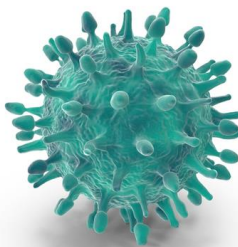


INSTRUÇÕES PREVENTIVAS DE PANDEMIA - COVID- 19



ADCON

Administração e Conservação Eireli
Experiência & Confiança a seu lado



Prezado Colaborador!

Esta apresentação tem a finalidade de te conscientizar quanto as medidas de profilaxia a serem tomadas em detrimento da Pandemia.

Portanto, observe com cuidado todas as instruções aqui apresentadas, e, tome as devidas medidas em seu dia a dia!!!



CONCEITO



ADCON

Administração e Conservação Eireli
Experiência & Confiança a seu lado



O Coronavírus ou simplesmente COVID-19, é uma família de vírus que causam infecções respiratórias. O novo agente do coronavírus foi descoberto em 31/12/19 após casos registrados na China.



Os Possíveis sintomas da COVID-19 São:

Tosse

Febre

Cansaço

Dificuldade para respirar (em casos graves)

ATENÇÃO!!!!

O Coronavírus, se transmite por Contato e por Vias aéreas.



Portanto, as medidas que necessitam ser tomadas para não contaminar/ser contaminado pelo COVID-19, são:

Medidas de Higiene

Uso de Máscaras

Evitar Aglomerações

Medidas de higiene



ADCON

Administração e Conservação Eireli
Experiência & Confiança a seu lado



Em primeiro plano, para se proteger do COVID-19, são necessárias as devidas medidas de higiene, tais como:

Lave bem, e, frequentemente, as mãos!



Aprenda a fazer a Higiene das Mãos:



1

Abra a torneira e molhe as mãos, evitando encostar na pia.



2

Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante).



3

Ensaboe as palmas das mãos, friccionando-as entre si.



4

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



5

Entrelace os dedos e fricione os espaços interdigitais.



6

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



7

Esfregue o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda (e vice-versa), utilizando movimento circular.



8

Friccione as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fechada em concha (e vice-versa), fazendo movimento circular.



9

Esfregue o punho esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita (e vice-versa), utilizando movimento circular.



10

Enxágüe as mãos, retirando os resíduos de sabonete. Evite contato direto das mãos ensaboadas com a torneira.



11

Seque as mãos com papel-toalha descartável, iniciando pelas mãos e seguindo pelos punhos.

**MANTENHA
AS MÃOS
LIMPAS**

Quando realizar esta higiene:

- Deve ser realizada ao chegar no local de trabalho, antes de realizar as atividades, antes de trocar de roupa;
- Deve ser realizada antes da alimentação;
- Deve ser realizada antes e depois de usar o banheiro;
- Deve ser realizada por 20 segundos (orientação do Ministério da Saúde) e da forma da imagem anterior;
- Dever ser realiza sempre que achar que ocorreu contaminação das mãos;
- Deve ser realizada ao tocar qualquer objeto que não foi previamente limpo.
- Deve ser realizada antes de sair do trabalho.
- Deve ser realizada quando achar necessário.

Álcool Gel / Líquido:

Deve ser utilizado para situações e locais com risco de contaminação

O álcool gel ou líquido (o que você tiver no posto de trabalho) deve ser usado:

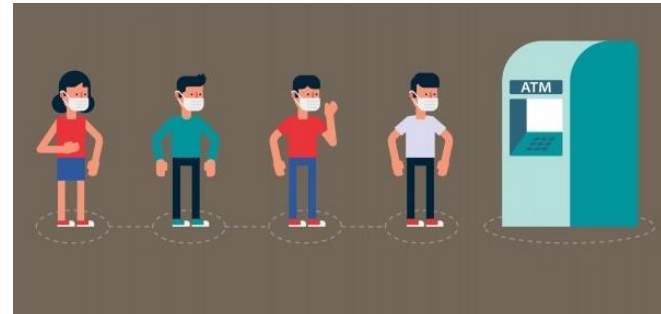
- sempre que necessário;
- antes e após a jornada de trabalho;
- Ao tocar maçaneta, superfícies (não contaminadas);
- Após a lavagem das mãos, sempre que possível;
- Passar no celular.



ÁLCOOL
NÃO SUBSTITUI A LAVAGEM DAS MÃOS

As medidas de higiene devem ser ainda combinadas com outras medidas de proteção pessoal, tais como:

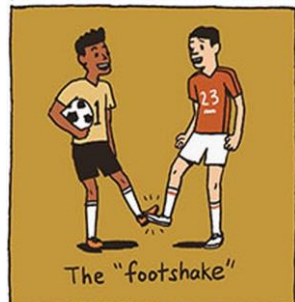
- Não compartilhar utensílios, nem objetos pessoais



- manter distância de **1 metro** das pessoas



- Evitar qualquer tipo de contato pessoal



USO DE MÁSCARAS/ RESPIRADORES E EPI'S



ADCON

Administração e Conservação Eireli
Experiência & Confiança a seu lado



A Organização Pan-Americana da Saúde/Organização Mundial da Saúde (OPAS/OMS) recomenda o uso de máscaras faciais para:

- Pessoas que apresentam sintomas respiratórios, como tosse, espirros ou dificuldade em respirar, mesmo quando procuram atendimento médico, para proteger as pessoas ao seu redor.
- Pessoas (incluindo familiares) que prestam atendimento a pessoas com sintomas respiratórios.
- Profissionais de saúde, quando entram em uma sala com pacientes ou quando tratam um indivíduo com sintomas respiratórios e de acordo com o tipo de atendimento que será prestado.



As Máscaras podem ser utilizadas no Local da Prestação de Serviços, tal qual, Outros equipamentos de proteção individual (EPI) e materiais que podem ser utilizados nestas circunstâncias.

Vale dizer que, a ADCON não é obrigada a fornecer máscaras faciais, materiais e EPI'S para nenhum dos colaboradores, exceto, àqueles que possuem previsão contratual para isso.

Para maiores informações, consulte o Preposto da sua localidade.



Existem três tipos de máscaras, que são:

Máscara Cirúrgica



Máscara com Filtro N95



Máscara Sem Filtro N95



Situações e locais de baixo risco de contaminação.

Utilização:

- Destinada a procedimentos que necessitam de cuidados contra respingos de saliva e contaminação por bactérias.

Deverá ser descartada quando encontrar-se úmida ou após 2 horas de utilização.

Locais:

- Alta concentração de pessoas. (Transporte público, reunião com muitas pessoas etc).

Máscara Cirúrgica descartável



Situações e locais de risco moderado de contaminação.

Utilização:

- Recomendada ainda para redução da exposição ocupacional a aerossóis contendo agentes biológicos potencialmente patogênicos.

A máscara N95 é considerada semi-descartável por permitir o seu uso por mais de uma ocasião.

Locais:

- Alta concentração de pessoas e contato com pessoas do grupo de risco (idosos, pessoas com sintomas de gripe ou resfriado).

Máscara com filtro N95



Situações e locais de risco elevado de contaminação

Utilização:

- Esta máscara possui 95% de eficiência de filtração de partículas maiores que 0,3 μm e seu uso é indicado visando a proteção contra doenças por transmissão aérea (ex. tuberculose, varicela, sarampo e SARG).

A máscara N95 é considerada semi-descartável por permitir o seu uso por mais de uma ocasião.

Locais:

- Áreas hospitalares ou que forneçam atendimento de saúde, lar de idosos, clínicas etc. Área de alta circulação de pessoas que estiveram em lugares com confirmação do vírus. (Aeroportos, portos, consulados etc.)

Máscara sem filtro N95



Cuidados e manutenção

- Para a guarda da N95: acondicione a sua máscara em um saco de papel ou em um saco plástico que tenha sido previamente furado com o uso da tampa da caneta. Sacos plásticos sem furos devem ser abolidos, pois podem permitir a umidade da máscara, funcionando como meio de proliferação de microrganismos como os fungos.
- Evite tocar a máscara enquanto estiver a utilizando. Caso a toque, higienize as mãos.
- Substitua a mascarará sempre que ela estiver úmida.
- Não deixe o respirador em lugares sujos. Se precisar manuseá-lo com as mãos sujas, pegue-o pela parte externa.
- Se sentir dificuldade na respiração, cheiro ou gosto do produto com o qual está trabalhando é hora de substituir o máscara.

- Sempre remova a máscara (independente do modelo) puxando a parte traseira , nunca toque a parte que fica em contato com a boca e o nariz. Se o fizer, higienize as mãos.
- Lembrando que a máscara cirúrgica é descartável.



Além da Máscara Facial, outros EPI'S e Materiais podem ser utilizados para sua proteção.

Luva descartável

Situações e locais com risco de contaminação

(utilizadas nos hospitais)

Utilização:

- As luvas descartáveis devem ser utilizadas sempre que for necessário tocar em objetos contaminados
- Também devem ser utilizadas ao fazer a desinfecção de partes e peças de elevadores com o produto enviado.

Deverá ser descartada após 2 horas de utilização ou quando contaminada.



Produto de limpeza

Situações e locais com risco de contaminação

- Utilização / Porção:
- O produto de higienização (cloro) deve ser diluído na proporção de 1 copo de 200ml para cada frasco de 5 L de água.
- Utilizar em superfície resistente ao produto. (Procurar informar-se). Nos pisos, superfícies, banheiros, etc.



AGLOMERAÇÕES



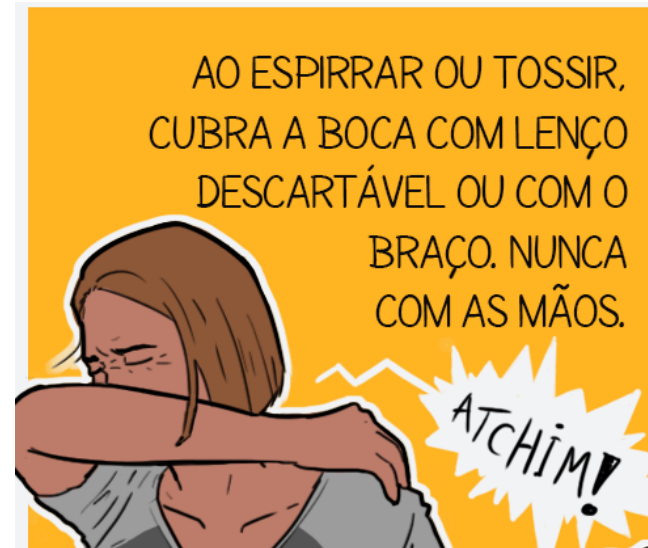
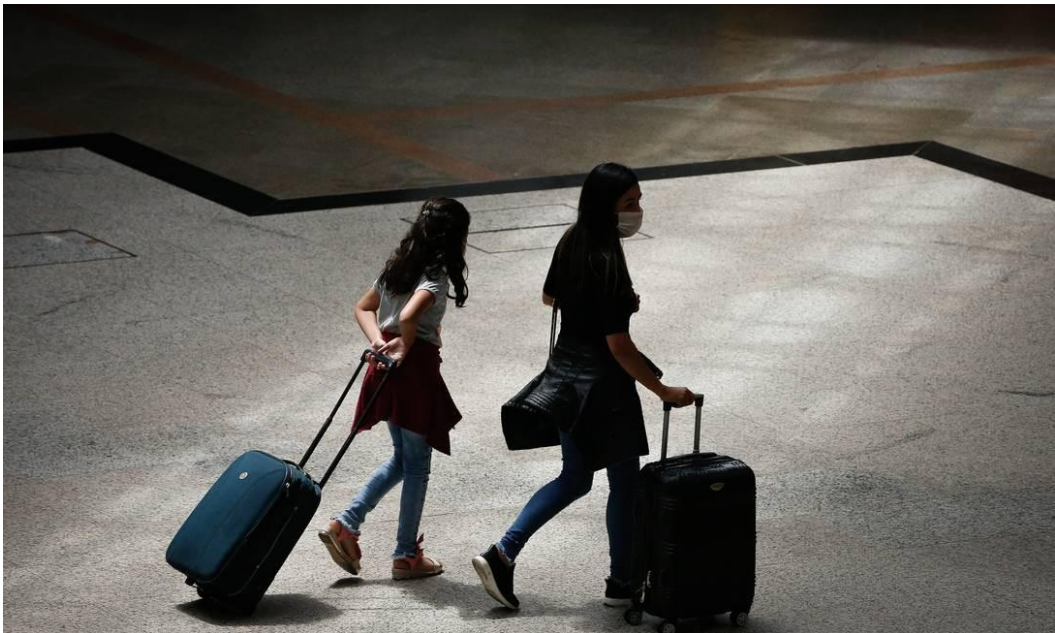
ADCON

Administração e Conservação Eireli
Experiência & Confiança a seu lado



Evite Aglomerações!!! A organização Mundial da Saúde (OMS) tem considerado como aglomeração, locais com mais de 10 (dez) pessoas próximas.

Além disso, **Pratique a etiqueta respiratória** (ao tossir ou espirrar, cobrir a boca e o nariz com o cotovelo flexionado ou com um lenço - em seguida, jogar fora o lenço e higienizar as mãos).



Além destas medidas, procure manter ambientes sempre limpos e arejados, tais como imóveis e carros.

E em caso de dúvidas ou sintomas, entre em contato imediatamente com seu Preposto, e, com o SESMT ADCON SEDE.

(31) 2552-7505.



PIOR QUE A **DOENÇA**,
É O PÂNICO CAUSADO
PELA DESINFORMAÇÃO
OU INFORMAÇÃO
ENGANOSA!!!



**SESMT
ADCON**