

# Medidas Preventivas no combate à Covid-19

## Capacitação para colaboradores do comércio do Município de Tambaú

Coordenadoria Municipal de Saúde  
Vigilância em Saúde



PREFEITURA MUNICIPAL DE  
**TAMBAÚ**





# Coronavírus

- Coronavírus é uma família de vírus que causam infecções respiratórias

Os sintomas da COVID-19 podem variar de um simples resfriado até uma pneumonia severa. Sendo os sintomas mais comuns:

- Tosse - Febre - Coriza - Dor de garganta - Dificuldade para respirar

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo por meio de:

- Toque do aperto de mão - Gotículas de saliva - Espirro - Tosse - Catarro
- Objetos ou superfícies contaminadas, como celulares, mesas, maçanetas, brinquedos, teclados de computador etc.

**Período de incubação: 2 a 14 dias**



# Plano Gradativo de Retomada das Atividades Econômicas

## Fase 1 : Início em 29 de maio de 2020

- Os Comércio e serviços em geral voltam a trabalhar exclusivamente com horário previamente agendado, sendo proibida a formação de filas de espera em frente aos estabelecimentos.
- 29/05: os setores de comércio e serviços em geral, ficam autorizados a retornar suas atividades presenciais de forma gradual e parcial.



# Fase 1

Os estabelecimentos devem seguir rigorosamente as medidas de segurança sanitária e administrativas:

- Intensificar as ações de limpeza em geral, com uso de hipoclorito de sódio;
- Disponibilizar álcool em gel nos ambientes principalmente na entrada do estabelecimento e local de pagamento;
- Disponibilizar máscaras cirúrgicas para profissionais da limpeza;
- Divulgar informações acerca da COVID-19 e das medidas de prevenção;
- Manter espaçamento mínimo de 2 (dois) metros entre as pessoas;
- Dar preferência para atendimentos por meio eletrônico com entrega por meio de delivery;



# Fase 1

- Reservar as duas primeiras horas de seu funcionamento para pessoas acima de 60 anos de idade e/ou com comorbidades;
- Os atendimentos presenciais deverão ser previamente agendados por telefone ou qualquer outro meio eletrônico, de modo a se evitar filas e aglomerações desnecessárias;
- Em sendo possível, estender o horário de expediente de segunda a sexta feiras das 08:00 às 19:00 horas e aos sábados das 08:00 às 17:00 horas.
- Adequar o número de funcionários por turno, para se evitar aglomerações e preservar o distanciamento de 02 metros;
- Utilização obrigatória de máscaras de proteção facial por todos, funcionários, clientes, dentre outros, devendo as mesmas serem trocadas a cada 04 horas.



# Fase 1

- O acesso e o número de pessoas no estabelecimento devem ser controlados com sinalização interna e externa;
- Poderão permanecer um cliente a cada 10 metros quadrados do estabelecimento, com 01 funcionário prestando atendimento;
- Manter todas as áreas ventiladas; Higienizar as mãos dos clientes, com álcool 70%, líquido ou em gel, na entrada e saída do estabelecimento;
- Coordenar melhor o fluxo de pessoas nas dependências do estabelecimento, ajustando entradas e saídas, e se necessário, isolando áreas do estabelecimento
- Distribuir comunicados pela loja que instruem os clientes sobre as normas vigentes no ambiente. Adotar medida de distanciamento do cliente aos balcões de atendimento; higienizar tais balcões com frequência.



## **Medidas preventivas - Colaboradores do comércio Município de Tambaú**

- Tanto homens como mulheres, devem evitar o uso de qualquer tipo de adornos, usar pouca maquiagem (o vírus se fixa mais na maquiagem), trabalhar de cabelo preso e não utilizar unhas compridas ou em gel que podem acumular sujidades e dificultar a desinfecção;
- Usar a máscara o tempo todo;
- Higienizar balcões e objetos de uso comum com álcool 70% ou, no caso de equipamentos que não sejam de metal, a higienização pode ser realizada com solução desinfetante à base hipoclorito de sódio ou água sanitária;
- Antes e após o atendimento, higienizar as mãos com água e sabão (preferencialmente) ou álcool 70%;



Passe sabão e molhe com água



Esfregue a palma de cada mão



Esfregue entre os dedos



Esfregue o polegar de cada mão



Lave o dorso de cada mão



Lave os punhos





## **Medidas preventivas - Colaboradores do comércio Município de Tambaú**

- Estabelecer, sempre que possível, a distância de 02 (dois) metros dos colegas de trabalho e manter distância de segurança dos clientes;
- Além das regras gerais de distanciamento, manter as regras de higiene já estabelecidas evitando apertos de mão ou qualquer outro contato físico, não esquecendo de higienizar as mãos com água e sabão ou usar álcool líquido/gel no mínimo a 70%;
- Utilizar bebedouros tipo filtro ou geláguia com recipientes próprios como garrafas, squeeze e copos, ambos higienizados com frequência;
- Não utilizar bebedouros coletivos cujo jato de água vá diretamente à boca do usuário;



# Permanência do coronavírus em superfícies

Existem poucos estudos, há um consenso entre as pesquisas:

- Permaneceram até 24 horas em caixas de papelão
- Entre 36 horas e 72 horas em superfícies de plástico e aço inoxidável
- Objetos de cobre: cerca de 4 horas
  
- Não há uma pesquisa específica para roupas, o material mais semelhante, seria o papelão, por ser mais absorvível



## **Medidas preventivas - Colaboradores do comércio Município de Tambaú**

### **Para vendas de roupas:**

- Evitar provas ou trocas.
- Dentro do possível, evitar que peças de roupas e outros objetos de venda sejam tocados pelo cliente sem necessidade;

### **Provadores :**

- Se possível, intercalar os provadores, principalmente os com cortina de tecido;
- higienizar portas e maçanetas e espelho dos provadores várias vezes ao dia;
- Na medida do possível, manter as roupas em quarentena por 48 horas, principalmente após troca e/ou devolução;
- Sempre que possível, fazer a desinfecção a altas temperaturas;
- Recomenda-se que o cliente coloque as peças provadas em um cesto - identificá-las



# Medidas preventivas - Colaboradores do comércio

## Município de Tambaú

### Maquiagem

- Não usar os "testers" (provadores) de maquiagem e pincéis;
- Utilizar pincéis descartáveis, e/ou cotonete;
- Usar álcool para limpeza dos utensílios;
- Limpar espelhos com álcool, principalmente os de bancada, a cada cliente;
- Higienizar as mãos com álcool 70% antes e após provar cada item.

### Prova de calçados

- Higienizar as mãos antes e depois;
- Higienizar cadeiras, sofás e/ou lugares destinados para acomodar o cliente quando provar calçados, a cada uso.



## **Medidas preventivas - Colaboradores do comércio Município de Tambaú**

### **Óculos de grau e de sol**

- Nunca utilize álcool para higienizar os óculos, já que as lentes são muito sensíveis e a composição química do produto pode degradá-las ou mesmo remover as camadas de tratamento. O mesmo vale para as armações, que também podem ser danificadas com o uso de álcool.
- Sugestão: numa folha de papel toalha pingar uma gota de sabão neutro e limpar as lentes e armação. Borrifar um pouco de água e secar com papel toalha seco.
- Lavar as mãos com água e sabão ou álcool 70% antes e depois de tocar nos óculos (tanto vendedor, como cliente).

**Relógios, joias e bijuterias :** recomenda-se evitar a prova desses produtos.



## **Medidas preventivas - Colaboradores do comércio Município de Tambaú**

### **Ao chegar em casa:**

- Retirar e deixar os calçados fora de casa ou colocá-los sobre um pano limpo umedecido com solução desinfetante preparada com água sanitária e água na proporção de 1/9;
- Não sentar, não deitar ou se alimentar, mas seguir diretamente para o banheiro e realizar o asseio pessoal completo, tomando banho e, inclusive, lavando os cabelos com xampu e trocando de roupas, antes de estabelecer contato físico com seus familiares;
- Direcionar suas roupas/uniforme à lavagem e proceder a higienização com álcool a 70% de equipamentos como cintos, chaves e celular.



## **Medidas preventivas - Colaboradores do comércio Município de Tambaú**

### **Sempre:**

- Além de manter as mãos limpas, manter bons hábitos de higiene e asseio do corpo em geral, tomando banhos com frequência, lavando os cabelos com xampu e utilizando mudas de roupas limpas;
- Evitar tocar com as mãos em áreas de mucosas como olhos, boca e nariz;
- Não compartilhar objetos de uso individual, principalmente copos, talheres e toalhas de rosto;
- Manter a distância mínima de 02 (dois) metros das pessoas;



## **Medidas preventivas - Colaboradores do comércio Município de Tambaú**

### **Sempre:**

- Manter as unhas aparadas e limpas, de preferência sem esmaltação;
- Higienizar celulares e outros objetos de manuseio contínuo, como maçanetas de portas e gavetas com frequência;
- Cuidar da saúde mental e emocional evitando pensamentos negativos e procurando entretenimentos, mesmo sem sair de casa, nas horas de descanso;
- Manter uma alimentação equilibrada, boa hidratação e a qualidade do sono para a manutenção de boas condições de saúde física e atividade imunológica adequada.





## **Medidas preventivas - Colaboradores do comércio Município de Tambaú**

### **Lembrete:**

- Todo sintoma gripal deve, a princípio, ser tratado como um caso suspeito de COVID19.
- Se perceber que começou a apresentar algum sintoma característico de gripes ou resfriados, informe ao superior imediato para que sejam tomadas as providências cabíveis para o seu afastamento do serviço e procure orientação médica.



**Hoje o comércio e o município precisam de vocês trabalhando, mas cuidem-se e adotem as medidas preventivas...  
por amor às pessoas que vocês têm em casa e também buscando preservar sua própria vida.**

**Muito obrigada!**