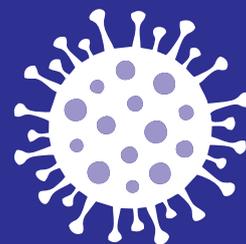




PREVENÇÃO CONTRA COVID-19



USO DE MÁSCARA

1. É obrigatório o uso de máscara cobrindo nariz e boca e ajustado perfeitamente ao rosto por todas as pessoas que acessam o Campus;
2. Recomenda-se uso de máscara N95/PFF2;
3. O Campus irá fornecer a máscara PFF2, a qual deve ser utilizada durante todo o tempo de permanência na instituição, mesmo por pessoas que estejam sozinhas em seu local/sala de trabalho, pois as partículas virais podem permanecer por horas no ar e promover novas infecções (a transmissão pode ocorrer, pois o vírus é propagado em pequenas partículas no ar).
4. Substitua a máscara por outra, quando estiver úmida ou suja.
5. Não utilize as máscaras com válvula, pois não protege quem está ao seu redor.
6. Não utilize nenhuma máscara por baixo da N95/PFF2 pois compromete a vedação.
7. Se for necessário utilizar máscara de pano, coloque-a por cima da máscara N95/PFF2.
8. O uso de protetor de acrílico (face shield) é recomendado.
9. A máscara somente deve ser retirada para ingestão de líquidos e alimentos.



4

9. Pelos faciais e barba impedem a vedação correta da máscara. Se possível, retire-os. É recomendado o uso de coques altos para pessoas com cabelos longos.



5

COLOCAÇÃO DA MÁSCARA



1

1. Higienizar as mãos com sabonete líquido ou álcool gel 70%;

2. Segurar a máscara N95 ou PFF2 com a pinça nasal próxima à ponta dos dedos deixando as alças pendentes;

3. Encaixar a máscara sob o queixo;

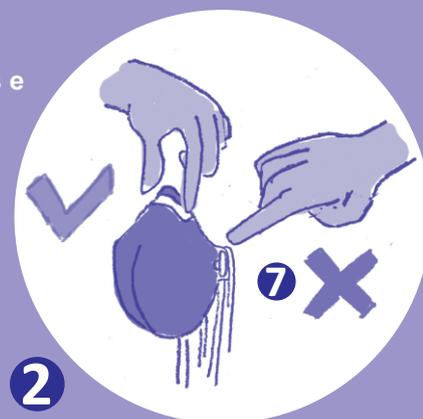
4. Posicionar um tirante na nuca e outro sobre a cabeça;

5. Ajustar a pinça nasal no nariz; Verificar a vedação;

6. Lembre que a máscara será como um filtro para evitar que você respire o ar contaminado.

7. Não pode haver brechas laterais e deve haver cobertura integral do queixo ao nariz;

8. Uma dica para saber se a máscara está bem ajustada é assoprar o ar e ver se ela infla. Se houver algum espaço por onde o ar esteja saindo, a máscara precisa ser ajustada novamente.



2



3



REMOÇÃO DA MÁSCARA

1. Higienizar as mãos com sabonete líquido ou álcool gel 70%;
2. Iniciar a retirada da máscara pelas tiras;
3. Retirar o tirante posicionado na nuca passando-o sobre a cabeça;
4. Retirar o outro tirante, passando-o sobre a cabeça;
5. Remover a máscara N95 ou PFF2 da face sem tocar a sua superfície externa e interna com os dedos e guardá-la.
6. Higienizar as mãos com sabonete líquido ou álcool gel 70%;

Para qualquer tipo de máscara, o uso e o descarte apropriados são essenciais para garantir proteção adequada:

Máscaras rasgadas ou amassadas devem ser descartadas.

Evitar tocar na máscara durante o uso;

Remover a máscara usando a técnica apropriada: não tocar a frente da máscara, mas sim removê-la pela parte de trás (pelas tiras);

Após a remoção, ou sempre que a máscara usada for inadvertidamente tocada, limpar as mãos com álcool gel ou lavar com água e sabão;

Máscara úmida deve ser trocada por outra, limpa e seca;

Não reutilizar máscaras descartáveis;

Descartar máscaras descartáveis após cada uso e imediatamente após serem removidas;

As máscaras devem ser usadas por uma única pessoa e não devem ser compartilhadas.

Não puxar a máscara para o pescoço (risco de contaminação).

Não há, ainda, um consenso sobre quantas vezes a máscara PFF2 ou N95 possa ser reutilizada.

Devemos, sempre, prezar pela integridade da máscara, fazendo uso correto e cuidando da colocação e retirada para evitar a contaminação.

Nunca acondicionar no mesmo recipiente várias máscaras PFF2 ou N95.

PFF2 OU N95 COMO REUTILIZAR?

É recomendado que se alterne o uso da máscara.

Após utilizar, esse tipo de máscara deve ficar em local arejado e longe do sol por no mínimo 72 horas para dar tempo do vírus morrer.

Pode deixá-la pendurada ou dentro de um saco plástico ou de papel, por exemplo.

Não lavar e nem molhar a máscara.

Não passar álcool na máscara.

