

## Cuide-se e evite a propagação do coronavírus

Com a reabertura do comércio e cada dia com mais pessoas pelas ruas podemos dizer que o coronavírus já passou? Já estamos fora de perigo? Não. E, na verdade, é o contrário: o risco, agora, com mais circulação de pessoas, é muito maior!

Pesquisas apontam que é possível estar com o vírus mesmo sendo assintomático. Isto é, mesmo sem sentir sintomas, podemos estar contaminados e, consequentemente, existe o risco de transmissão da doença a outras pessoas. Além disso, com a chegada do inverno e com dias mais frios, sabe-se que as doenças respiratórias tendem a aumentar. Então, os cuidados precisam ser intensificados.

### Como ocorre a transmissão do coronavírus?

Uma pessoa com coronavírus transmite a doença para outra de forma direta ou por contato próximo por meio de:

- Toque no corpo (aperto de mão; abraço...);
- Gotículas de saliva;
- Espirro;
- Tosse;
- Catarro;
- Objetos ou superfícies contaminadas, como celulares, mesas, maçanetas, brinquedos, teclados de computador etc.

Ainda é incerto o período que o vírus pode permanecer vivo nos ambientes. Pesquisas apontam que dependendo da temperatura, da umidade e de outros fatores físicos e químicos, o coronavírus pode ficar ativo no ambiente (com capacidade de infecção) por horas ou até por dias. Por isso, a higienização frequente dos objetos

é imprescindível. Lembre-se que, para que o álcool seja efetivo, é necessário que ocorra fricção: tem que esfregar!

É muito importante manter medidas de precaução para o coronavírus:

- \* Lave com frequência as mãos até a altura dos punhos, com água e sabão, ou utilize álcool em gel 70%.
- \* Mantenha as unhas curtas e evite utilizar anéis, relógios e adereços que dificultam a higiene efetiva das mãos.
- \* Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.
- \* Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas.
- \* Ao tocar, lave sempre as mãos como já indicado.
- \* Mantenha uma distância mínima de cerca de 2 metros de qualquer pessoa tossindo ou espirrando.
- \* Evite abraços, beijos e apertos de mãos. Adote um comportamento amigável sem contato físico.
- \* Higienize com frequência o celular, os brinquedos das crianças e todos objetos de uso diário.
- \* Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos, copos e chimarrão.
- \* Mantenha os ambientes limpos e bem ventilados.
- \* Evite circulação desnecessária nas ruas. Se puder, fique em casa.
- \* Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos, e fique em casa até melhorar.
- \* Durma bem e tenha uma alimentação saudável.
- \* Utilize máscara quando sair de casa.

Fonte consultada:  
<https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca>

## Novos decretos das prefeituras de Alvorada e Porto Alegre

A Prefeitura de Alvorada publicou, nessa segunda-feira (15/06), o Decreto 78/2020 que determina a redução temporária do horário de funcionamento do comércio e serviços não essenciais a partir da quinta-feira (18/06). Com isso, bares, restaurantes e lojas de conveniências funcionarão das 10h às 22h. O documento ainda torna obrigatório o uso de máscara em todos locais públicos, não somente nos estabelecimento comerciais/serviços; e fica expressamente vedada a utilização de quadras de esportes (ver orientações no documento).

Devido ao aumento de casos de coronavírus na capital, a Prefeitura de Porto Alegre publicou o Decreto 20.608 na segunda-feira (15/06), que não permite o atendimento ao público de empresas com faturamento anual acima dos R\$ 4,8 milhões, de escritórios de advocacia, engenharia, consultoria, imobiliárias e serviços administrativos. Quanto aos shoppings, podem funcionar: farmácias e lojas de comércio e serviços na área da saúde; mercado e supermercados; restaurantes, bares de lancherias (até as 23h); bancos, terminais de autoatendimento, lotéricas e correios; estacionamentos; e posto da Polícia Federal. Lojas entram no critério de faturamento anual.

### Expediente:

Comitê de Gestão de Crise do Campus Alvorada para o enfrentamento ao novo coronavírus (Covid-19) – Portaria 55/2020  
[comite.covid19@alvorada.ifrs.edu.br](mailto:comite.covid19@alvorada.ifrs.edu.br)

As versões em Libras estão disponíveis em: <https://ifrs.edu.br/alvorada/institucional/comunicacao/informes-covid-19/>