



Manual IFS Campus São Cristóvão Contra o Coronavírus

Equipe – Coordenadoria de Saúde Estudantil
Direção de Ensino
Elaborado por João Victor Lima de Freitas



INSTITUTO FEDERAL
Sergipe
Campus São Cristóvão



Compras

Evite ou refute moedas e notas durante a pandemia. Prefira pagar suas compras no cartão se possível.



Uso de Álcool

Passe álcool a 70% pelo menos uma vez por dia em torneiras, maçanetas, chaves, celular, tablet, laptop e os seus respectivos apetrechos.



Cuidado nos Veículos

Molhe uma folha de papel toalha com álcool a 70% e passe no volante, freio de mão, alavancas de marcha, maçanetas internas, controles de vidro e rádio.



Cuidado com Alimentos

Passe o álcool a 70% em embalagens de alimento para armazenamento.

É importante que o ambiente de armazenamento seja limpo.



Limpe os Alimentos

Alimentos perecíveis devem ser lavados numa solução diluída de água sanitária. Enxágue com bastante água corrente.



Limpe Quem Limpa

Até mesmo os produtos de limpeza devem ser limpos. Se não com álcool a 70%, deixe-os expostos ao sol por pelo menos 2 horas.



Roupa de Rua

Dedique um conjunto de roupas para caso tenha que sair de casa. Use-as somente se for sair, e não mantenha vestidas em casa.



Ao Sair

Lembre-se de desinfetar o carro. Na rua, mantenha entre 1 a 2 metros de distância das pessoas, se elas mostrarem sintomas.



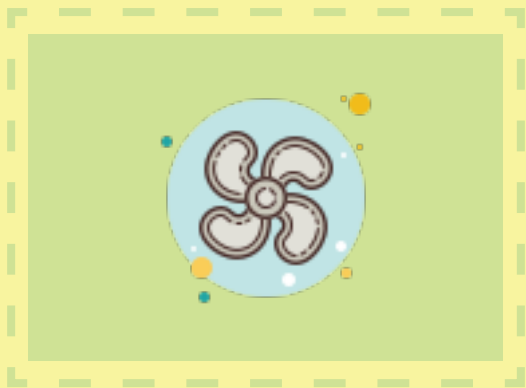
Cuidado Nunca é Demais

Sempre considere sua mão suja.
Não a leve a boca, olhos ou nariz.
Em caso de coriza, use
lenços descartáveis.



Ao Voltar

Quando voltar para casa, sempre tire os calçados, troque de roupa e limpe as mãos e os braços – até mesmo os cotovelos!



Sempre um Reserva

Sempre tenha um pouco de álcool a 70% junto com papel higiênico. Deixe em locais ventilados, acessíveis e frequentemente desinfetados.



Na Dúvida

Sempre lave as mãos com sabão.
Mantenha seu ambiente com
higienização constante.

Fonte - UFSC