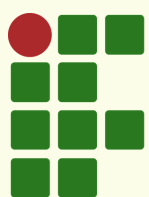


Prevenção contra a Covid-19

# Novas rotinas no Campus Santos Dumont



**INSTITUTO FEDERAL**

Sudeste de Minas Gerais  
Campus Santos Dumont



## Prevenção contra a Covid-19

# Novas rotinas no Campus Santos Dumont

Olá, comunidade do Campus Santos Dumont!

Esta cartilha é dedicada a estudantes, servidores e colaboradores do Campus Santos Dumont do IF Sudeste MG e prevê novas rotinas na instituição durante a pandemia da Covid-19. Elas devem ser levadas em conta por todas as pessoas que frequentarem a unidade, com o intuito de minimizar as chances de propagação do novo coronavírus.

Ainda que descreva orientações e medidas especialmente necessárias para uma possível retomada de todas as atividades presenciais anterior à erradicação da Covid-19 do Brasil, a cartilha é também importante no contexto atual. Ela vale para todas as pessoas que precisam comparecer à unidade diariamente ou eventualmente ainda durante a priorização do trabalho remoto para servidores e o Ensino Remoto Emergencial.

Até pela necessidade de acompanhar novas recomendações das autoridades sanitárias, esta cartilha poderá ser atualizada. Outros detalhes devem ser consultados no documento compartilhado pela Comissão 3 (C3) do Projeto Reencontro do IF Sudeste MG, de Cuidados com os Servidores, em [www.ifsudestemg.edu.br/projetoreencontro](http://www.ifsudestemg.edu.br/projetoreencontro).

Santos Dumont, janeiro de 2021  
Comissão Local, Projeto Reencontro - Campus Santos Dumont



# Você vê na cartilha

- Utilização da máscara: Página 4
- Lavagem das mãos: Página 5
- Higienização com álcool em gel: Página 6
- Suspeita ou diagnóstico: Página 7
- O que o servidor deve fazer?: Página 8
- Orientações gerais para o dia a dia: Página 9
- Cuide-se: Página 11



# Utilização da máscara

O uso da máscara é obrigatório para todas as pessoas que frequentarem o Campus Santos Dumont durante a pandemia do novo coronavírus. Por isso é essencial entender e não se esquecer de algumas práticas (Adaptado de Ciaprat, Campus Santos Dumont / Informações: Ministério da Saúde):

## Como colocar a máscara



*Ah! Não se esqueça de trocar a máscara sempre que ficar úmida ou a cada 2 horas!*

1. Lave bem as mãos com água e/ou use álcool em gel 70%;
2. Segure a máscara pelas alças e coloque no rosto cobrindo bem o nariz e a boca;
3. Prenda a máscara atrás das orelhas com o elástico ou com as tiras para amarrar;
4. Colocou a máscara? Evite tocar nela.

## Como retirar a máscara



1. Lave bem as mãos com água e/ou use álcool em gel 70%;
2. Não toque a parte da frente da máscara, pois ela pode estar contaminada;
3. Retire a máscara segurando pelas alças. Se for de pano, guarde-a em um saco plástico individual. Se descartável, jogue-a no lixo;
4. Após manusear a máscara, novamente lave as mãos com água e/ou use álcool em gel 70%.

## Como lavar a máscara de pano

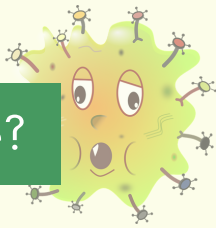


1. Máscaras de pano são individuais. Cada pessoa deve ter a sua e lavá-la sempre após o uso;
2. Lave-a com água e sabão e deixe de molho com água sanitária por 20 minutos.

# Lavagem das mãos

Higienizar as mãos frequentemente é fundamental. Veja as orientações (DDI, Campus Santos Dumont / Procedimento Operacional Padrão):

## Para quê?



- Reduzir carga microbiana;
- Remover contaminantes de natureza orgânica e inorgânica.

## Com que material?



- Sabonete líquido;
- Água;
- Papel-toalha.

## Quando?



- Após utilizar o sanitário;
- Após tossir, espirrar e assoar o nariz;
- Após fumar;
- Após manipular dinheiro;
- Sempre que se julgar necessário.

## Passo a passo



1. Umedeça as mãos e punhos;



2. Utilize um pump de sabonete líquido e esfregue por, no mínimo, 20 segundos;



3. Ao abrir a torneira, esfregue o registro para evitar recontaminação;



4. Enxague as mãos e punhos;



5. Seque as mãos com papel-toalha.

## Técnica de lavagem

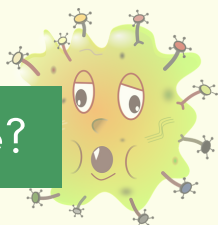


Imagem: Wikimedia Commons

# Higienização das mãos com álcool em gel

Quando não for possível lavar as mãos, higienize-as com álcool em gel. Veja as orientações (DDI, Campus Santos Dumont / Procedimento Operacional Padrão):

## Para quê?



- Reduzir carga microbiana.

## Com que material?



- Álcool em gel 70%.

## Quando?



- Antes das refeições;
- Após tossir, espirrar e assoar o nariz;
- Após manipular dinheiro;
- Sempre que se julgar necessário.

## Passo a passo



1. Utilize um pump de álcool em gel 70% nas mãos e punhos;



2. Espalhe o álcool em ambas as mãos e faça movimentos circulares;



3. Deixe secar **NATURALMENTE.**

## Lembretes

1. O uso do álcool em gel **NÃO** dispensa a lavagem das mãos;
2. O álcool em gel tem caráter desinfetante e **NÃO LIMPANTE.**
3. O álcool em gel é um produto **INFLAMÁVEL.** Não use perto de calor ou fogo.

# Suspeita ou diagnóstico

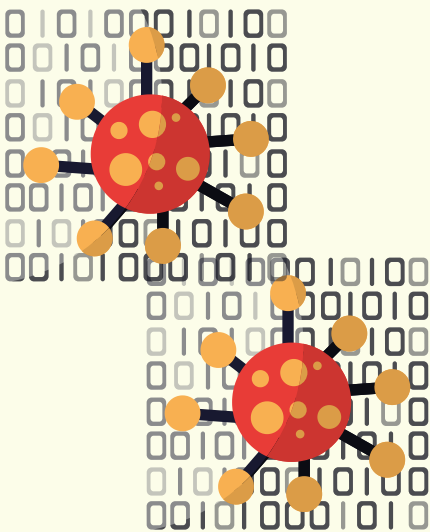
O Campus Santos Dumont toma todos os cuidados para evitar contaminação no ambiente de trabalho, incluindo o imediato isolamento de colaboradores com suspeita ou diagnóstico confirmado de Covid-19, o que deve ser imediatamente reportado à chefia imediata e à Coordenação de Gestão de Pessoas. Veja o que a unidade fará em dois possíveis cenários envolvendo docentes, técnico-administrativos ou terceirizados:

## Suspeita ou confirmação de um caso



- Afastar por 14 dias o servidor e trabalhadores que tiverem contato com ele;
- Suspender atividades presenciais do setor por sete dias;
- Limpar e desinfetar os setores onde a pessoa esteve;
- Manter as atividades em outros prédios e setores.

## Suspeita ou confirmação de um segundo caso



**Se não pertencer ao grupo de pessoas que tiveram contato com servidor com suspeita ou diagnóstico confirmado:**

- Suspender atividades presenciais do campus por sete dias;
- Limpar e desinfetar os setores onde a pessoa esteve;
- Avaliar indicadores epidemiológicos e de capacidade do sistema de saúde local para decisão sobre retorno presencial.

**Se o caso ocorrer após os 14 dias previstos para o isolamento em função do primeiro caso:**

- Repetir o procedimento descrito para "suspeita ou confirmação de um caso".

# O que o servidor deve fazer?

Caso apresente temperatura corporal acima de 37,8°C, tenha a sensação de febre, sintomas gripais ou respiratórios, como tosse, dor de garganta, diminuição ou perda do olfato, dor muscular, fadiga, desconforto e falta de ar, o servidor precisa seguir as orientações indicadas a seguir:



- 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 **coronavirus.saude.gov.br**);
- Preencher a **Autodeclaração de Saúde** (Anexo D de documento elaborado pela Comissão 3 do Projeto Reencontro, de Cuidados com os Servidores, em [www.ifsudestemg.edu.br/projetoreencontro](http://www.ifsudestemg.edu.br/projetoreencontro)) e enviar à chefia imediata com cópia para a Coordenação de Atenção à Saúde e Segurança do Trabalho (**CAS**): [cas@ifsudestemg.edu.br](mailto:cas@ifsudestemg.edu.br);
- Formalizar o trabalho remoto junto à chefia imediata ou, se o quadro se agravar, procurar atendimento médico e apresentar atestado à CAS;
- Permanecer em casa pelo período mínimo de **14 dias**;
- Retornar ao trabalho somente após liberação por critérios laboratoriais e/ou clínicos.



# Orientações gerais para o dia a dia

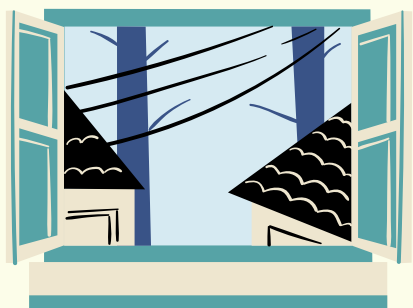
A atenção a procedimentos simples em nossa nova rotina no Campus Santos Dumont pode ser decisiva para que não haja contaminação no ambiente de trabalho. Confira a seguir algumas recomendações:

## Aferição de temperatura



- Sempre que chegar ao Campus Santos Dumont, você terá sua temperatura aferida por meio de termômetro infravermelho;
- Se a temperatura aferida for igual ou superior a 37,8°C, por precaução recomendada pelas autoridades sanitárias, será necessário retornar para casa e/ou procurar uma unidade de saúde.

## Ventilação nos ambientes



- Priorize janelas abertas e ventilação natural sempre que possível;
- Use o ar-condicionado apenas se não puder recorrer à ventilação natural;
- Nunca utilize o ar-condicionado no modo Recirculação.

## Segurança em laboratórios



- Além de todas as medidas de proteção que o Campus Santos Dumont sempre adotou, agora é obrigatório o uso de escudo facial e máscara durante todas as aulas ou atividades práticas nos laboratórios;
- O escudo facial deve ser higienizado após cada prática.

## Cuidados em veículos oficiais

O campus segue uma rotina de limpeza frequente dos veículos oficiais, mas pede que você também faça sua parte:



- Sempre que usar o veículo, desinfete com álcool em gel (sempre haverá um frasco no porta-luvas), antes e depois de seu trajeto, todos os pontos de contato: porta, marcha, banco, volante e demais acessórios;
- Mantenha sempre as janelas abertas e não utilize o ar-condicionado;
- Mantenha sempre o uso da máscara dentro do veículo.

## Higienização da estação de trabalho



- Os servidores devem proteger diariamente sua estação de trabalho. Sempre que não estiver em serviço (após expediente e durante intervalos), é necessário cobrir com plástico filme todos os equipamentos sobre a mesa;
- Também é orientada a higienização diária dos equipamentos com álcool em gel, disponível em todas as estações de trabalho do Campus Santos Dumont.

## Vacinação em dia



- O Campus Santos Dumont orienta todos os seus servidores e alunos a manter sua carteira de vacinação em dia;
- A instituição pede especial atenção à vacina contra a influenza (gripe), além da prevenção contra a doença em si, também para facilitar um possível diagnóstico de Covid-19.

## Distanciamento social



- Os servidores e funcionários devem evitar ficar a uma distância inferior a um metro uns dos outros;
- Essa recomendação também se estende aos estudantes, de forma que os servidores devem constantemente alertar e orientar os alunos sobre essa importante medida de prevenção contra a Covid-19.

## Cuide-se

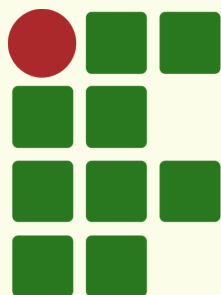
Esta cartilha pretende, conforme já apresentado, reunir algumas recomendações importantes para que a rotina no Campus Santos Dumont seja mais segura durante a pandemia da Covid-19.

No entanto, é evidente que nossa preocupação com todas e todos, estudantes, servidores e colaboradores, estende-se a outros ambientes, além do âmbito do IF Sudeste MG.

Lembramos que o novo coronavírus pode ser muito perigoso para todas as pessoas, embora tenha sido convencionada a utilização do termo "grupo de risco" para designar indivíduos teoricamente mais suscetíveis a complicações causadas pela Covid-19.

Além disso, nunca esteve tão evidente a noção de responsabilidade coletiva: ao mesmo tempo em que nos protegemos, estamos também protegendo as pessoas que amamos e aquelas que nem sequer conhecemos, mas reconhecemos como seres humanos e que devem ter suas vidas valorizadas.

É nisso que o Campus Santos Dumont acredita. Por isso, recomendamos que você continue se cuidando e tomando as devidas precauções.



# **INSTITUTO FEDERAL**

Sudeste de Minas Gerais  
Campus Santos Dumont