

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

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

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

**JULHO 2020**

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

A retomada gradual está baseada nas recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) através dos pilares aplicados para o retorno das atividades:

- A transmissão do vírus deve estar controlada;
- Medidas preventivas devem ser implementadas em locais de trabalho, escolas e outros locais onde a circulação de pessoas seja essencial;
- A sociedade deve estar plenamente educada, engajada e empoderada para aderir à novas normas de convívio social. Neste sentido, seguem algumas orientações importantes:

### Quais são os sintomas da doença?

O quadro clínico inicial da doença é uma Síndrome Gripal, cujos sintomas são caracterizados por:

- Sensação febril ou febre, mesmo que não aferida, acompanhada de:
- Tosse;
- Ou dor de garganta;
- Ou coriza;
- Ou dificuldade respiratória.

### Também devem ser observados sintomas envolvendo outros sistemas, como:

- Gastrointestinais: diarreia, náuseas, vômitos e dor abdominal;
- Neurológicos: dor de cabeça, alteração do paladar e olfato, tonturas;
- Sintomas gerais: dor no corpo, dores articulares, cansaço, dor torácica.

**Importante:** verifique sua temperatura corporal, diariamente, antes de sair de casa.

### Portanto, NÃO SE DIRIJA ÀS ATIVIDADES ACADÊMICAS quando apresentar:

- Temperatura igual ou superior a 37,8 °C;
- Dois ou mais sintomas acima relatados;
- Ou quando alguém de seu convívio domiciliar seja suspeito ou confirmado para a COVID-19.

**Importante:** avise seu professor e o coordenador de seu curso para os encaminhamentos acadêmicos.

## **Quais os cuidados que devemos observar antes de sair de casa?**

- 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;
- Utilizar sempre a máscara não profissional;
- Trazer uma garrafa com água diariamente, pois a hidratação é uma medida importante neste momento e, por medida de segurança, os bebedouros continuarão desativados;
- Observar atentamente sintomas que possam ser compatíveis com Síndrome Gripal;
- Verificar sua temperatura corporal diariamente.

## **Quais os cuidados ao chegar na FAHOR?**

- Manter sempre o uso da máscara não profissional;
- 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;
- Passar sempre pelos locais indicados para a aferição de sua temperatura corporal.

## **Quais os cuidados a serem observados durante suas atividades acadêmicas na FAHOR?**

- 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, a face, antes e após tocar em superfícies ou objetos de uso comum;
- Respeitar os distanciamentos indicados;
- Quando necessitar ir a áreas de convivência ou Biblioteca, 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;
- Observar os cartazes de orientações fixados nos ambientes da Faculdade com as orientações a serem seguidas.

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

- Em caso de apresentar os sintomas de Síndrome Gripal ou possuir um familiar suspeito ou confirmado para COVID-19, não saia de sua casa e procure orientações através dos números de atendimento de sua cidade;
- Informe ao seu professor e coordenador;
- 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 FAHOR, para buscar orientações durante as atividades acadêmicas presenciais, se necessário?

CONTATOS	E-MAIL	TELEFONE
Adalberto Lovato	lovato@fahor.com.br	
Cláudia Verдум Viegas	claudiav@fahor.com.br	
Darciane Eliete Kerkhoff	darcianee@fahor.com.br	
Marcelo Blume	marcelo@fahor.com.br	(55) 3537 7750
Sedelmo Desbessel	sedelmo@fahor.com.br	
Valmir Beck	valmir@fahor.com.br	
Pedro Stein Cervo	pc003710@fahor.com.br	

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

**Consulte o site da FAHOR para se manter informado acerca dos cuidados necessários e esclarecimentos quanto às ações institucionais de prevenção ao COVID-19 no retorno gradual às atividades presenciais.**

# INFORMATIVO FAHOR

## Procedimentos operacionais padrão de prevenção ao 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, observando a capacidade dos espaços.
- Observar o teto de operação, dos quais a operação para as bandeira amarela e laranja considera 50% do total de estudantes (50/50 escala ou revezamento), restrito às atividades práticas de ensino essenciais para a conclusão do curso, à pesquisa e ao estágio curricular obrigatório. As atividades em laboratórios e plantão individualizado sob agendamento, serão de modo presencial restrito;
- Suspender, temporariamente, a utilização de sistema de registro de ponto biométrico;
- Evitar o uso de elevadores;
- 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;



### Atenção aos procedimentos para entrada/saída dos prédios e demais dependências:

- Seguir os fluxos sinalizados de entrada e saída;



- Realizar a antisepsia das mãos com álcool gel 70%, disponibilizado na entrada de todos os locais;
- O acesso aos prédios da Instituição está condicionado à utilização de máscara não profissional (pessoal) e à aferição da temperatura de todas as pessoas, por meio de termômetro digital infravermelho, vedando-se a entrada daquelas cuja temperatura registrada seja igual ou superior a 37,8°.



## Dos serviços de alimentação na Cantina e espaços de convivência

- a) A cantina deverá funcionar no sistema de delivery.
- b) As pessoas que desejarem ou necessitarem fazer um lanche, trazido de casa ou adquirido na cantina deverão observar as regras de higienização das mãos e utensílios, a fim de minimizar os riscos de contaminação.
- c) A cantina deverá:
  - Garantir a higienização regular do espaço, bem como de equipamentos e utensílios;
  - Disponibilizar material de higiene para o público (sabão líquido, álcool em gel e toalhas de papel);
  - Garantir que os funcionários utilizem Equipamento de Proteção Individual (EPIs), a exemplo de máscaras, entre outros;
  - 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 m) de distância entre pessoas sem máscara (exemplo, durante as refeições).
  - Garantir sistema para evitar a aglomeração;
  - Em caso de tosse/espirro descartar imediatamente qualquer alimento que tenha sido exposto, deixar o ambiente ventilado e limpar as superfícies que possam ter sido afetadas;
  - Organizar turnos especificamente para a limpeza, sem contato com as demais atividades do estabelecimento;
  - Reforçar a higienização dos banheiros da cantina que possuam pias para lavagem de mãos.





## Do transporte

### COLETIVOS E FRETADOS

- a) Todos os passageiros e funcionários devem sempre utilizar máscara e higienizar frequentemente as mãos com álcool em gel;
- b) Concordar e submeter-se a utilizar o termômetro digital infravermelho de testa para aferir a temperatura dos motoristas e outros usuários (estudantes) em todo início de rota;
- c) As frotas devem ser expandidas e o distanciamento entre pessoas deve ser garantido, mantendo uma distância mínima segura de 1,5 metro. Garantir o distanciamento mínimo 1,5 metro nos momentos de embarque e desembarque;
- d) Estimular que os passageiros sentem sempre em posições fixas para possibilitar a identificação de quem teve contato próximo em caso de transmissão;
- e) Todas as atividades de limpeza e higienização devem ser reforçadas.

### INDIVIDUAIS (CARROS PRÓPRIOS)

- a) Organizar esquemas de carona para diminuir a necessidade de transporte público ou fretado;
- b) Reforçar a higienização do volante, das janelas, do câmbio, das portas e todas as outras partes que são usualmente manuseadas;
- c) Quando o carro for utilizado por mais de uma pessoa, manter sempre os vidros abertos para facilitar a circulação do ar;
- d) Utilizar máscaras;
- e) Manter a maior distância possível uns dos outros e evitar o contato físico.

## Medidas para o grupo de risco

Estudantes pertencentes a um grupo de risco (com mais de 60 anos ou com comorbidades de risco, de acordo com o Ministério da Saúde) serão dispensados de participar das aulas práticas presenciais e poderão assistir, posteriormente, aos vídeos das atividades.

## Medidas para identificação de casos suspeitos

Estudantes, professores e colaboradores que apresentarem sintomas gripais ou forem contatos domiciliares de casos suspeitos ou confirmados não deverão comparecer às atividades presenciais e devem observar as informações divulgadas à comunidade acadêmica pelos meios de comunicação da FAHOR, especialmente no site: [www.fahor.com.br](http://www.fahor.com.br).



## **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:

- a) Orientação ao paciente e informação imediata ao COE FAHOR, caso apresentem sintomas de síndrome gripal e/ou convivam (no mesmo domicílio) com pessoas sintomáticas;
- b) Encaminhamento a uma sala de isolamento, preparada nos prédios CA, EP ou EM, para casos que apresentem sintomas de síndrome gripal, e posteriormente, à rede de saúde;
- c) Reforço na limpeza dos objetos e das superfícies utilizadas pelo caso suspeito, bem como da área de isolamento;
- d) Articulação com a rede de saúde do município para os encaminhamentos cabíveis, conforme protocolos definidos pelos órgãos sanitários;
- e) Orientação ao paciente sobre as medidas de isolamento domiciliar, até o resultado conclusivo da investigação do surto ou até completar o período de 14 dias de afastamento;
- f) 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 - EPI**

A FAHOR disponibiliza, os Equipamentos de Proteção Individual indicados, conforme a atividade desenvolvida, seguindo o Plano de Contingência para prevenção, monitoramento e controle de transmissão da COVID-19.



## Medidas de higienização e sanitização de ambientes

### Da limpeza e desinfecção

- a) Professores, funcionários e alunos devem manter a organização dos laboratórios, salas e espaços para promover a segurança em saúde nesses locais;
- b) 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 em gel 70% e papel descartável para a desinfecção das mesas e bancadas em cada ambiente;
- c) 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, colaborador e estudante) deverá utilizar álcool 70% antes e após a sua utilização;
- d) Os ambientes devem ser higienizados com maior frequência;
- e) Os banheiros devem ser higienizados duas vezes a cada turno, no mínimo;
- f) Portas e janelas dos laboratórios, salas e setores devem ser mantidas abertas sempre que possível;
- g) 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 realizada;
- h) As lixeiras das salas de aula, banheiros, laboratórios e demais espaços devem ser esvaziadas com frequência, evitando o extravasamento.
- i) As chaves devem ser higienizadas sempre que forem manuseadas;
- j) Os bebedouros continuarão desativados, de acordo com as orientações da legislação sanitária durante a pandemia. Os equipamentos como as quentinhas (aquecedores para água quente), também serão desativadas neste período;
- k) Áreas comuns, como paradas de ônibus e corredores principais, devem ser higienizados duas vezes por semana.

## Medidas de higienização e sanitização de ambientes

### Da etiqueta respiratória

- a) Utilizar máscaras não profissionais de tecido em todos os espaços da Faculdade 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;
- b) Respeitar o distanciamento de 1,5m entre as pessoas, evitando aglomerações;
- c) Evitar comportamentos sociais, tais como aperto de mãos, abraços e beijos.

## Medidas de higienização e sanitização de ambientes

- d) 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;
- e) Cobrir o nariz e a boca com lenço de papel ou com o braço ao tossir ou espirrar, e não com as mãos;
- f) Usar lenços descartáveis para higiene nasal e bucal e descartá-los imediatamente em lixeira com tampa;
- g) Evitar tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas;
- h) Não compartilhar objetos de uso pessoal, como chimarrão, talheres, toalhas, pratos e copos. Neste período, não estarão disponíveis térmicas de uso comum;
- i) Evitar contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos, se estiver doente, permanecendo em isolamento domiciliar até a recuperação.

## COMO LAVAR AS MÃOS DE FORMA ADEQUADA?



## Orientações gerais para uso de máscara facial não profissional

- a) A máscara é de uso individual e não deve ser compartilhada;
- b) Deve cobrir totalmente a boca e nariz, sem deixar espaços nas laterais;
- c) 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;
- d) Para colocá-la, segurar somente pelos elásticos laterais e, em seguida, ajustá-la na face;
- e) Não colocar a máscara sobre mesas, objetos, teclado do computador, entre outros;
- f) Quando necessitar retirá-la, segurar pelos elásticos e guardá-la em embalagem de papel limpa e de uso pessoal;



- g) Não utilizar a máscara por período longo de tempo (máximo de 3 horas);
- h) Trocar após esse período e/ou sempre que estiver úmida, com sujeira aparente, danificada ou se houver dificuldade para respirar.

### Como usar corretamente a máscara?



### Como fazer a limpeza da máscara?

- a) A máscara deve ser lavada separadamente de outras roupas;
- b) Lavar previamente com água corrente e sabão neutro, deixando de molho por 30 minutos nesta solução;
- c) 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;
- d) Enxaguar bem em água corrente, para remover qualquer resíduo de desinfetante;
- e) Evitar torcer a máscara com força (para não danificar o tecido) e deixe-a secar;
- f) Passar com ferro quente;
- g) Garantir que a máscara não apresenta danos (menos ajuste, deformação, desgaste, etc.), ou você precisará substituí-la.
- h) Guardar as máscaras limpas e secas em um recipiente fechado, não hermético.