

ORIENTAÇÕES À COMUNIDADE ACADÊMICA PARA PREVENÇÃO, MONITORAMENTO E CONTROLE DA COVID-19



SESMT
Serviços Especializados em
Segurança e Medicina do Trabalho



FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO

**CENTRO DE OPERAÇÕES DE EMERGÊNCIA EM SAÚDE
PARA A EDUCAÇÃO DA FUPF (COE-E FUPF)**

**PLANO DE
CONTINGÊNCIA
PARA PREVENÇÃO,
MONITORAMENTO
E CONTROLE DO
NOVO CORONAVÍRUS
– COVID-19**

**JUNHO 2020
REVISADO E AJUSTADO EM JULHO DE 2021**



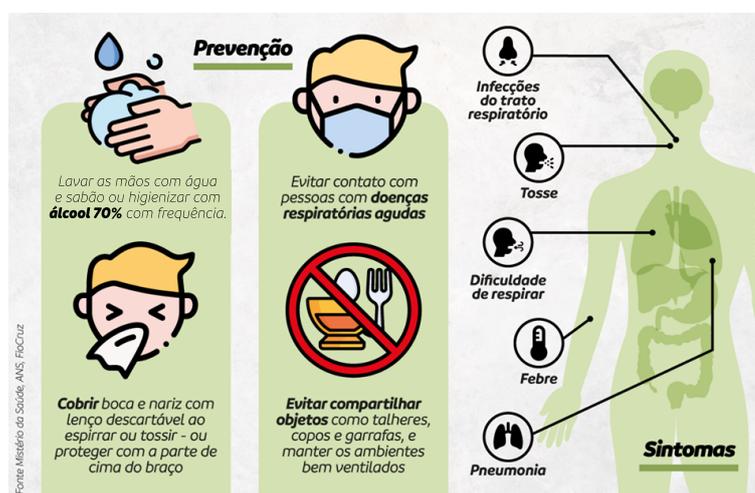
Orientações aos acadêmicos para o retorno gradual e seguro às atividades presenciais

A Covid-19 é uma doença viral com alta contagiosidade. Para o retorno seguro às atividades presenciais, precisamos nos manter em cuidado constante. Neste sentido, seguem algumas orientações importantes:

■ Quando suspeitar da doença?

Indivíduo com quadro respiratório agudo, caracterizado por pelo menos dois (2) dos seguintes sinais e sintomas:

- febre (mesmo que referida);
- calafrios;
- dor de garganta;
- dor de cabeça;
- tosse, coriza;
- distúrbios olfativos ou gustativos;
- diarreia



Também devem ser observados outros sintomas como: dor no corpo e articulações, cansaço, dor torácica.

■ Quais os cuidados a observar antes de sair de casa e em direção à Instituição?

- utilizar roupas, calçados e bolsas de fácil higienização;
- não utilizar adornos como anéis, pulseiras, entre outros;
- manter as unhas curtas e, se optar em utilizar esmalte, mantê-lo íntegro;
- manter os cabelos presos, evitando levar a mão à face para arrumá-los;
- o uso da máscara de proteção facial, cobrindo nariz e boca, é obrigatório em todos os espaços da instituição em tempo integral;
- trazer uma garrafa com água diariamente, pois a hidratação é uma medida importante neste momento e, por medida de segurança, os bebedouros continuarão interditados;
- observar atentamente sintomas que possam ser compatíveis com Síndrome Gripal;
- verificar sua temperatura corporal diariamente.

Se apresentar sintomas ou temperatura maior ou igual a 37,8°C, não se dirigir à Universidade e procurar orientação médica.

■ Quais os cuidados ao chegar na Instituição?

- o uso da máscara de proteção facial, cobrindo nariz e boca, é obrigatório em todos os espaços da instituição em tempo integral;



- seguir as indicações de fluxos de acesso e saída dos prédios evitando o contra fluxo e a possibilidade do não cumprimento do distanciamento seguro;

- lavar as mãos ou utilizar solução alcoólica 70 % na chegada, ao acessar seu prédio ou laboratório;

■ Quais os cuidados a observar durante suas atividades acadêmicas na Instituição?

- trazer sempre os seus materiais de casa, evitando compartilhar com colegas;

- não compartilhar utensílios como copos, garrafas e chimarrão;

- utilizar as medidas de etiqueta respiratória ao tossir e espirrar, usando lenços descartáveis, quando necessário;



- lavar as mãos ou utilizar solução alcoólica 70 % com frequência, principalmente antes de levar às mãos à face, antes e após tocar em superfícies ou objetos de uso comum;



- respeitar os distanciamentos indicados;

- quando necessitar ir a áreas de convivência ou bibliotecas, manter os cuidados e permanecer o menor tempo possível;

- quando indicada a utilização de Equipamentos de Proteção Individual, utilizar os recomendados nos protocolos da Instituição, de forma correta e consciente;

- realizar o descarte de máscaras profissionais nas lixeiras indicadas (resíduo infectante);

- observar os cartazes de orientações fixados nos ambientes da Universidade.

HIGIENIZE AS MÃOS: SALVE VIDAS

Higienização Simples 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. Ensaioe 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.

Para a técnica de Higienização Anti-séptica das mãos, seguir os mesmos passos e substituir o sabonete líquido comum por um associado a anti-séptico.

ANVISA
Agência Nacional de Vigilância Sanitária

Ministério
da Saúde



■ O que fazer se há suspeita da doença ou quando há contato domiciliar com caso suspeito ou confirmado?

- em caso de apresentar sintomas de Síndrome Gripal ou possuir um familiar suspeito ou confirmado para COVID-19, não saia de casa, não saia de seu domicílio e procure orientações médicas;



- informe ao seu professor e coordenador e faça as comunicações conforme indicado no site www.upf.br/coronavirus;



- se indicado o isolamento domiciliar, respeite as orientações e somente retorne as suas atividades após o término do período determinado, a fim de evitar a transmissão do vírus para outras pessoas da comunidade.

■ Quais são os contatos de referência, na Instituição, para buscar orientações durante as atividades acadêmicas presenciais, se necessário?

Entre em contato com:

VIGILÂNCIA EM SAÚDE
(54) 3046-0097

CAIS PETRÓPOLIS
(54) 3327-2829

CAIS BOQUEIRÃO
(54) 3313-3875

CAIS SÃO CRISTÓVÃO
(54) 3335-1949

OU COM O SETOR DE MEDICINA DO TRABALHO
(54) 3316-8301 | (54) 3316-8150 | 3316-8149 | sesmt@upf.br

Se você apresentar algum dos sintomas, durante as atividades acadêmicas presenciais, busque os contatos de referência acima.

Consulte o site www.upf.br/coronavirus para se manter informado acerca dos cuidados necessários e esclarecido quanto aos movimentos institucionais em prevenção à Covid-19 no retorno gradual às atividades presenciais.

Informativo com os procedimentos operacionais padrão em prevenção à Covid-19

A comunidade acadêmica, de modo geral, deve observar os seguintes procedimentos:

- manter atualizados, na intranet da Instituição, os dados cadastrais e contatos de emergência; 
- evitar o compartilhamento de materiais e objetos de qualquer natureza;
- priorizar a realização de reuniões por videoconferência, evitando a forma presencial;
-  - observar os fluxos de sentido único para entrada, permanência, circulação e saída, visando resguardar o distanciamento mínimo obrigatório e evitar aglomerações;
- respeitar o distanciamento mínimo obrigatório que, nas instituições de ensino, é de um metro e meio (1,5m) de distância entre pessoas com máscara de proteção;
- respeitar a organização das salas de aula de forma que os alunos se acomodem individualmente em carteiras, respeitando o distanciamento mínimo obrigatório.

■ Atenção aos procedimentos para entrada/saída das Unidades

-  - Seguir os fluxos sinalizados de entrada e saída.
-  - Realizar a antissepsia das mãos com álcool gel 70%, disponibilizado na entrada de todos os locais.
- O acesso aos prédios da Instituição está condicionada à utilização da máscara de proteção facial.

■ Dos serviços de alimentação em cantinas e no Centro de Convivência

- Observar as orientações municipais vigentes durante a pandemia específicas aos serviços em cantinas e restaurantes.
- Seguir os fluxos sinalizados de entrada e saída.
- Realizar a higienização das mãos com água e sabão ou com álcool gel 70%.
- Respeitar o distanciamento de um metro e meio (1,5m) de distância entre pessoas com máscara de proteção facial (exemplo: em circulação) e de dois metros (2,0m) de distância entre pessoas sem máscara (exemplo, durante as refeições).
- Evitar compartilhar alimentos e não utilizar os mesmos utensílios, como copos, talheres, pratos, etc.

- A intensidade na limpeza (bancos, suportes de apoio, pisos, etc.) nos ônibus e carros da FUPF está maior, com a higienização dos veículos a cada conclusão de roteiro com álcool 70% (volante, maçanetas, assentos, painel).
- Quando em circulação, as janelas dos veículos devem estar abertas (ou com o máximo possível de circulação do ar). Não utilizar o ar condicionado durante o enfrentamento da pandemia do coronavírus.
- No transporte para os *campi*, a mesma logística do ônibus interno e as orientações da legislação vigente na pandemia do coronavírus para o transporte intermunicipal devem ser observadas.

■ Medidas para identificação de casos suspeitos

Os funcionários, professores e alunos que estiverem apresentando sintomas gripais ou forem contatos domiciliares de casos suspeitos ou confirmados não deverão comparecer às atividades presenciais e devem observar os fluxos divulgados à comunidade acadêmica pelos meios de comunicação oficiais da FUPF (www.upf.br/coronavirus)

■ Medidas de identificação de casos suspeitos e confirmados

As medidas a serem adotadas em casos de suspeita ou confirmação de COVID-19 na comunidade acadêmica passam pelas etapas de:

- orientação ao paciente e informação imediata ao COE-E Local, caso apresentem sintomas de síndrome gripal e/ou convivam (no mesmo domicílio) com pessoas sintomáticas;
- encaminhamento a uma sala de isolamento para casos que apresentem sintomas de síndrome gripal, e posteriormente, à rede de saúde:

Salas de Isolamento FUPF

- *Campus I* - ICB - I5 - sala 214
- *Campus I* - Agronomia - H1 - sala 905
- *Campus I* - FEAC - B6 - recepção do auditório
- *Campus II* - Sala dos professores próxima às secretarias dos cursos
- ICB - I5 - sala 214
- Agronomia - H1 - sala 905
- FAED - Sala de Reuniões
- *Campus II* - Sala dos professores
- CEMI - Sala 8
- *Campi* CASCA - Sala 101
- *Campi* SARANDI - Sala 14
- *Campi* SOLEDADE - Sala 3A
- *Campi* CARAZINHO - Mini auditório
- *Campi* LAGOA - Sala 103

- reforço na limpeza dos objetos e das superfícies utilizadas pelo caso suspeito, bem como da área de isolamento;
- articulação com a rede de saúde do município para os encaminhamentos cabíveis, conforme protocolos definidos pelos órgãos sanitários;
- indivíduos assintomáticos que residam na mesma casa que um caso suspeito ou confirmado de COVID-19 (contactantes domiciliares): devem ser afastados e permanecer em isolamento domiciliar por 14 dias a contar da data de início de sintomas do contato, ou da coleta do PCR em caso de o contato ser assintomático;
- previsão de substituições na eventualidade de absenteísmo de trabalhadores e alunos em decorrência de tratamento ou isolamento domiciliar por suspeita ou confirmação de COVID-19.

■ **Medidas para promover, orientar e fiscalizar o uso de equipamentos de proteção individual – EPIs**

A FUPF disponibiliza os Equipamentos de Proteção Individual indicados, conforme a atividade desenvolvida, seguindo o Anexo B do Plano de Contingência para Prevenção, Monitoramento e Controle do Novo Coronavírus - COVID-19.

Medidas de higienização e sanitização de ambientes

■ **Da limpeza e desinfecção**

- Professores e funcionários devem manter a organização dos laboratórios, salas e espaços para promover a segurança em saúde nesses locais.
- A limpeza de bancadas, mesas, computadores (e seus acessórios), telefones, entre outros, deve ser realizada por seus usuários ao início e término do uso. É disponibilizado álcool 70% e papel descartável para a desinfecção das mesas e bancadas em cada ambiente.
- Sempre que for imprescindível a utilização de material compartilhado, deve-se realizar a desinfecção antes e depois do uso. Para a desinfecção dos equipamentos e materiais de uso comum nas dependências dos laboratórios e salas, o usuário (professor, funcionário e aluno) deverá utilizar álcool 70% antes e após a sua utilização.
- Os ambientes devem ser higienizados com maior frequência.
- Os banheiros devem ser higienizados duas vezes a cada turno, no mínimo.
- Portas e janelas dos laboratórios, salas e setores devem ser mantidas abertas sempre que possível.
- O uso dos aparelhos de ar condicionado deverá ser evitado. Excepcionalmente, poderão ser utilizados em situações essenciais para o conforto térmico no ambiente. A manutenção preventiva e limpeza deverá ser rigorosamente adotada.
- As lixeiras das salas de aula, banheiros, laboratórios e demais espaços devem ser esvaziadas com frequência, evitando o extravasamento. Observar o descarte de máscaras em lixeira adequada (identificadas como material infectante, com sacos brancos leitosos).
- As chaves devem ser higienizadas sempre que forem manuseadas.
- Os bebedouros deverão ser mantidos inativados, de acordo com as orientações da legislação sanitária durante a pandemia. Os equipamentos como as quentinhas, também deverão ter seu uso desativado neste período.
- Áreas comuns, como paradas de ônibus e corredores principais, devem ser higienizados duas vezes por semana.



Medidas de higiene pessoal e distanciamento social

■ Da etiqueta respiratória

- Utilizar máscaras não profissionais de tecido em todos os espaços da Universidade e na circulação entre os mesmos, de acordo com a normativa estabelecida via decretos governamentais, considerando que seu uso é obrigatório em quaisquer vias públicas/privadas.
- Respeitar o distanciamento de 1,5m entre as pessoas, evitando aglomerações.
- Evitar comportamentos sociais, tais como aperto de mãos, abraços e beijos.
- Lavar com frequência as mãos, com água e sabão, ou, na impossibilidade, higienizá-las com álcool em gel 70%, seguindo as técnicas recomendadas pela Anvisa.
- Cobrir o nariz e a boca com lenço de papel ou com o braço ao tossir ou espirrar, e não com as mãos.
- Usar lenços descartáveis para higiene nasal e bucal e descartá-los imediatamente em lixeira com tampa.
- Evitar tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas.
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como chimarrão, talheres, toalhas, pratos e copos. Neste período, não deverão estar disponíveis térmicas (café, chá, sucos, etc.) de uso comum.
- Evitar contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos, se estiver doente, permanecendo em isolamento domiciliar até a recuperação.

■ Orientações gerais para o uso da máscara de proteção facial

- o uso da máscara de proteção facial, cobrindo nariz e boca, é obrigatório em todos os espaços da instituição em tempo integral;
- deve cobrir totalmente a boca e nariz, sem deixar espaços nas laterais;
- fazer a adequada higienização das mãos com água e sabão líquido ou com preparação alcoólica a 70%, antes de colocar a máscara e após a sua retirada;
- para colocá-la, segurar somente pelos elásticos laterais, e, em seguida, ajustar na face;
- não colocar a máscara sobre mesas, objetos, teclado do computador, entre outros;
- quando necessitar retirá-la, segurar pelos elásticos e guardá-la em embalagem de papel limpa e de uso pessoal;
- não utilizar a máscara por período longo de tempo (máximo de 3 horas);
- trocar após esse período e/ou sempre que estiver úmida, com sujeira aparente, danificada ou se houver dificuldade para respirar.

■ Limpeza:

- a máscara deve ser lavada separadamente de outras roupas;
- lavar previamente com água corrente e sabão neutro, deixando de molho por 30 minutos nesta solução;

- se preferir, poderá imergir a máscara em solução de hipoclorito 0,04% durante 30 minutos. Para isso, utilize duas colheres de sopa de uma solução de água sanitária (2,0-2,5%) em um litro de água;
- enxaguar bem em água corrente, para remover qualquer resíduo de desinfetante;
- evitar torcer a máscara com força (para não danificar o tecido) e deixe-a secar;
- passar com ferro quente;
- garantir que a máscara não apresenta danos (menos ajuste, deformação, desgaste, etc.), ou você precisará substituí-la;
- guardar em um recipiente fechado, não hermético.



SESMT
Serviços Especializados em
Segurança e Medicina do Trabalho

