

MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLE AO CORONAVÍRUS

PROTOCOLOS DE SEGURAÇA PARA
ENTRAR E SAIR DE CASA E USO
DE ELEVADORES

Uma das principais medidas de enfrentamento ao novo coronavírus é o isolamento social, com atenção redobrada aos protocolos de higiene, em especial, a lavagem correta e frequente das mãos com água e sabão líquido. No entanto, há os que necessitam sair de casa, como os profissionais de saúde, os que têm urgência de comprar um produto ou ainda quem precisa dar uma rápida volta com o animal de estimação. Assim, reunimos algumas ações a serem adotadas ao sair e ao chegar em casa, que ajudam a reduzir os riscos de contágio da doença.

QUANDO VOCÊ SAIR DE CASA



Ao sair, coloque uma jaqueta ou blusa de manga longa.



Prenda o cabelo e evite usar brincos, anéis, correntes.



Higiene as mãos e coloque máscara e luvas ajustando-as antes de sair.
Leve máscaras reservas se ultrapassar mais de duas horas na rua.



Evite utilizar o transporte público.



Se sair com seu animal doméstico, tente evitar que se esfregue contra superfícies externas.



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



Evite tocar instalações públicas, tais como corrimão.



Caso necessário, leve lencinhos descartáveis e use-os para tocar as superfícies.



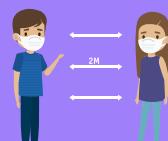
Amasse o lenço e jogue-o em um saco fechado dentro da lata de lixo.



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



Não toque seu rosto antes de higienizar suas mãos.



Mantenha distância de aproximadamente dois (02) metros das pessoas.

QUANDO VOCÊ ENTRAR EM CASA



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



Tire os calçados. Se possível, limpe-os em pano embebido em solução de água com água sanitária ou álcool 70%.



Lave seu animal doméstico após passear com ele, se não for possível, higienize ao menos as patas e focinho com água e sabão neutro ou produtos veterinários próprios para este fim, como também, coleira.



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



Deixe bolsa, carteira, chaves, etc, em uma caixa na entrada. Depois higienize com álcool 70 %.



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



Limpe seu celular e os óculos com sabão e água ou álcool 70%.



Limpe as embalagens que trouxe de fora antes de guardar. Para cada 1 litro de água, 20 ml de alvejante. Utilize luvas.



No caso de frutas, legumes e verduras, higienizar imersas numa solução de uma colher de sopa de água sanitária para um litro de água por 15 a 20 minutos, depois enxágue em água corrente.



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

UTILIZANDO ELEVADORES

Os elevadores são apontados como ambientes com grande potencial de contaminação por Coronavírus. Diante desse risco, siga as dicas preventivas abaixo que podem evitar o contágio naquele que, para muitas pessoas, é o primeiro e o último meio de transporte usado no dia a dia:



Utilize o elevador individualmente ou apenas com moradores do mesmo apartamento.



Elevador cheio? Aguarde o próximo ou use as escadas.



Utilize um lenço de papel para apertar o botão de chamada do elevador e depois descarte

FONTES UTILIZADAS

- 1 <https://amb.org.br/wp-content/uploads/2020/03/Cuidados-nos-elevadores.jpeg>
- 2 <https://prefeitura.rio/vigilancia-sanitaria/coronavirus-vigilancia-sanitaria-reforca-protocolos-de-sair-e-entrar-em-casa-para-diminuir-riscos-de-contaminacao/>
- 3 <https://diariodonordeste.verdesmares.com.br/metro/coronavirus-saiba-o-que-fazer-ao-entrar-e-sair-de-casa-para-evitar-contaminacao-1.2224640>
- 4 https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/saude/vigilancia_em_saude/doencas_e_agravos/coronavirus/index.php?p=295099#EPI