



CARTILHA GERAL DE AÇÕES PREVENTIVAS À COVID-19



- Ao chegar à instituição, higienizar as mãos e antebraços com água e sabão ou álcool a 70%. Repetir o procedimento várias vezes, principalmente antes dos momentos de alimentação e após toque no rosto;
- Evitar apertos de mão, abraços e outras formas de cumprimento;
- Manter distância mínima de 1,5 metro entre as demais pessoas em todos os locais (salas de aula, laboratórios, corredores, setores...). Na cantina, o espaço é de 2 metros;
- Manter-se no local de assento (carteira) durante a aula, não realizando trocas;
- Evitar contato físico e aglomerações em todos os locais da instituição;
- Ficar atento(a) às eventuais mudanças no horário de entrada, intervalo para lanche/refeição e saída da sua turma;
- Evitar tocar nariz, olhos e boca antes de higienizar as mãos e enquanto estiver utilizando a máscara;
- Limpar com álcool a 70% os objetos tocados frequentemente como celulares, canetas, óculos, chaves, carimbos, mesas, bancadas, teclados, mouse;
- Ao tossir ou espirrar, levar ao rosto a parte interna do cotovelo;



- Os(as) colaboradores(as) deverão utilizar EPI's (equipamentos de proteção individual) específicos (botas, protetor auricular e outros) durante o horário de trabalho;
- Não compartilhar objetos pessoais;
- Manter unhas aparadas, cabelos presos e não utilizar adornos, como anéis, alianças, pulseiras, etc;
- Atentar-se para a demarcação do piso nos diversos espaços institucionais para orientação de fluxo, limite e distanciamento entre as pessoas.
- Acompanhar constantemente os comunicados (notícias, treinamentos, solicitações) acerca das ações institucionais durante o período pandêmico, divulgados no portal institucional;
- Os(as) colaboradores(as) e estudantes que apresentarem sintomas de síndrome gripal e/ou estiverem em investigação para a COVID-19 deverão afastar-se de suas atividades e procurar o serviço médico para diagnóstico. Em caso positivo comprovar o afastamento por meio da apresentação de atestado médico;



- Os(as) colaboradores (as) e estudantes que apresentarem sinais e sintomas de síndrome gripal nas dependências da instituição (**tosse geralmente seca, febre, dor de garganta, dificuldade para respirar, cansaço, coriza, dores de cabeça e náuseas, vômito e diarreia, perda de olfato e paladar; dores musculares e calafrios**) deverão comunicar imediatamente o setor competente (RH ou Coordenações de Curso) para encaminhamento a local isolado, preparado para este fim, até procurar o serviço médico para diagnóstico. Após fechamento de diagnóstico, informar à instituição por meio de comprovação médica, para comunicação aos órgãos competentes.
- Atualizar os cadastros dos contatos de emergência;
- Trazer garrafa para uso personalizado e enchê-la na torneira do bebedouro ou utilizar copos descartáveis fornecidos pela instituição;
- Evitar o uso de ar-condicionado e manter os ambientes internos sempre arejados, com portas e janelas abertas;
- Usar, obrigatoriamente, máscaras. Caso precise, o Setor de RH e a Secretaria têm máscaras disponíveis para uso. Estas devem ser trocadas a cada 2 horas ou sempre que estiverem úmidas. O não uso de máscara acarretará em punições administrativas e acadêmicas.



- Não compartilhar brinquedos;
- Desinfectar os calçados nos tapetes sanitizantes;
- As atividades que impliquem reunião de pessoas, como seminários, reuniões, grupos de estudo, tutorias, excursões, passeios externos, confraternizações, eventos, visitas técnicas, feiras, atividades esportivas coletivas, atividades culturais e festividades **estão suspensas**. Nas atividades físicas individuais que envolvam caminhadas, respeitar o distanciamento físico de, pelo menos, 5 metros entre as pessoas, e de 10 metros, para atividades que envolvam corridas.
- Aferir, diariamente, a temperatura. A aferição será feita pelos responsáveis (Setor de Portaria e Coordenações de Curso). Caso a pessoa apresente temperatura acima de 37°, esta será encaminhada para o serviço de saúde;
- Realização de bloqueio de empréstimo de livros por 5 (cinco) dias após a sua devolução, separando-os em local específico para essa finalidade e, após esse período, estes serão higienizados;
- Evitar contato/atendimento pessoal. Procurar a resolução das situações/ pendências acadêmicas e financeiras por meio do telefone 2102-6000, dos endereços eletrônicos (**rh@fcb.edu.br; secretaria@fcb.edu.br; financeiro@fcb.edu.br; tadeu@fcb.edu.br**) e do portal institucional (**https://www.fcb.edu.br/**).

Aos colaboradores da cantina:

- Higienizar os alimentos recebidos e suas embalagens antes do armazenamento e preparo, observando-se todos os protocolos exigidos pelas autoridades sanitárias.
- Realizar adequada limpeza e desinfecção das superfícies utilizadas nos locais para refeições, entre os revezamentos e entre os turnos.
- Priorizar a utilização de talheres e copos descartáveis ou lavar e desinfetar os utensílios, a cada uso.
- Remover toalhas de tecido nas mesas, jogos americanos, enfeites, displays ou outro material que dificulte a limpeza.

