

Plano de retorno

Novas Rotinas Gerais

O uso de máscaras descartáveis ou de tecido será *obrigatório acima de 12 anos* e incentivado para crianças de 4 a 11 anos.

O novo coronavírus pode ser espalhado por gotículas suspensas no ar quando pessoas infectadas conversam, tosem ou espirram. Essas gotículas podem ter sua formação diminuída pelo uso de máscaras não profissionais/tecido. Essas máscaras atuam como barreiras físicas, diminuindo a exposição e o risco de infecção para a população em geral.

Máscaras faciais

Tipos:

Máscara Cirúrgica Descartável:

é utilizada por profissionais da saúde. A máscara cirúrgica descartável tem maior eficácia do que as máscaras de tecido e deve ser trocada a cada 3 horas e/ou quando estiver úmida, danificada ou suja. As máscaras são de uso individual e não podem ser compartilhadas.



Máscara de Tecido:

de uso não hospitalar e de baixo custo que pode ser lavada e reutilizada (até 30 vezes) desde que respeitados os critérios para isto. Não oferecem total proteção contra infecções, mas reduzem sua incidência.

A máscara de tecido deve seguir as normas da ABNT PR 1002:2020 quanto ao número ideal de camadas, cobrindo totalmente a boca e o nariz, sem deixar espaços nas laterais. Deve ser confeccionada com tecido confortável e adaptar-se bem ao rosto, para evitar sua recolocação constante.

Idealmente as máscaras de tecido devem ser trocadas a cada 3 horas e/ou sempre que estiverem umedecidas, danificadas ou com sujidades visíveis.

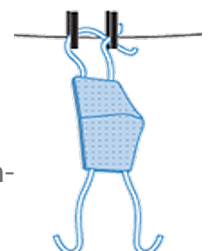
As máscaras são de uso individual e não podem ser compartilhadas.

Os colaboradores poderão optar pelo tipo de máscara (tecido ou descartável) conforme sua preferência

Cuidados com as máscaras

Lavagem das máscaras de tecido

- A máscara deve ser lavada separadamente de outras roupas;
- Lavar previamente com água corrente e sabão neutro;
- Deixar de molho em uma solução de água com água sanitária (hipoclorito) ou outro desinfetante equivalente de 20 a 30 minutos;



Plano de retorno

- Solução de água sanitária (2,5%) com água, por exemplo, diluir de 2 colheres de sopa de água sanitária em 1 litro de água;
- Enxaguar bem em água corrente, para remover qualquer resíduo de desinfetante;
- Evite torcer a máscara com força e deixe-a secar;
- Passar com ferro quente.



Troca da máscara

Todos os colaboradores deverão ter o número de máscaras suficiente para garantir a troca durante o período de atividades no Colégio. A máscara utilizada deverá ser colocada em um saco de papel descartável ou recipiente de plástico com tampa que deve ser higienizado com álcool 70% após o uso.

As máscaras descartáveis ou de tecido requerem cuidado ao serem manipuladas e é necessário higienizar as mãos ao fazer a troca pela máscara nova.

Descarte da máscara utilizada

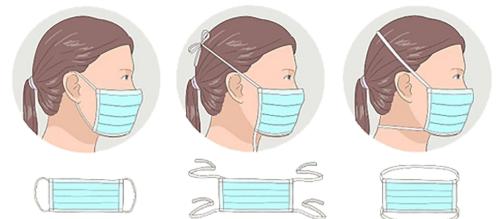
O descarte das máscaras descartáveis (ou mesmo as de tecido após o tempo de uso indicado) deve ser feito em locais adequados e observando a higienização das mãos após o procedimento.

Máscara de tecido - Ao observar perda de elasticidade das hastes de fixação, ou deformidade no tecido que possam causar prejuízos à barreira, ou após 30 lavagens, as máscaras de tecido devem ser descartadas. É importante lavar as máscaras antes de jogá-la fora e descartar na lixeira de lixo orgânico na residência.

Máscara Descartável - A cada 3 horas de uso, as máscaras devem ser descartadas em lixo infectante imediatamente.

Instruções de Colocação e Retirada de Máscara

- Antes de colocar a máscara, as mãos devem ser lavadas com água e sabão ou higienizadas com álcool em gel (caso não tenha onde lavar as mãos antes do procedimento).
- Segure a máscara pela lateral e a coloque cobrindo o nariz e a boca prendendo o elástico atrás das orelhas ou amarrando os fios (caso a máscara seja com fita para dar nó).
- Durante o uso, evite tocar a máscara e caso a toque, higienize as mãos com água e sabão ou solução alcoólica 70%.
- Ajuste a máscara no nariz depois de colocar a máscara na cabeça e no rosto, segure-a na ponta do nariz com o indicador e o polegar.
- Ajuste a máscara no rosto e debaixo do queixo depois de prender bem a máscara, ajuste-a e cubra a boca e o nariz e passe a parte inferior do acessório por baixo do queixo.



Plano de retorno

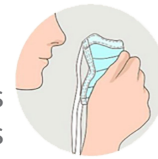
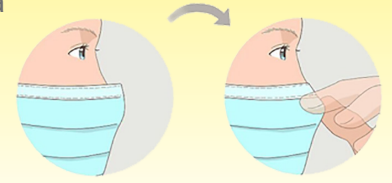
- Recomenda-se a troca da máscara a cada 3 horas ou sempre que a mesma estiver úmida ou com sinais de sujidade.

- Tire a máscara com cuidado.

- Toque as pontas e desfaça os nós sem encostar na parte da frente da máscara, que pode até estar contaminada.

- Caso a máscara seja de alças: Segure as alças com as mãos e tire-as de cada orelha.

- Caso a máscara seja de amarrar: Use as mãos para desfazer o nó das tiras inferiores e, depois das superiores. Remova a máscara segurando-a pelas tiras de cima.



Após retirar a máscara, higienize as mãos imediatamente.

Óculos de Proteção

Esse equipamento deve ser utilizado em situações onde o distanciamento social mínimo 1,5m não pode acontecer ou não existe barreira física entre as pessoas (exemplo divisórias de acrílico). Deve ser usado sempre combinado com a máscara facial.



Face Shield

Esse equipamento deve ser utilizado em situações onde o distanciamento social mínimo de 1,5m não pode acontecer ou não existe barreira física entre as pessoas (exemplo divisórias de acrílico), seu uso não dispensa o uso das máscaras faciais.



O uso de face shield/viseira plástica ou óculos de proteção se mostra como aliado como forma de proteção ocular onde temos aglomerações de pessoas em um ambiente e se mostra como alternativa mais viável do que a instalação de divisórias nas bancadas de trabalhos, por exemplo.

A face shield, deve ser utilizada pelos profissionais que estão alocados nas áreas de acesso (entrada e saída), dos colaboradores e alunos, realizando atividades onde não é possível o distanciamento (aferição de temperatura, trocando informações e orientações, entre outras).

1. Apoie a viseira do protetor facial na testa e passe o elástico pela parte superior da cabeça. No caso dos óculos, coloque da forma usual.

2. Os equipamentos devem ser de uso exclusivo para cada profissional, sendo necessária a higiene correta após o uso.

Higienização da Face Shield

Recomenda-se a higienização da Face Shield, sempre que estiver sujo e em três momentos específicos: No início das atividades laborais, antes do almoço, e ao final das atividades.

A limpeza dessas máscaras é prática e pode ser feita em poucos passos:

1. Retire a máscara;
2. Higienize suas mãos com álcool a 70%;
3. Aplique álcool em um pano ou papel macio e descartável;
4. Comece a limpeza pela parte interna em movimentos unidirecionais;
5. Repita na parte externa;

O colégio pode determinar área para guarda do dispositivo ao final das atividades. Para limpeza da face shield recomenda-se álcool 70% com pano macio ou papel.

Luvas de borracha

Tipos:

Luvas de Procedimentos Descartáveis: devem ser utilizadas em momentos em que há risco ou contato com secreções humanas, exemplo no auxílio nos banheiros da educação infantil e nas enfermarias. As luvas devem ser utilizadas sempre com uso de máscaras faciais e/ou óculos de proteção.

Luvas de Borracha: devem ser utilizada em momentos de limpeza de ambientes e retirada de resíduos, exemplo na limpeza de banheiros. Essas luvas não são descartáveis, porém são de uso individual e não podem ser compartilhadas por várias pessoas. Precisam ser higienizadas com água e sabão neutro após o uso e armazenadas adequadamente.





























Instruções para Retirada Correta das Luvas








- 1 - Com uma mão, pince o lado de fora da luva, na altura do punho. Procure não tocar a pele.
- 2 - Puxe a luva para fora da mão, puxando-a de dentro para fora.
- 3 - Segure a luva removida com a outra mão que ainda está com luva.
- 4 - Remova a segunda luva inserindo os seus dedos por dentro dela na altura do punho.
- 5 - Vire a segunda luva de dentro para fora enquanto a puxa para fora da mão de forma a manter a primeira luva dentro da segunda.
- 6 - Descarte as luvas em lixeiras fechadas. Não as reutilize.
- 7 - Higienize as mãos, imediatamente, após retirar as luvas.

Plano de retorno

Tabela de EPIs por ambiente

Ambientes	EPIs	Observações
Portaria e Recepções	   máscara + óculos ou Face Shield	Indicação: seguranças e colaborador responsável pela gestão de fila; Óculos e Face Shield são de uso individual. E devem ser limpos 3x ao dia ou quando necessário.
Áreas de atendimento salas administrativas/ estações de trabalho onde for possível manter distanciamento de 1,5m	 Máscara tecido ou descartável	Indicação: para todos, troca a cada 3 horas.
Balcões e áreas de atendimento, salas administrativas / e locais onde não for possível manter distanciamento de 1.5m ou não existe barreira física entre as pessoas (exemplo: divisórias de acrílico).	   máscara + óculos ou Face Shield	Indicação: para todos óculos ou face shield devem ser limpos 3x ao dia ou quando necessário.
Elevadores	 Máscara tecido ou descartável	Indicação: para todos
Enfermaria	    máscara + óculos ou Face Shield + luvas	Indicação: Equipe Enfermagem. Luvas descartáveis: utilizar sempre que há risco ou contato com secreções humanas. (deve-se realizar higiene das mãos antes e após uso).
Banheiros e Vestiários coletivos	   	Indicação: Equipe de Higiene. Luvas de borracha não são descartáveis, porém são de uso individual. Devem ser utilizadas na limpeza de ambientes e retirada de resíduos, limpeza de banheiros e vestiários.
Salas de Aula com distanciamento de 1.5m entre as carteiras (público-alvo: Alunos)	 Máscara tecido ou descartável	Indicação: para todos, troca a cada 3 horas.
Salas de Aula COM distanciamento de 2m entre o professor e primeira fileira de alunos (público alvo : professor)	 Máscara tecido ou descartável	Indicação: para todos, troca a cada 3 horas.
Salas de Aula SEM distanciamento de 2m entre o professor e alunos (público alvo : professor do infantil)	  Máscara descartável e face shield	Indicação: para todos. Caso a criança venha a pegar nos óculos, é mais seguro retirá-los e permanecer apenas de máscara.
Salas dos Professores com distanciamento de 1,5m entre as estações de trabalho	 Máscara tecido ou descartável	Indicação: para todos, troca a cada 3 horas.
Salas de Reunião onde for possível manter distanciamento de 1.5m	 Máscara tecido ou descartável	Indicação: para todos
Salas de Reunião onde não for possível manter distanciamento de 1.5m e não existir barreira física entre as pessoas	   máscara + óculos ou Face Shield	Indicação: para todos. Óculos e Face Shield são de uso individual. E devem ser limpos 3x ao dia ou quando necessário.
Áreas de Alimentação lanchonetes, copas, refeitórios e praças de alimentação	 Máscara tecido ou descartável	Indicação: para todos. Só deve ser retirada no momento da alimentação, necessário disponibilizar dispositivo para guarda de mascaras.

Plano de retorno

Cozinha Público-alvo: para colaboradores que têm contato direto com preparo de alimentos (fogão).		Indicação: para todos, troca a cada 3 horas ou se apresentar umidade ou sujidade.
Tenda de Atendimento	 máscara descartável + Face Shield+ avental descartável + luvas descartáveis	Indicação: realizar a troca da máscara descartável a cada 3 horas, efetuar a higienização da Face Shield a cada atendimento e realizar a troca do avental e das luvas descartáveis a cada atendimento
Cozinha Público-alvo: para colaboradores que não têm contato direto com fogo.	 máscara + óculos	Indicação: para todos. Uso individual troca a cada 3 horas ou se apresentar umidade ou sujidade.
Playground	 Máscara tecido ou descartável	Indicação: para todos. Uso individual e troca a cada 3 horas ou se apresentar umidade ou sujidade.
Salas de espera Público-alvo: pais de alunos, colaboradores e terceirizados	 Máscara tecido ou descartável	Indicação: para todos. Uso individual e troca a cada 3 horas ou se apresentar umidade ou sujidade.
Papelaria	 Máscara tecido ou descartável	Indicação: para todos. Uso individual e troca a cada 3 horas ou se apresentar umidade ou sujidade.
Biblioteca Público-alvo: alunos e colaboradores e terceirizados	 Máscara tecido ou descartável	Indicação: para todos. Uso individual e troca a cada 3 horas ou se apresentar umidade ou sujidade.
Sala de Descanso		O professor não consegue manter o distanciamento mínimo de 1,5m.

Obs: O tipo de EPI a ser utilizado deve seguir a atividade desenvolvida pelo profissional ou aluno, e deve ser trocado seguindo as orientações desse guia