

# ORIENTAÇÕES INDIVIDUAIS

todos devem adotar as medidas individuais de prevenção e proteção

- Lavar correta e frequentemente as mãos com água e sabão (Anexo);
- Higienizar com álcool 70% sempre que não for possível a lavagem das mãos e após tocar superfícies ou objetos que tragam risco, como: maçanetas das portas, corrimãos, botões de elevador, relógio de ponto eletrônico e após o uso de meios de transportes, entre outros;
- Limpar com frequência as superfícies e os equipamentos de contato: teclado, mouse, bancadas, balcões, mesas, telefones, entre outros;
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como escovas de dente, toalhas, copos e talheres;
- Fazer uso de garrafas individuais para o consumo de água, evitando o contato direto da boca com as torneiras dos bebedouros;
- Evitar a prática de cumprimentar com aperto de mãos ou beijos;
- Seguir as regras de etiqueta respiratória para proteção em casos de tosse e espirros;

# ORIENTAÇÕES INDIVIDUAIS

todos devem adotar as medidas individuais de prevenção e proteção

- Buscar sempre que possível o afastamento entre as mesas de no mínimo 2m, de modo a aumentar a distância entre as pessoas (colegas, atendentes e atendidos); manter o ambiente arejado e com as janelas e portas abertas quando possível;
- Promover o distanciamento social de 2m, não permanecendo em locais com aglomerações e fechados, sem que isso seja de absoluta necessidade.
- Evitar, na medida do possível, viagens ou deslocamentos que não sejam estritamente necessários, mesmo para municípios vizinhos; 20.11 Passar pela barreira Sanitária na portaria da IES, respondendo os questionários e medindo a temperatura.
- Após o retorno de viagens de outras cidades, estados e países, comunicar o fato por e-mail à chefia imediata ou, no caso de discentes, ao coordenador do curso. Nessas situações, recomenda-se manter as atividades a distância por 15 (quinze) dias, contados a partir da data do retorno, ou até que um diagnóstico descarte a ocorrência da doença. A comprovação documental da viagem é de natureza obrigatória e deverá ser feita junto à chefia imediata ou à coordenação de curso.