



ORIENTAÇÕES PARA RETORNO ÀS ATIVIDADES PRESENCIAIS – CERTBIO/UFCG

MEDIDAS DE PROTEÇÃO E PREVENÇÃO A COVID-19

Para minimizar os riscos de transmissão da Covid-19 no retorno das atividades presenciais, todos devem respeitar os protocolos de convivência, higiene e distanciamento. O retorno ocorrerá de forma gradual.

1. TRANSLADO PARA O TRABALHO

- 1.1. Utilize máscara de proteção durante toda a viagem;
- 1.2. Higienize as mãos com o álcool em gel antes e depois de entrar nos veículos;
- 1.3. Sempre que possível, sente-se sozinho.



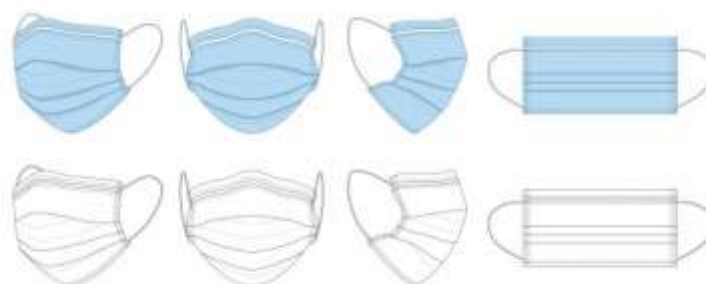
2. MEDIDAS COLETIVAS

- 2.1. Considerar o trabalho remoto aos servidores e colaboradores do grupo de risco;
- 2.2. RECOMENDA-SE que, qualquer comunicação/solicitação seja realizada, preferencialmente, através de telefone, e-mail ou WhatsApp;
- 2.3. Manter, sempre que possível, portas e janelas abertas para ventilação do ambiente;
- 2.4. Garanta que seu posto de trabalho esteja a uma distância mínima de 1,5 metro dos demais.
- 2.5. Organizar a rotina de limpeza do ambiente de trabalho e dos equipamentos de uso individual;
- 2.6. Evite aglomerações nas salas, copas, corredores e banheiros.
- 2.7. Priorizar a realização de reuniões em ambientes abertos e bem ventilados:
 - 2.7.1. Continua suspensa a realização de qualquer tipo de evento com mais de 15 participantes.



3. MEDIDAS INDIVIDUAIS

- 3.1. Utilização OBRIGATÓRIA E INDISPENSÁVEL de máscaras, conforme orientação da autoridade sanitária, de forma a cobrir a boca e o nariz; Retire a máscara removendo as tiras elásticas por trás da orelha. Coloque a máscara usada dentro de uma sacola plástica e feche. Após trocar ou descartar a máscara, higienize as mãos. Durante o dia de trabalho, substitua a máscara por outra, quando estiver úmida ou suja.
- 3.2. Seguir as regras de etiqueta respiratória para proteção, em casos de tosse e espirros;
- 3.3. Lavar as mãos com água e sabão ou higienizar com álcool líquido ou em gel 70%;
- 3.4. Evitar cumprimentar com aperto de mãos, beijos ou abraços;
- 3.5. Respeitar o distanciamento de pelo menos 1,5m (um metro e meio) entre você e outra pessoa;
- 3.6. Manter o cabelo preso e evitar usar acessórios pessoais, como brincos, anéis e relógios;
- 3.7. Não compartilhar objetos de uso pessoal, como copos e talheres, materiais de escritórios, livros e afins.



4. REFEIÇÕES/LANCHES NA COPA E/OU OUTROS LOCAIS DO PRÉDIO

- 4.1. Organize os horários entre os usuários, a fim de evitar aglomeração;
- 3.1. Retire a máscara com cuidado e guarde-a em uma sacola plástica;
- 3.2. Evite conversar enquanto estiver comendo;
- 3.3. Sente-se a uma distância mínima de 1,5 metro das demais pessoas e, preferencialmente, ao lado e NUNCA na frente de outra pessoa;
- 3.4. Permaneça na copa somente o tempo necessário para fazer a refeição.



5. SALAS DE AULAS E AUDITÓRIOS

- 5.1. Utilizar máscaras;
- 5.2. Disponibilizar frascos com álcool líquido ou em gel 70%;
- 5.3. Garantir o distanciamento social, respeitando a distância mínima de 1,5m (um metro e meio); entre mesas e cadeiras;
- 5.4. Manter os ambientes ventilados (janelas e portas abertas);



6. LABORATÓRIOS

- 6.1. Fica estritamente PROIBIDO o acesso de pessoal não autorizado nos Laboratórios;
- 6.2. Utilizar, obrigatoriamente, máscara e touca descartável, cobrindo todo cabelo e orelha, sem uso de adornos;
- 6.3. Utilizar, obrigatoriamente, EPIs (jaleco, máscara e touca) antes de entrar no laboratório;
- 6.4. Não manusear celulares e bolsas dentro dos laboratórios;
- 6.5. Manter os ambientes ventilados (janelas abertas), sempre que possível;
- 6.6. Manter o distanciamento social, respeitando a distância mínima de 1,5m (um metro e meio).



7. OUTRAS INFORMAÇÕES

- 7.1. Evite tocar os olhos, boca e nariz;
- 7.2. Evite o compartilhamento de objetos, especialmente aqueles de uso pessoal;
- 7.3. Evite tocar em objetos de uso comum como portas, maçanetas, corrimão, etc;
- 7.4. Ao tossir ou espirrar, cubra a boca com o cotovelo flexionado ou use lenço e o descarte em seguida;
- 7.5. Utilize lenço descartável para a higiene nasal.

ATENÇÃO! Em caso de sintomas similares aos da Covid-19, como, febre, tosse, mialgia (dor pelo corpo) ou dificuldades respiratórias, não compareça ao Laboratório! Essa é uma doença contagiosa e a conduta de todos tem que ser responsável. **PROCURE ATENDIMENTO MÉDICO!**