



# ***CARTILHA DE PREVENÇÃO AO CORONAVÍRUS NA UNIFTC***





## ***Editorial***

*William Oliveira*  
(Presidente)

*Ihanmarck Damasceno*  
(Vice-presidente Acadêmico e de Relações Institucionais)

*Cristiano Lôbo*  
(Vice-presidente de Operações)

*André Nogueira Nazar*  
(Vice-presidente da Área de Saúde)

*Milena Oliveira*  
(Vice-presidente de Marketing e Relacionamento)

**Valdemir da Silva Ferreira**  
(Vice-presidente de Finanças)

**José Antônio Barata**  
(Vice-presidente de Estratégia, Organização e Tecnologia)

DESENVOLVIMENTO  
*Comissão Operacional de Emergência em  
Saúde da UniFTC*

TEXTO  
*Dra. Alessandra Argolo E.S. Carvalho*

# ***Olá!***

Os cuidados para evitar a propagação da Covid-19, continuam fazendo parte da nossa rotina acadêmica, ainda mais com o aparecimento de novas variantes.





# *Sumário*

***O NOVO CORONAVÍRUS (SARS-COV-2)***

***COMO A COVID É TRANSMITIDA***

***MEDIDAS GERAIS DE PROTEÇÃO***

***CUIDADOS AO SAIR DE CASA E NO  
TRAJETO***

***PROCEDIMENTOS AO CHEGAR NA UNIFTC***

***NORMAS GERAIS CONDUTA NO  
AMBIENTE ACADÊMICO***

***CUIDADOS AO CHEGAR EM CASA***

***O QUE FAZER SE ESTIVER COM SINTOMAS  
DA COVID***



# O NOVO CORONAVÍRUS (SARS-COV-2)

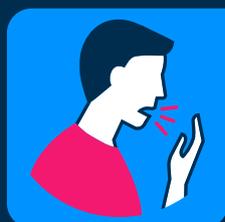
O novo coronavírus (SARS-CoV-2) é o agente causador da COVID-19, uma doença respiratória infecciosa emergente, identificada pela primeira vez na cidade chinesa de Wuhan em dezembro de 2019.

# COMO A COVID É TRANSMITIDA

A transmissão ocorre de uma pessoa infectada pelo vírus para outra ou por contato próximo ou por secreções contaminadas



*Gotículas de saliva*



*Espirro*



*Tosse*



*Catarro*



*Contato físico*



*Objetos*



*Superfícies*

# MEDIDAS GERAIS DE PROTEÇÃO

O novo coronavírus é bastante contagioso por isso, é importante para todos que você siga as medidas que ajudarão na sua proteção

## Como se proteger?



Use máscara



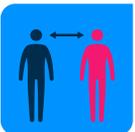
Evite tocar olhos, boca e nariz com as mãos não lavadas;



Lave as mãos com água e sabão ou use álcool em gel 70%;



Não compartilhe objetos pessoais como toalhas, talheres e copos;



Evite qualquer contato físico;



Evite aglomerações e mantenha os ambientes ventilados;



Se estiver doente, fique em casa até que se recupere;



Ao tossir ou espirrar, cubra o nariz e a boca com o cotovelo flexionado ou use lenço descartável.



# **CUIDADOS AO SAIR DE CASA E NO TRAJETO**

O cuidado começa antes de sair de casa:  
Lave suas mãos e rosto com água e sabão;  
Coloque sua máscara, evitando tocar a superfície externa;

Evite tocar olhos, nariz, boca e máscara com as mãos não lavadas;

Tente sair de casa com o mínimo possível. Por exemplo: evite levar a bolsa; leve apenas o necessário (carteira, documentos e chaves).

Lembre-se também de utilizar a menor quantidade possível de ornamentos (anéis, colares, brincos, etc).

Celular pode ser envolvido em filme PVC para facilitar a higienização.



# ***DURANTE SEU TRAJETO FIQUE ATENTO:***

Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos;  
Evite tocar olhos, nariz, boca e máscara com as mãos não lavadas;  
Leve álcool em gel a 70%, caso precise realizar a higienização das mãos no caminho;  
Se usar transporte público, evite encostar em superfícies, mantenha distância segura de outras pessoas.



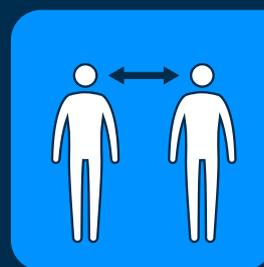
*Use máscaras*



*Higienize os calçados no tapete*



*Higienize as mãos com álcool gel*



*Mantenha o distanciamento físico seguro*

# ***PROCEDIMENTOS AO CHEGAR NA UNIFTC***

Nos preparamos para lhe receber.

Ao chegar no campus sua temperatura será verificada e você será orientado a higienizar os calçados no tapete com desinfetante e as mãos com álcool gel.

Lembre-se de estar utilizando máscara (de tecido reutilizável ou descartável), pois o acesso ao campus não será autorizado sem a mesma.

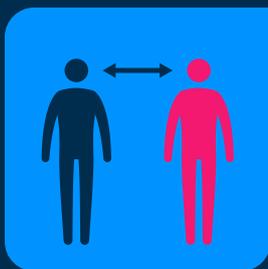
Estamos todos com saudades! Mas precisamos manter o distanciamento entre as pessoas e devemos evitar o contato físico com as pessoas e objetos.

# NORMAS GERAIS CONDUTA NO AMBIENTE ACADÊMICO

Quando estiver na UniFTC:



*Use máscara*



*Mantenha o  
distanciamento  
físico seguro*



*Evite contato físico*



*Evite tocar a boca, o nariz e  
os olhos*



*Faça higienização das  
mãos com álcool gel ao  
acessar o campus e sempre  
que entrar ou sair de algum  
ambiente*



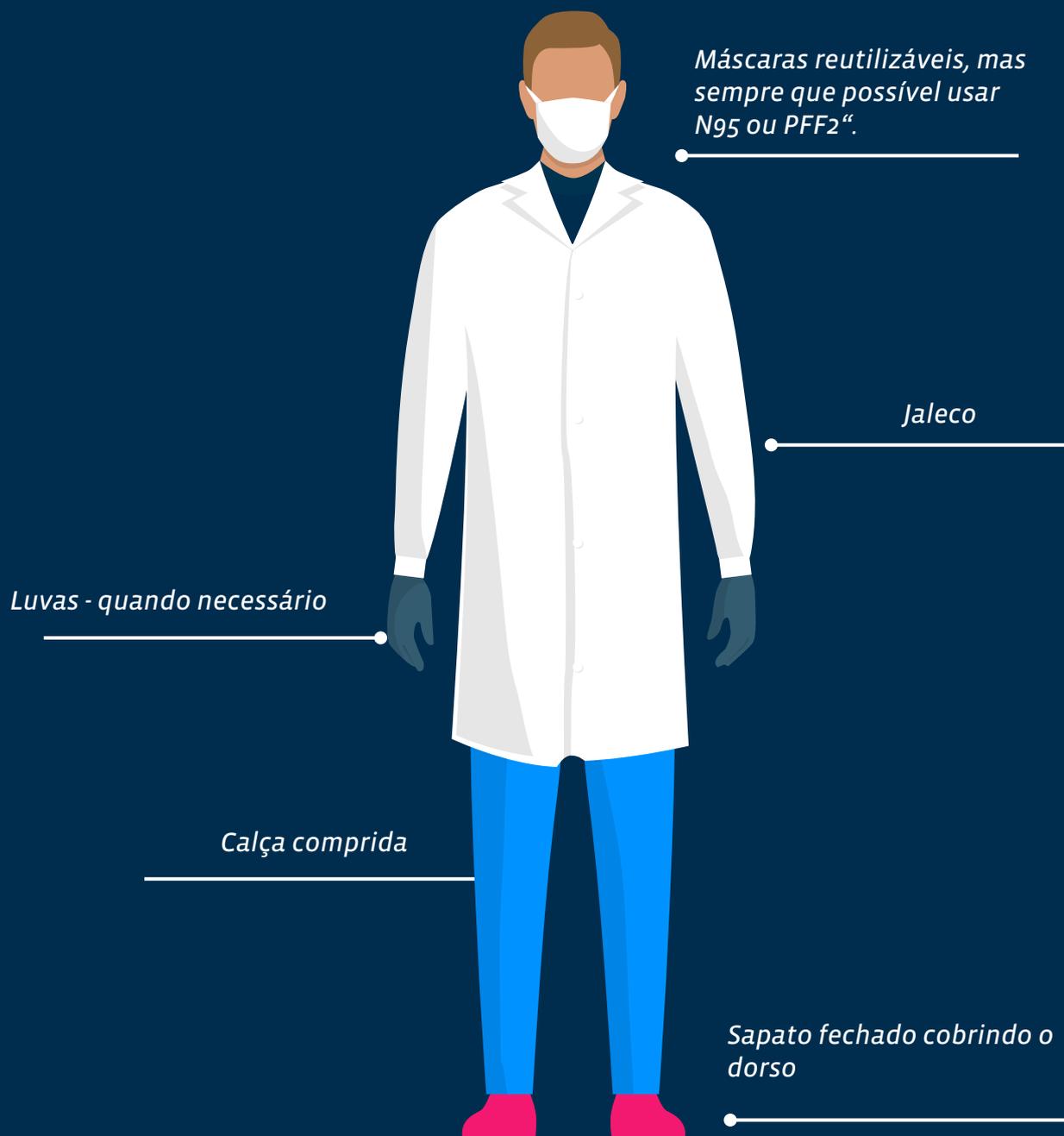
*Cubra o nariz e a boca com  
o cotovelo flexionado ou  
use lenço descartável ao  
tossir ou espirrar.*

# ***NORMAS GERAIS CONDUTA NO AMBIENTE ACADÊMICO***

Cada ambiente da UniFTC apresenta um nível de risco, que está relacionado ao tipo de atividade realizada no mesmo.

Fique atento aos Equipamentos de Proteção Individual específicos para cada ambiente e para cada tipo de procedimento

# PARA OS LABORATÓRIOS BÁSICOS E ESPECÍFICOS...



# PARA AS CLÍNICAS ODONTOLÓGICAS...

- Organize e confira o EPI necessário;

- Higienize as mãos antes de vestir o EPI;

- Ao final do atendimento; higienize as mãos a cada retirada de um dos componentes de EPI;

- Realize a desinfecção dos óculos de acordo com as recomendações sanitárias;

- Descarte seu EPI com segurança.



# PARA DETERMINADOS PROCEDIMENTOS NOS CONSULTÓRIOS DE SAÚDE...

- Organize e confira o EPI necessário;

- Higienize as mãos antes de vestir o EPI;

- Ao final do atendimento; higienize as mãos a cada retirada de um dos componentes de EPI;

- Realize a desinfecção dos óculos de acordo com as recomendações sanitárias;

- Descarte seu EPI com segurança.



# **CUIDADOS AO CHEGAR EM CASA**

É importante que você também adote procedimentos de prevenção ao retornar para sua casa.

Na entrada de casa, mantenha um pano com solução de água e hipoclorito de sódio (1 litro de água para uma colher de sopa de hipoclorito) para higienização dos calçados antes de entrar;

Retire os sapatos na entrada de casa. Não entre com o sapato sujo dentro da sua casa;

Higienize as mãos até a altura dos punhos e rosto com água e sabonete ou preparação alcoólica a 70%;  
Deixe bolsa, carteira, chaves e outros objetos pessoais em uma caixa na entrada de casa;

Higienize os objetos pessoais, como chave do carro, celular e relógio, com álcool 70%;

Mantenha uma área pré-determinada, onde você deverá deixar suas roupas e calçados antes de circular dentro de casa;

Lave, separadas das demais, as roupas usadas fora de casa;

Tome banho e higienize bem as áreas mais expostas como mãos, punhos, pescoço e rosto;

Cabelos, bigodes e barbas devem ser lavados com uso de shampoos e/ou sabonetes.

# O QUE FAZER SE ESTIVER COM SINTOMAS DA COVID

## Quais os sintomas?

*Podem ser similares aos sintomas de uma gripe, geralmente de leve a moderada, mas podem ocorrer casos graves também.*

## Os sintomas mais comuns são:



Febre



Tosse seca



cansaço

Outros sintomas menos comuns e que podem afetar algumas pessoas são: perda de paladar ou olfato, congestão nasal, conjuntivite, dor de garganta, dor de cabeça, dores nos músculos ou juntas, diferentes tipos de erupção cutânea, náusea ou vômito, diarreia, calafrios ou tonturas.

Cuide-se e junte-se a nós no  
Movimento pela Prevenção

REDE  
UNIFTC 