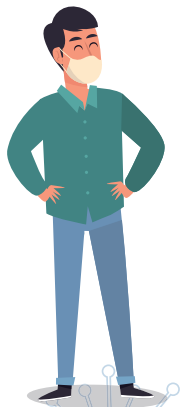


OS SERVIDORES E MILITARES DEVERÃO SEGUIR AS ORIENTAÇÕES PREVISTAS NA IN Nº 2/SG-MD, COMO FORMA DE PREVENÇÃO AO CONTÁGIO DA COVID-19, ADOTANDO AS SEGUINTE ROTINAS:

**OPERAÇÃO
COVID - 19**



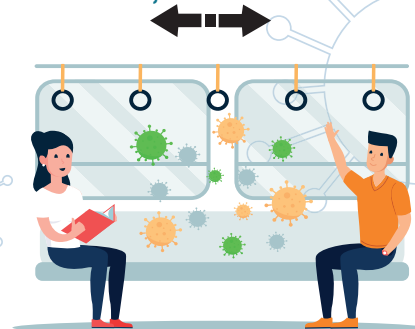
I - ANTES DE CHEGAR AO TRABALHO:



- utilizar roupas de fácil lavagem;
- priorizar o uso de sapato fechado;
- evitar, se possível, o transporte público para locomoção nos horários de pico;
- manter distância mínima de um metro e meio entre as pessoas;
- utilizar máscara cirúrgica descartável, quando possível, ou de fabricação caseira, conforme orientações do Ministério da Saúde;

EVITAR, SE POSSÍVEL, O TRANSPORTE PÚBLICO NOS HORÁRIOS DE PICO

MANTER 1,5 M DE DISTÂNCIA



II - DURANTE O TRABALHO:

- evitar aglomerações informais com mais de três pessoas;
- utilizar preferencialmente a mesma estação de trabalho;
- evitar utilizar materiais e equipamentos alheios ou de uso comum;
- manter distância mínima de um metro e meio de outras pessoas;
- privilegiar a ventilação natural nos locais de trabalho;
- evitar o uso dos elevadores;
- evitar tocar em superfícies (botões de elevador etc);
- minimizar a circulação pelos corredores e demais setores;
- adotar procedimentos contínuos de higienização das mãos;
- evitar tocar a boca, o nariz e o rosto com as mãos;
- utilizar máscara descartável, quando possível, ou de fabricação caseira;
- evitar aglomerações em alojamentos;
- utilizar copos individuais ou descartáveis;
- evitar cumprimentos com abraços, beijos ou toque das mãos; e
- ao tossir ou espirrar, cobrir o nariz e a boca com lenço de papel e jogá-lo no lixo, ou com o braço, e não com as mãos;

**EVITAR AGLOMERAÇÕES INFORMAIS
MANTER 1,5 M DE DISTÂNCIA**



**COBRIR SEMPRE O
NARIZ E A BOCA AO
TOSSIR E ESPIRRAR
(NUNCA COM AS MÃOS)**

**EVITAR ABRAÇOS, BEIJOS OU
TOQUE DAS MÃOS**





III - AO SAIR DO TRABALHO:

LAVAR AS MÃOS ANTES DE SAIR DO TRABALHO



ANTES DE ENTRAR EM CASA, TIRAR OS SAPATOS



RETIRAR A MÁSCARA, TOCANDO APENAS NA ORELHA, E DESCARTÁ-LA EM SACO DE LIXO

RETIRAR AS ROUPAS PELO AVESSO E COLOCÁ-LAS EM SACO SEPARADO PARA AGUARDAR A LAVAGEM



- a) lavar as mãos ou usar álcool gel 70%, antes de sair do ambiente de trabalho;
- b) evitar tocar em superfícies (botões de elevador etc);
- c) antes de entrar em casa, tirar os sapatos, para posterior descontaminação;
- d) lavar bem as mãos, com água e sabão;
- e) retirar a máscara, tocando apenas na orelha, e descartá-la em saco de lixo bem fechado, o qual poderá ser descartado no saco de lixo da residência;
- f) higienizar maçanetas, chaves, aparelhos de telefone e outros itens;
- g) lavar novamente as mãos e o rosto imediatamente e, se possível, tomar banho;
- h) retirar as roupas pelo avesso e colocá-las em saco separado para aguardar a lavagem;
- i) ter contato com membros da família somente após tomar banho.

TER CONTATO COM MEMBROS DA FAMÍLIA SOMENTE APÓS TOMAR BANHO

