

COMO EVITAR A CONTAMINAÇÃO PELO CORONAVÍRUS

ISOLAMENTO E DISTANCIAMENTO SOCIAL

O QUE SIGNIFICA ISOLAMENTO SOCIAL: é o comportamento onde uma pessoa ou um grupo de pessoas, voluntária ou involuntariamente, se afastam de interações e atividades sociais.

Para evitar que o CORONAVÍRUS passe de uma pessoa para outra, deve-se evitar, quando possível, o contato direto deixando de frequentar os mais diversos locais.

Em tempos de CORONAVÍRUS, o ISOLAMENTO SOCIAL é uma das medidas mais eficazes para evitar a contaminação entre as pessoas e deve ser feita por todos.

Nas tabelas abaixo passamos algumas orientações importantes e que devem ser seguidas para prevenir que o vírus se espalhe.

ISOLAMENTO SOCIAL

QUEM PRECISA FAZER	COMO FAZER	O QUE <u>NÃO</u> DEVE SER FEITO
IDOSOS	<ul style="list-style-type: none">- Ficar em casa o maior tempo possível, somente sair se não tiver outra alternativa. - Procurar fazer alguma atividade para se distrair, tomar sol e se movimentar, mas, somente na sua residência. - Caso precise de alguma coisa do comércio em geral, de fora de sua casa, solicitar para algum familiar ou pessoa conhecida, que faça suas compras. - No caso de outra pessoa ter feito suas compras, quando ela vier entregar, não deixe que entre em sua casa sem máscaras, sem tirar os sapatos. Assim que ela entrar, peça que lave bem suas mãos com água e sabão ou, que passe álcool gel por 20 segundos. - Quando receber produtos de fora, higienizar as embalagens com álcool 70° antes de guardar. - Evitar ao máximo ter que cuidar de crianças que não morem na residência.	<ul style="list-style-type: none">- Receber quaisquer visitas, mesmo que sejam parentes ou pessoas bem próximas. - Permitir que pessoas de fora entrem em suas casas sem motivo de necessidade. - Deixar pessoas entrarem em suas casas sem tirarem o calçado ou sem lavar bem as mãos, ou sem usar máscaras. - Fazer qualquer tipo de programação para receber pessoas de fora em suas casas (almoços, lanches, jantares, festas para comemoração de datas importantes, etc.)

<p style="text-align: center;">CRIANÇAS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Deixar as crianças em casa o maior tempo possível, somente sair se não tiver outra alternativa. - Procurar fazer alguma atividade para distraí-las, leva-las ao sol nos horários recomendados e procurar atividades que façam as crianças se movimentar, mas, somente em suas residências. - Criar rotinas de escolares (quando for o caso) e recreativas para preencher os horários das crianças. 	<ul style="list-style-type: none"> - Levar as crianças para serem cuidadas por pessoas fora de suas residências. - Receber quaisquer visitas, mesmo que sejam parentes ou pessoas bem próximas. - Permitir que pessoas de fora entrem em suas casas sem motivo de necessidade. - Deixar pessoas entrarem em suas casas sem tirarem o calçado ou sem lavar bem as mãos, ou sem usar máscaras. - Fazer qualquer tipo de programação para receber pessoas de fora em suas casas (almoços, lanches, jantares, festas para comemoração de datas importantes, etc.)
<p style="text-align: center;">MULHERES GRÁVIDAS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ficar em casa o maior tempo possível, somente sair se não tiver outra alternativa. - Procurar fazer alguma atividade para se distrair, tomar sol e se movimentar, mas, somente na sua residência. - Caso precise de alguma coisa do comércio em geral, de fora de sua casa, 	<ul style="list-style-type: none"> - Receber quaisquer visitas, mesmo que sejam parentes ou pessoas bem próximas. - Permitir que pessoas de fora entrem em suas casas sem motivo de necessidade. - Deixar pessoas entrarem em suas casas sem tirarem o calçado, sem lavar

<p>MULHERES GRÁVIDAS</p>	<p>solicitar para algum familiar ou pessoa conhecida, que faça suas compras.</p> <ul style="list-style-type: none"> - No caso de outra pessoa ter feito suas compras, quando ela vier entregar, não deixe que entre em sua casa sem tirar os sapatos. Assim que ela entrar, peça que lave bem suas mãos com água e sabão ou, que passe álcool gel por 20 segundos. - Quando receber produtos de fora, higienizar as embalagens com álcool 70° antes de guardar. - Evitar ao máximo ter que cuidar de crianças que não morem na residência. 	<p>bem as mãos, sem usar máscaras.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fazer qualquer tipo de programação para receber pessoas de fora em suas casas (almoços, lanches, jantares, festas para comemoração de datas importantes, etc.)
<p>PESSOAS COM DOENÇAS CRÔNICAS: (DIABETES, PRESSÃO ALTA, OBESIDADE, ENTRE OUTRAS)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ficar em casa o maior tempo possível, somente sair se não tiver outra alternativa. - Procurar fazer alguma atividade para se distrair, tomar sol e se movimentar, mas, somente na sua residência. - Caso precise de alguma coisa do comércio em geral, de fora de sua casa, solicitar para algum familiar ou pessoa conhecida, que faça suas compras. - No caso de outra pessoa ter feito suas compras, quando ela vier entregar, não 	<ul style="list-style-type: none"> - Receber quaisquer visitas, mesmo que sejam parentes ou pessoas bem próximas. - Permitir que pessoas de fora entrem em suas casas sem motivo de necessidade. - Deixar pessoas entrarem em suas casas sem tirarem o calçado ou sem lavar bem as mãos, ou sem usar máscaras. - Fazer qualquer tipo de programação para receber pessoas de fora em suas

<p align="center">PESSOAS COM DOENÇAS CRÔNICAS: (DIABETES, PRESSÃO ALTA, OBESIDADE, ENTRE OUTRAS)</p>	<p>deixe que entre em sua casa sem máscara, sem tirar os sapatos. Assim que ela entrar, peça que lave bem suas mãos com água e sabão ou, que passe álcool gel por 20 segundos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Quando receber produtos de fora, higienizar as embalagens com álcool 70° antes de guardar. - Evitar ao máximo ter que cuidar de crianças que não morem na residência. 	<p>casas (almoços, lanches, jantares, festas para comemoração de datas importantes, etc.)</p>
<p align="center">PESSOAS EM GERAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ficar em casa o maior tempo possível, somente sair se não tiver outra alternativa. - Procurar fazer alguma atividade para se distrair, tomar sol e se movimentar, mas, somente na sua residência. - Caso precise de alguma coisa do comércio em geral, de fora de sua casa, priorizar que somente uma pessoa fique encarregada de tais tarefas. - No caso de outra pessoa ter feito suas compras, quando ela vier entregar, não deixe que entre em sua casa sem máscara, sem tirar os sapatos. Assim que ela entrar, peça que lave bem suas mãos com água e sabão ou, que passe álcool gel por 20 segundos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Receber quaisquer visitas, mesmo que sejam parentes ou pessoas bem próximas. - Permitir que pessoas de fora entrem em suas casas sem motivo de necessidade. - Deixar pessoas entrarem em suas casas sem tirarem o calçado ou sem lavar bem as mãos, ou sem usar máscaras. - Fazer qualquer tipo de programação para receber pessoas de fora em suas casas (almoços, lanches, jantares, festas para comemoração de datas importantes, etc.)

<p>PESSOAS EM GERAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Quando receber produtos de fora, higienizar as embalagens com álcool 70° antes de guardar. - Evitar ao máximo ter que cuidar de crianças que não morem na residência. 	
<p>TRABALHADORES DA ÁREA ADMINISTRATIVA</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Quando for para o trabalho, sair de casa e se dirigir diretamente para o local, utilizando máscaras durante todo o período. -Utilizar álcool gel 70° insistentemente na higienização das mãos. Sempre que possível lavar as mãos com água e sabonete líquido. - Sair de casa somente o estritamente necessário. - Ter sempre álcool em gel 70° e lenços descartáveis no interior do veículo e higienizar suas mãos ao entrar e ao sair do mesmo - Se você utilizar veículo próprio para se deslocar, sempre que possível, higienizar com álcool 70°, o volante, os puxadores, as maçanetas e botões internos e externos. - Quando utilizar transporte coletivo, 	<ul style="list-style-type: none"> - Fazer qualquer contato físico com clientes e colegas de trabalho. - Dividir louças e talheres com outras pessoas. - Promover quaisquer eventos que possam aglomerar pessoas (lanches, reuniões, coffee breaks, jantares, palestras, jogos, etc.). -Trabalhar sem o uso de máscaras. <p style="text-align: center;"><u>EM SUAS CASAS:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Receber quaisquer visitas, mesmo que sejam parentes ou pessoas bem próximas. - Permitir que pessoas de fora entrem em suas casas sem motivo de necessidade. - Deixar pessoas entrarem em suas casas sem tirarem o calçado ou sem

TRABALHADORES DA ÁREA ADMINISTRATIVA

utilizar sempre máscaras e não entrar nos veículos sem utilizar álcool gel 70°. O álcool deve ser esfregado nas mãos por 20 segundos.

- Evitar qualquer contato físico com as pessoas e manter o distanciamento recomendado (no mínimo 1 metro).

- No trabalho, utilizar máscaras, manter distanciamento entre as bancadas de trabalho e entre os profissionais. Realizar a limpeza frequente das mesas e equipamentos com álcool 70° ou com água sanitária diluída.

-Caso o trabalhador faça uso de refeitório na empresa, não deve esquecer de lavar as mãos com água e sabão líquido, utilizar álcool 70° e manter o distanciamento de pelo menos 1 metro entre trabalhadores.

- Sempre que possível, utilizar de meios alternativos que possam evitar o contato entre os trabalhadores e clientes.

- Tentar resolver a maior parte das pendências através de contatos telefônicos, e mail, whats app, vídeo chamadas e outras plataformas disponíveis no mercado.

lavar bem as mãos, ou sem usar máscaras.

- Fazer qualquer tipo de programação para receber pessoas de fora em suas casas (almoços, lanches, jantares, festas para comemoração de datas importantes, etc.)

<p>TRABALHADORES DA ÁREA ADMINISTRATIVA</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Programar quais tarefas precisam ser feitas para que o andamento da casa seja normal (mercado, farmácia, outras compras necessárias) e tentar realizá-las todas dentro de um menor tempo possível para evitar o contato com outras pessoas que possam estar contaminadas, mas, sem sintomas. - Ao chegar em casa, retirar os sapatos usados no exterior e leva-los para serem devidamente higienizados. Lavar imediatamente as mãos com água e sabão, esfregando por 40 segundos. Realizar a troca de todas as roupas utilizadas fora de casa. 	
<p>TRABALHADORES DAS INDÚSTRIAS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Quando for para o trabalho, sair de casa e se dirigir diretamente para o local, utilizando máscaras durante todo o período. -Utilizar álcool gel 70º insistentemente na higienização das mãos. Sempre que possível lavar as mãos com água e sabonete líquido. - Sair de casa somente o estritamente necessário. 	<ul style="list-style-type: none"> - Fazer qualquer contato físico com clientes e colegas de trabalho. - Dividir louças e talheres com outras pessoas. - Promover quaisquer eventos que possam aglomerar pessoas (lanches, reuniões, coffee breaks, jantares, palestras, jogos, etc.). -Trabalhar sem o uso de máscaras.

TRABALHADORES DAS INDÚSTRIAS

- Ter sempre álcool em gel 70° e lenços descartáveis no interior do veículo e higienizar suas mãos ao entrar e ao sair do mesmo.

- Se você utilizar veículo próprio para se deslocar, sempre que possível, higienizar com álcool 70°, o volante, os puxadores, as maçanetas e botões internos e externos.

- Quando utilizar transporte coletivo, utilizar sempre máscaras e não entrar nos veículos sem utilizar álcool gel 70°. O álcool deve ser esfregado nas mãos por 20 segundos.

- Evitar qualquer contato físico com as pessoas e manter o distanciamento recomendado.

- No trabalho, utilizar máscaras, os outro EPIs necessários para desenvolver sua atividade, manter distanciamento entre os locais de trabalho e entre os profissionais. Realizar a limpeza frequente dos mobiliários e equipamentos com álcool 70° ou com água sanitária diluída, ou outros produtos padronizados pela empresa.

EM SUAS CASAS:

- Receber quaisquer visitas, mesmo que sejam parentes ou pessoas bem próximas.

- Permitir que pessoas de fora entrem em suas casas sem motivo de necessidade.

- Deixar pessoas entrarem em suas casas sem tirarem o calçado ou sem lavar bem as mãos, ou sem usar máscaras.

- Fazer qualquer tipo de programação para receber pessoas de fora em suas casas (almoços, lanches, jantares, festas para comemoração de datas importantes, etc.)

TRABALHADORES DAS INDÚSTRIAS

-Caso o trabalhador faça uso de refeitório na empresa, não deve esquecer de lavar as mãos com água e sabão líquido, utilizar álcool 70° e manter o distanciamento de pelo menos 1 metro entre trabalhadores.

- Sempre que possível, utilizar de meios alternativos que possam evitar o contato entre os trabalhadores.

- Quando for necessária a utilização de uniformes e/ou EPIs no trabalho, os mesmos devem ser utilizados somente na empresa. Realizar a troca de roupas quando sair da indústria.

- Programar quais tarefas precisam ser feitas para que o andamento da casa seja normal (mercado, farmácia, outras compras necessárias) e tentar realizá-las todas dentro de um menor tempo possível para evitar o contato com outras pessoas que possam estar contaminadas, mas, sem sintomas.

- Ao chegar em casa, retirar os sapatos usados no exterior e leva-los para serem devidamente higienizados. Lavar imediatamente as mãos com água e sabão, esfregando por 40 segundos.

	<p>Realizar a troca de todas as roupas utilizadas fora de casa.</p>	
<p>TRABALHADORES DO COMÉRCIO</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Quando for para o trabalho, sair de casa e se dirigir diretamente para o local, utilizando máscaras durante todo o período. - Utilizar álcool gel 70º insistentemente na higienização das mãos. Sempre que possível lavar as mãos com água e sabonete líquido. - Sair de casa somente o estritamente necessário. - Ter sempre álcool em gel 70º e lenços descartáveis no interior do veículo e higienizar suas mãos ao entrar e ao sair do mesmo - Se você utilizar veículo próprio para se deslocar, sempre que possível, higienizar com álcool 70º, o volante, os puxadores, as maçanetas e botões internos e externos. - Quando utilizar transporte coletivo, utilizar sempre máscaras e não entrar nos veículos sem utilizar álcool gel 70º. O álcool deve ser esfregado nas mãos por 20 segundos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Fazer qualquer contato físico com clientes e colegas de trabalho. - Dividir louças e talheres com outras pessoas. - Promover quaisquer eventos que possam aglomerar pessoas (lanches, reuniões, coffee breaks, jantares, palestras, jogos, etc.). - Trabalhar sem o uso de máscaras. <p style="text-align: center;"><u>EM SUAS CASAS:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Receber quaisquer visitas, mesmo que sejam parentes ou pessoas bem próximas. - Permitir que pessoas de fora entrem em suas casas sem motivo de necessidade. - Deixar pessoas entrarem em suas casas sem tirarem o calçado ou sem lavar bem as mãos, ou sem usar máscaras.

TRABALHADORES DO COMÉRCIO

- Evitar qualquer contato físico com as pessoas e manter o distanciamento recomendado (no mínimo 1 metro).

- No trabalho, utilizar máscaras, manter distanciamento entre as bancadas de trabalho e entre os profissionais. Realizar a limpeza frequente das mesas e equipamentos com álcool 70° ou com água sanitária diluída.

-Caso o trabalhador faça uso de refeitório na empresa, não deve esquecer de lavar as mãos com água e sabão líquido, utilizar álcool 70° e manter o distanciamento de pelo menos 1 metro entre trabalhadores.

- Sempre que possível, utilizar de meios alternativos que possam evitar o contato entre os trabalhadores e clientes.

- Tentar resolver a maior parte das pendências através de contatos telefônicos, e mail, whats app, vídeo chamadas e outras plataformas disponíveis no mercado.

- Programar quais tarefas precisam ser feitas para que o andamento da casa seja normal (mercado, farmácia, outras compras necessárias) e tentar realizá-las todas dentro de um menor tempo

- Fazer qualquer tipo de programação para receber pessoas de fora em suas casas (almoços, lanches, jantares, festas para comemoração de datas importantes, etc.).

<p style="text-align: center;">TRABALHADORES DO COMÉRCIO</p>	<p>possível para evitar o contato com outras pessoas que possam estar contaminadas, mas, sem sintomas.</p> <p>- Ao chegar em casa, retirar os sapatos usados no exterior e leva-los para serem devidamente higienizados. Lavar imediatamente as mãos com água e sabão, esfregando por 40 segundos. Realizar a troca de todas as roupas utilizadas fora de casa.</p>	
<p style="text-align: center;">TRABALHADORES AMBULANTES</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ter sempre álcool 70° para uso do ambulante e dos clientes. -Utilizar máscaras no local de trabalho, durante todo o tempo. - Quando for para o trabalho, sair de casa e se dirigir diretamente para o local, utilizando máscaras durante todo o período. -Utilizar álcool gel 70° insistentemente na higienização das mãos. Sempre que possível lavar as mãos com água e sabonete líquido. - Sair de casa somente o estritamente necessário. - Caso utilize veículo próprio para se deslocar até o local de trabalho, ter 	<ul style="list-style-type: none"> - Fazer qualquer tipo de cumprimento que envolva o contato físico com as pessoas. - Trabalhar sem possuir álcool 70° para higienização das mãos e das bancadas e materiais de trabalho. -Trabalhar sem o uso de máscaras.

TRABALHADORES AMBULANTES

sempre álcool em gel 70° e lenços descartáveis no interior do mesmo e, higienizar suas mãos ao entrar e ao sair do mesmo

- Sempre que possível, higienizar com álcool 70°, o volante, os puxadores, as maçanetas e botões internos e externos do veículo.

- Quando utilizar transporte coletivo, utilizar sempre máscaras e não entrar nos veículos sem utilizar álcool gel 70°. O álcool deve ser esfregado nas mãos por 20 segundos.

- Evitar qualquer contato físico com as pessoas e manter o distanciamento recomendado (no mínimo 1 metro).

- Sempre que possível, utilizar de meios alternativos que possam evitar o contato entre os trabalhadores e clientes.

- Programar quais tarefas precisam ser feitas para que o andamento da casa seja normal (mercado, farmácia, outras compras necessárias) e tentar realizá-las todas dentro de um menor tempo possível para evitar o contato com outras pessoas que possam estar contaminadas, mas, sem sintomas.

**TRABALHADORES
AMBULANTES**

- Ao chegar em casa, retirar os sapatos usados no exterior e leva-los para serem devidamente higienizados. Lavar imediatamente as mãos com água e sabão, esfregando por 40 segundos. Realizar a troca de todas as roupas utilizadas fora de casa.

COMO USAR AS MÁSCARAS DE TECIDO OU DESCARTÁVEIS

OBSERVAÇÃO: AS MÁSCARAS COMUNS DEVEM SER LAVADAS COM ÁGUA E SABÃO ANTES DO USO!!!

QUEM DEVE USAR	COMO E QUANDO USAR	O QUE <u>NÃO</u> DEVE SER FEITO
<p>IDOSOS</p> <p>ADULTOS</p>	<ul style="list-style-type: none">- Usar <u>todas</u> as vezes que sair de casa ou, quando tiver que ter contato com pessoas vindas de fora da residência.- As máscaras devem ser colocadas e tiradas somente pelas tiras laterais.- Nunca se deve tocar na máscara a não ser pelas tiras laterais.- Se der coceira no nariz, boca e olhos e não for possível lavar as mãos, passar álcool 70° nas mãos, esfregando por 20 segundos, retirar a máscara pelas tiras laterais, coçar o local em questão e repetir a higienização das mãos com o álcool 70°, para então colocar novamente a	<ul style="list-style-type: none">- Receber quaisquer visitas ou pessoas de fora em sua residência.- Quando for extremamente necessário receber pessoas que não moram na residência, jamais deve ser feito o contato sem a utilização de máscaras por ambas as partes.- Nunca tocar na frente e no interior das máscaras com as mãos. Somente tocar nas tiras laterais.

	máscara, sempre manipulando pelas tiras laterais.	
CRIANÇAS	<ul style="list-style-type: none">- A máscara deve ser colocada nas crianças por um adulto que esteja com as mãos devidamente higienizadas com álcool 70° ou lavadas com água e sabonete líquido, esfregando por 20 segundos.. As crianças devem estar usando a máscara, <u>todas</u> as vezes que sair de casa ou, quando tiver que ter contato com pessoas vindas de fora da residência.- As máscaras devem ser colocadas e tiradas somente pelas tiras laterais.- Nunca se deve tocar na máscara a não ser pelas tiras laterais.- Se perceber que a criança coçou o nariz, boca e olhos ou tocou nas máscaras, as mesmas devem ser trocadas.	

OBSERVAÇÃO: As máscaras de pano devem ser lavadas, no mínimo com água e sabão. Devem ser colocadas para secar preferencialmente em local que tenha sol. **Não é permitido** andar pelas ruas, pelos espaços públicos e nem entrar nos estabelecimentos públicos, comerciais e industriais, **sem usar máscaras.**

COMO USAR O ÁLCOOL 70°

QUEM DEVE USAR	COMO E QUANDO DEVE SER USADO	O QUE É ERRADO FAZER
<p style="text-align: center;">FUNCIONÁRIOS E COLABORADORES DAS EMPRESAS</p>	<ul style="list-style-type: none">- A lavagem das mãos deve ser feita sempre que possível com água e sabonete líquido.- O álcool que deve ser utilizado é o com graduação de 70° e, preferencialmente em gel. Deve se colocar uma quantidade suficiente para esfregar as mãos em toda a sua superfície por 20 segundos. Não esquecer de esfregar entre os dedos.- Todas as vezes que a pessoa tocar em seu rosto, olhos, nariz e boca, a higienização com o álcool deve ser feita imediatamente.- Todos os mobiliários e superfícies do estabelecimento devem ser higienizados sempre que possível.- A higienização do aparelho celular, assim como dos aparelhos telefônicos	<ul style="list-style-type: none">- Somente passar o álcool sem tocar em toda a superfície das mãos.- Utilizar o álcool sem esfregar as mãos por 20 segundos, pelo menos.

	<p>tradicionais, deve ser realizada com álcool 70° tantas vezes quantas forem necessárias. Não esquecer de fazer a limpeza do celular ao chegar no trabalho e ao retornar para casa.</p>	
<p>CLIENTES DE TODOS OS SERVIÇOS</p> <p>CLIENTES DE TODOS OS SERVIÇOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - A lavagem das mãos deve ser feita sempre que possível com água e sabonete líquido. - O álcool que deve ser utilizado é o com graduação de 70° e, preferencialmente em gel. Deve se colocar uma quantidade suficiente para esfregar as mãos em toda a sua superfície por 20 segundos. Não esquecer de esfregar entre os dedos. - Ao entrar em qualquer estabelecimento comercial e residencial, deve ser feita a utilização do álcool 70°. - O álcool deve ser usado por todos ao entrar e ao sair de qualquer local. -A higienização do aparelho celular, assim como dos aparelhos telefônicos tradicionais, deve ser realizada com álcool 70° tantas vezes quantas forem necessárias. Não esquecer de fazer a limpeza do celular ao chegar no 	<ul style="list-style-type: none"> - Somente passar o álcool sem tocar em toda a superfície das mãos. - Utilizar o álcool sem esfregar as mãos por 20 segundos, pelo menos. -Entrar ou sair de qualquer local sem utilizar o álcool 70° para higienização das mãos.

	<p>trabalho e ao retornar para casa.</p> <p>- O álcool deve ser utilizado para higienizar todas as compras realizadas, imediatamente ao chegar em casa e antes de guarda-las.</p>	
--	---	--

OBSERVAÇÃO: O álcool gel 70° deve ser disponibilizado aos funcionários, colaboradores e clientes, pelas empresas.

COMO LAVAR AS MÃOS

COMO FAZER	QUANDO FAZER	O QUE É ERRADO FAZER
- As mãos devem ser lavadas com água e sabonete líquido. Deve ser esfregada toda a superfície das mesmas, não esquecendo dos espaços entre os dedos e as unhas. O tempo ideal de fricção com água e sabão é por 40 segundos. O ideal é lavar também o	- Tantas vezes quanto for possível e necessário.	- Somente esfregar por pouco tempo as mãos e não passar o sabonete por toda a superfície das mão e antebraço.

<p>antebraço.</p> <p>- Após a lavagem das mãos, utilizar papel toalha, de preferência de papel não reciclado.</p>		
---	--	--

COMO DEVE SER FEITA A LIMPEZA DOS AMBIENTES E OBJETOS

TIPO DE AMBIENTE E QUAIS OBJETOS	COM O QUE LIMPAR	COM QUE FREQUÊNCIA LIMPAR E/OU HIGIENIZAR.
PISOS	<ul style="list-style-type: none"> - Água, sabão e água sanitária e/ou álcool 70°. - Utilizar somente panos para este fim. 	- Sempre que for necessário.
PAREDES	<ul style="list-style-type: none"> - Água, sabão e água sanitária e/ou álcool 70°. - Utilizar somente panos para este fim. 	- Sempre que for necessário.
PORTAS	<ul style="list-style-type: none"> - Água, sabão e água sanitária e/ou álcool 70°. - Utilizar somente panos para este fim. - Lavar os panos após o uso com água, sabão e água sanitária e levar para secar preferencialmente em local com sol. 	- Sempre que for necessário.

MAÇANETAS	<ul style="list-style-type: none"> - Água, sabão e água sanitária e/ou álcool 70°. - Utilizar somente panos para este fim. - Lavar os panos após o uso com água, sabão e água sanitária e levar para secar preferencialmente em local com sol. 	- Sempre que for necessário.
CORRIMÕES	<ul style="list-style-type: none"> - Água, sabão e água sanitária e/ou álcool 70°. - Utilizar somente panos para este fim. - Lavar os panos após o uso com água, sabão e água sanitária e levar para secar preferencialmente em local com sol. 	- Sempre que for necessário.
MOBILIÁRIOS	<ul style="list-style-type: none"> - Água, sabão e água sanitária e/ou álcool 70°. - Utilizar somente panos para este fim. 	<ul style="list-style-type: none"> - No início e final de expediente. - Sempre que for necessário.
BANHEIROS	<ul style="list-style-type: none"> - Água, sabão e água sanitária. - Utilizar somente panos para este fim. - Utilizar os panos específicos para cada instalação sanitária tais como: vasos 	<ul style="list-style-type: none"> - No início e final de expediente. - Em intervalos de no máximo 3 horas entre uma limpeza e outra. - Sempre que for verificado que o local

	<p>sanitários, pisos, paredes e pias.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lavar os panos após o uso com água, sabão e água sanitária e levar para secar preferencialmente em local com sol. 	esteja sujo.
COZINHAS	<ul style="list-style-type: none"> - Água, sabão e água sanitária. Podem ser usados também detergentes multiuso. - Utilizar somente panos para este fim. - Utilizar os panos específicos para cada instalação tais como: equipamentos, pisos, paredes, janelas e pias. - Lavar os panos após o uso com água, sabão e água sanitária e levar para secar preferencialmente em local com sol. 	<ul style="list-style-type: none"> - No início e final de expediente. - Sempre que for necessário.
TELEFONES TRADICIONAIS E CELULARES	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizar lenços ou toalhas descartáveis e álcool 70° líquido para evitar danos nos equipamentos. 	<ul style="list-style-type: none"> - O aparelho tradicional, que será utilizado por outras pessoas, deve ser higienizado antes e após cada uso. - O celular, higienizar tantas vezes quanto for possível.
SACOLAS DE MERCADOS	<ul style="list-style-type: none"> - Limpar com álcool 70°. - Utilizar somente panos para este fim ou toalhas descartáveis. - Lavar os panos após o uso com água, 	<ul style="list-style-type: none"> - Sempre que forem realizadas compras fora do domicílio. - Realizar a limpeza logo ao entrar em casa e antes de guardar as compras.

	sabão e água sanitária e levar para secar preferencialmente em local com sol.	
EMBALAGENS DE ALIMENTOS COMPRADOS EM DIVERSOS LOCAIS	<ul style="list-style-type: none"> - Limpar com álcool 70°. - Utilizar somente panos para este fim ou toalhas descartáveis. - Lavar os panos após o uso com água, sabão e água sanitária e levar para secar preferencialmente em local com sol. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sempre que forem realizadas compras fora do domicílio. - Realizar a limpeza logo ao entrar em casa e antes de guardar as compras.
APARELHOS DE AR CONDICIONADO	<ul style="list-style-type: none"> - A higienização interna do equipamento deve ser feita por empresa especializada de acordo com as recomendações do fabricante. - A higienização do equipamento, assim como a lavagem dos filtros, deve ser feita utilizando água, sabão e água sanitária. 	<ul style="list-style-type: none"> - A limpeza do aparelho, deve ser feita de acordo com as orientações do fabricante. - A limpeza externa do equipamento e a lavagem dos filtros, sempre que necessário e, pelo menos uma vez na semana.
ROUPAS RECEBIDAS EM CASA PARA PROVA	<ul style="list-style-type: none"> - Ao receber roupas para prova no domicílio, a pessoa deve se certificar com a loja que encaminhou se as mesmas foram devidamente higienizadas. - Após a prova, essas roupas devem ser colocadas em sacos plásticas para serem devolvidas e devidamente higienizadas pela empresa que encaminhou. 	<ul style="list-style-type: none"> - Antes de encaminhar para o cliente e após o retorno do Delivery, antes de voltar para o mostruário e/ou prateleiras.

<p align="center">ROUPAS DE COMÉRCIOS QUE SÃO DISPONIBILIZADAS PARA PROVA POR PARTE DE CLIENTES</p>	<ul style="list-style-type: none"> - As roupas disponibilizadas pelas lojas para prova por parte dos clientes, devem ser devidamente higienizadas tanto antes das provas pelos clientes, como após a prova. - Uma alternativa para higienização é a utilização de vapor. - A lavagem também é uma alternativa. - No caso de não ser possível a utilização do vapor para a devida higienização, as roupas devem ser colocadas ao ar livre, referencialmente no sol por pelo menos 2 horas, antes de voltarem para as prateleiras. - As roupas enviadas para prova através de delivery, devem ser encaminhadas em uma embalagem plástica ou de papel e, a loja deve encaminhar outra embalagem para colocação das roupas que foram provadas pelos clientes e que deverão ser novamente higienizadas para guardar nos devidos lugares. 	<ul style="list-style-type: none"> - Antes de colocar as roupas nas araras e prateleiras. - Antes de encaminhar para as residências dos clientes por meio de delivery. - Após a prova dos clientes. - Após o retorno das roupas encaminhadas por delivery.
<p align="center">ROUPAS COMPRADAS NOVAS, ANTES DE USAR</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sempre realizar a lavagem das peças antes de utilizá-las, realizar a lavagem com água e sabão em barra ou em pó. 	<ul style="list-style-type: none"> - Antes de guardar as roupas para posterior uso.

