



NOTA TÉCNICA Nº 03, de 21 de março de 2020: Coronavírus (COVID-19)
(Recomendações de Prevenção)

As medidas de limpeza e desinfecção são fundamentais para contribuir na prevenção da transmissão da COVID-19. Além disso, cuidados ao entrar e sair de casa precisam ser tomados para evitar a dispersão do coronavírus (COVID-19). Assim, algumas orientações são fundamentais:

1. Orientações para limpeza e desinfecção no ambiente comercial

- I. Aumentar a frequência de limpeza dos ambientes, principalmente sanitários;
- II. Desinfetar com álcool a 70% locais frequentemente tocados como: maçanetas (portas, refrigeradores e equipamentos), interruptores, telefone, teclado do computador, controle remoto, elevadores, máquinas de cartão de crédito e outros;
- III. Limpar, frequentemente, com água e sabão as superfícies de balcões, checkouts e outras superfícies em contato com o público;
- IV. Manter os ambientes arejados e ventilados a maior parte do tempo;
- V. Usar luvas de borracha próprias para limpeza. Além de evitar o contato direto com produtos químicos que podem causar danos às mãos, protegem diante da possibilidade de contato com microrganismos;
- VI. Recomenda-se a varredura úmida dos ambientes, com mops ou rodo e panos de limpeza. Desta forma é possível evitar a dispersão de microrganismos veiculados pelas partículas de pó;
- VII. Os panos devem ser exclusivos para uso em cada ambiente. Portanto, panos usados na limpeza de banheiros não devem ser usados na limpeza de outros locais, por exemplo. Ainda, devem estar sempre limpos e alvejados.

on
Coronav

[Handwritten signatures and initials in blue ink]



2. Orientações para limpeza e desinfecção no ambiente domiciliar

- I. Aumentar a frequência de limpeza dos ambientes;
- II. Desinfetar com álcool a 70% locais frequentemente tocados como: maçanetas, interruptores, telefone, teclado do computador, controle remoto, elevadores e outros;
- III. Manter os ambientes arejados e ventilados a maior parte do tempo;
- IV. Usar luvas de borracha próprias para limpeza. Além de evitar o contato direto com produtos químicos que podem causar danos às mãos, protegem diante da possibilidade de contato com microrganismos;
- V. Recomenda-se a varredura úmida dos ambientes, com mops ou rodo e panos de limpeza. Desta forma é possível evitar a dispersão de microrganismos veiculados pelas partículas de pó;
- VI. Os panos utilizados na higienização devem estar sempre limpos e alvejados.

3. Orientações para entrar em casa

- I. Ao voltar para casa, não toque em nada, antes de se higienizar;
- II. Tire os sapatos;
- III. Tire a roupa e coloque em molho de água e sabão. Lave o mais rápido possível;
- IV. Deixe bolsa, carteira, chaves, etc, em uma caixa na entrada;
- V. Tome banho. Se não puder, lave bem todas as áreas expostas;
- VI. Limpe seu celular e os óculos com sabão e água ou álcool;
- VII. Limpe as embalagens que trouxe de fora antes de guardar;
- VIII. Lembre-se que não é possível fazer uma desinfecção total, o objetivo é reduzir o risco.

a
Okama

Paulo
[Signature]

[Signature]
[Signature]

[Signature]



4. Orientações para sair de casa

- I. Ao sair, use roupas de manga longa e calça comprida;
- II. Prenda o cabelo e evite usar brincos, anéis, correntinhas;
- III. Evite utilizar o transporte público;
- IV. Leve lençinhos descartáveis e use-os para tocar as superfícies;
- V. Lave ou higienize suas mãos após tocar em qualquer objeto ou superfície;
- VI. Evite usar dinheiro. Se necessário, imediatamente higienize suas mãos;
- VII. Não toque seu rosto antes de higienizar suas mãos;
- VIII. Mantenha distância das pessoas (no mínimo 2 metros).

Bruno Vagaes

Deise Suemi Hayashi Kotaka

Lais Gomes da Silva

Luiz Augusto de Souza Loredo

Paulo Sérgio Licursi Vieira

Rafael de Paula Souza

Vanessa Cristina Luquini

Veronica Sanches Gomes