



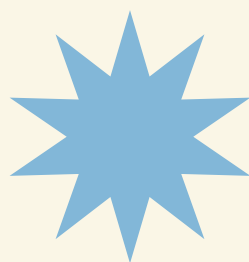
Prefeitura Municipal de Campos do Jordão, SP
Orientações para caseiros,
empregados domésticos e
população em geral

Coronavírus COVID-19



Campos
do Jordão

20 de Março
de 2020



A Prefeitura de Campos do Jordão, vem esclarecendo continuamente as formas de prevenção e informando a população. Já foram editados até hoje dois Decretos com orientações gerais.

“Estas são ações necessárias para diminuir ao máximo possível o número de pessoas que possam ser infectadas pelo novo vírus”, afirma o prefeito de Campos do Jordão Fred Guidoni.

Para ampliar estas informações, trazemos agora vários tipos de orientações para áreas específicas. São medidas simples, que abordam particularidades que podem aumentar a eficácia da prevenção naqueles segmentos – além de trazer também as informações gerais.

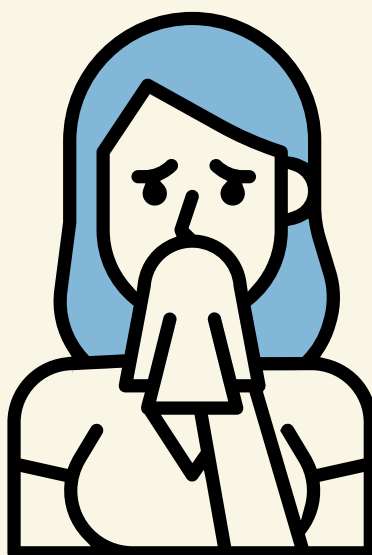


Precauções

Etiqueta respiratória

Utilize lenços descartáveis para higiene nasal

O lenço utilizado deve ser descartado



Cubra nariz e boca com lenços/papéis descartáveis quando tossir ou espirrar

Caso não haja lenço ou toalha de papel disponível, ao espirrar ou tossir é preferível cobrir o nariz e a boca com a manga da camisa (“espirrar no cotovelo”) do que fazê-lo com as mãos, por meio das quais os vírus são facilmente transferidos para outras pessoas ou para o ambiente (telefone, maçanetas, computadores, etc.)



Precauções

Conduta de sintomas



Se você se sentir doente,
fique em casa!

Se estiver com suspeita de coronavírus - Febre, tosse e/ou dificuldade para respirar, ou transportar alguém nestas condições, procure atendimento nas Unidades de Saúde dos Bairros ou na rede privada/convênios para passar por consulta médica para avaliação, definição de diagnóstico provável e encaminhamentos das medidas necessárias.



Precauções

Caseiros, empregados domésticos e população em geral



- 01** Seguir a etiqueta respiratória
- 02** Obedecer a conduta dos sintomas
- 03** Ao chegar da rua, trocar de roupa e sapatos e guardá-los em um saco fechado, de preferência fora da casa
- 04** Lavar as mãos, com água e sabão antes de entrar e até mesmo, antes de pegar na maçaneta da porta. Este cuidado vale para todos, mas deve ser reforçado se no local houver idosos ou pacientes do grupo de risco (com doenças crônicas e asma)



Precauções

Caseiros, empregados domésticos e população em geral



- 05** Intensificar a higienização dos ambientes incluindo maçanetas, torneiras, portas, janelas, computadores, botões de elevadores, corrimão e demais objetos
- 06** Intensificar a higienização dos sanitários existentes
- 07** Usar luvas para a higienização e fazer depois a limpeza e desinfecção das luvas de borracha com água e sabão seguido de fricção com álcool a 70%, por 20 segundos.



Precauções

Caseiros, empregados domésticos e população em geral



- 08** Manter os ambientes ventilados
- 09** Lavar as mãos com frequência com água e de preferência sabonete líquido e usar álcool 70%, principalmente depois de tossir ou espirrar, ir ao banheiro, antes das refeições e ao manipular alimentos
- 10** Realizar a desinfecção das mesas e cadeiras, friccionando com pano seco e limpo embebido com álcool 70% por 20 segundos



Precauções

Caseiros, empregados domésticos e população em geral



- 11** Intensificar a limpeza das áreas e superfícies com água e sabão ou produto próprio para limpeza.
- 12** Higienizar antes de guardar, os produtos comprados em supermercado. O mesmo vale para verduras, legumes e frutas, sobretudo se houver idosos e ou pacientes de risco na casa
- 13** O lixo deve ficar em local distante da cozinha. A manipulação, para a colocação na rua deve ser feita com luvas descartáveis