas sejam realizadas em espaços abertos, sem aglomerações (consideram-se também espaços abertos as quadras esportivas cobertas, sem estruturas laterais).

Atividades de campo

- As atividades deverão estar organizadas de forma a evitar aglomerações;
- Os participantes deverão fazer uso de seus equipamentos de proteção de rotina (protetor solar, boné, chapéu, luvas, botas, entre outros) de uso individual;
- Recomenda-se que cada estudante leve consigo o que julgar ser necessário para uso, evitando o compartilhamento de itens de qualquer natureza, como por exemplo copo, garrafa de água, entre outros.
- Após o término das atividades, é imprescindível a limpeza dos instrumentos utilizados, bem como a correta higienização das mãos e punhos por meio da lavagem com água e sabão;
- Recomenda-se a disponibilização de lavatórios e de álcool em gel em locais próximos às atividades.

Cantinas, lanchonetes, áreas de convivência e pátios

- Utilizar preferencialmente senhas para atendimento e sinalizar o local de retirada do pedido.

Em elevadores

- Organizar-se em filas, considerando, dentro do possível, o distanciamento social.
- Caso o elevador tenha botoeira interna para digitação do andar, o local deverá possuir álcool em gel internamente.
- Até o 5º andar, o uso dos elevadores será para pessoas com dificuldades de locomoção. As outras pessoas deverão, preferencialmente, utilizar as escadas.

Áreas de saúde (consultórios, enfermarias, entre outros)

- O responsável pelo setor de saúde de cada campus deverá elaborar um protocolo para os usuários, que atenderá todas as recomendações deste e de demais documentos das autoridades competentes.

PROPOSTA DE LIMPEZA NAS UNIDADES

- Recomenda-se a limpeza concorrente três vezes ao dia para os campi que funcionam nos três turnos e duas vezes ao dia nos campi e Reitoria que funcionam em dois turnos.
- Recomenda-se a limpeza terminal uma vez ao dia para todas as unidades.
- Para a especificação dos procedimentos de limpeza concorrente e limpeza terminal, recomenda-se seguir o Manual de Higienização e Limpeza, do Conselho Nacional de Secretários de Saúde (Conass)⁴.
- Serviço de sanitização: sempre que for considerado necessário pela administração da unidade, será executado o serviço de sanitização, que deverá ser executado por empresa credenciada e contratada através de processo licitatório a ser realizado pela reitoria e/ou campus interessado. A empresa contratada deverá executar o serviço de desinfecção e sanitização de todo ambiente da instituição com a periodicidade definida pela administração no momento da contratação.

(4) <https://www.conass.org.br/liacc/wp-content/uploads/2015/02/MANUAL-DE-HIGIENIZACAO-E-LIMPEZA.pdf>

INSTRUÇÕES PARA DESCARTE ADEQUADO DE RESÍDUOS INFECTANTES

- Conforme a Resolução da Diretoria Colegiada, da Agência Nacional de Vigilância Sanitária/ANVISA - RDC Nº 306, de 7 de dezembro de 2004, os resíduos do grupo A são resíduos que possuem a possível presença de agentes biológicos que, por suas características, podem apresentar risco de infecção. Esses resíduos se caracterizam pela presença de agentes biológicos como sangue e derivados, secreções e excreções humanas.
- O material/lixo possivelmente infectante ou infectado deve ser separado do restante do lixo comum.
- Caso não haja uma empresa especializada para recolhimento, o lixo pode ser descartado juntamente com os outros lixos, desde que respeitado o período de quarentena por, no mínimo, 5 dias.
- O lixo, também, pode ser entregue em unidades de saúde ou parceiros que fazem essa coleta hospitalar, para que essas entidades possam fazer o devido descarte.
- O material descartável usado deve ser colocado em recipiente de resíduos com tampa e rotulado com avisos precisos de material infectante.
- Disponibilizar recipiente de resíduo em cada local onde houver necessidade de descarte de material infectante.

5. Ações educativas



As ações educativas devem se constituir em espaços de orientação e diálogo em saúde, que promovam a troca de saberes e informações sobre questões que permeiam a pandemia. Considera- -se que esses espaços sejam primordiais para a continuidade do enfrentamento da COVID-19.

Toda a comunidade deve ser incentivada à corresponsabilidade pelos cuidados coletivos e da saúde no trabalho e no estudo, atitudes de engajamento e solidariedade. Nesse contexto, é fundamental também que os gestores se apropriem, na reorganização dos processos, da responsabilidade de manter como princípio a proteção da saúde coletiva.

O desenvolvimento de ações de comunicação e educação em saúde, veiculadas por meio de diferentes modalidades, em pontos estratégicos nos locais de trabalho e/ou em mídias digitais, deverá ser baseado em temas necessários ao contexto de pandemia da COVID-19 e essas ações devem ser identificadas como de interesse e prioridade dos servidores.

Recomenda-se que sejam desenvolvidos:

- Treinamentos para identificação de sintomas da COVID-19, casos suspeitos e o fluxo correto de encaminhamento e condutas indicadas.
- Capacitações sobre prevenção, controle e mitigação da transmissão da COVID-19.
- Oficinas - ou outros formatos - de higienização das mãos, etiqueta respiratória, uso correto de máscaras e Equipamentos de Proteção Individual (EPIs).
- Materiais de orientação que abordem conceitos de distanciamento físico e social, dentre outros relativos às medidas em andamento para o controle da pandemia da COVID-19.
- Informes com a estrutura dos serviços de saúde no país e nos municípios das unidades do IF Sudeste MG e formas de acesso aos serviços (SAMU, serviços de referência para COVID-19, telefones, aplicativos de celulares ou comunicações oficiais para orientações de atendimento).
- Orientações quanto à importância do acesso às informações com base em evidências científicas e provenientes de autoridades e instituições públicas de saúde, evitando notícias falsas (*fake news*) e diversas modalidades de desinformação encontradas nos meios de comunicação, principalmente nas redes sociais.
- Campanhas de incentivo à vacinação da comunidade acadêmica nas unidades.
- Recomenda-se a leitura dos materiais e a participação nas capacitações ofertadas pelo Ministério da Saúde, disponíveis em: <https://coronavirus.saude.gov.br/capacitacao>.

Recomenda-se a disponibilização do material informativo em locais apropriados e de grande circulação, como os modelos disponíveis em <https://www.ifsudestemg.edu.br/comunicacao-social/documentos/cartazes-para-sinalizacao-plano-de-convivencia>⁵.

(5) Material desenvolvido e disponibilizado pela Coordenação de Comunicação, Cerimonial e Eventos do Campus Juiz de Fora do IF Sudeste MG



Referências

Ebook Adequação no ambiente e definição de novas rotinas, disponível em:
<https://www.ifsudestemg.edu.br/documentos-institucionais/projetos/projeto-reencontro-fase2/comissao-1/nota-de-revisao-no-02-de-07-03-2022.pdf>

Ebook Cuidado com os servidores, disponível em: https://www.ifsudestemg.edu.br/documentos-institucionais/projetos/projeto-reencontro-fase2/comissao-2/c2_reencontro_ebookreencontro_arte_v4_2022_02_23.pdf

Plano de retomada, disponível em: https://www.ifsudestemg.edu.br/documentos-institucionais/projetos/projeto-reencontro-fase2/comissao-central/redesignreencontro_arquivavel_v1_a-2b-1.pdf

NOSSOS CANAIS

- 🌐 www.ifsudestemg.edu.br
- ଓ @ifsudestemg
- ଓ @ifsudestemg
- IFSudesteMGVideos



<https://bio.link/ifsudestemg>



INSTITUTO FEDERAL
Sudeste de Minas Gerais