

MANUAL DE BIOSSEGURANÇA COVID-19



GRÊMIO PEDRO RUFINO

GRÊMIO PEDRO RUFINO
PRES RODOLFO MEDINA VICE PRES MARCOS DA S FREITAS

INTRODUÇÃO

O Virus SARS-COVID19 apresentou para todos nós a uma brusca mudança de comportamento, onde atitudes antes consideradas como normais, dentro da cultura de cada país, passaram a ser questionadas e, eventualmente, tiveram que serem abolidas. Cumprimentos com abraços, os beijinhos no rosto, apertos de mãos passaram a **ser coisas de um passado saudoso**.

Novos Hábitos também vieram para melhorar nosso convívio diário, onde tosses e espirros desmedidos, passaram a ser cautelosos, como flexionar braços ou usar lenços descartáveis, lançados em recipiente adequado, logo que imediato.

A sociedade se vê diante de decretos e leis, visando proteger a si e ao próximo, com varias regras que estamos abruptamente sendo obrigados a seguir. Enfim, é a vida em jogo.

Este conjunto de informações e ações está construindo uma nova sociedade, mostrando-nos a uma nova realidade, a um **NOVO SISTEMA CHEIO DE REGRAS**.

Este manual pretende estimular os **DIRETORES** e **SOCIOS**, bem como seus **DEPENDENTES** e **VISITANTES**, para essa nova era, que visa manter o nosso espaço de lazer e cultura dentro desse contexto de uma **NOVA REALIDADE** e, principalmente, direcionar de maneira justa a manutenção da saúde de todos que aqui participam ou nos visitam.

COMO O CORONAVÍRUS É TRANSMITIDO?



PELO AR



OBJETOS
CONTAMINADOS



CONTATO HUMANO

ATENÇÃO



ORIENTAÇÕES GERAIS

Em tempos de coronavírus é imprescindível nos mantermos **ALERTA**.

Além de usar os equipamentos de proteção individual (EPIs) adequados e de seguir os fluxos e protocolos já estabelecidos pela empresa, algumas **práticas** podem auxiliar no **combate ao vírus**.

VOCÊ SABIA QUE O CORONAVÍRUS SOBREVIVE EM DIFERENTES SUPERFÍCIES?



LUVAS CIRÚRGICAS



ALUMÍNIO



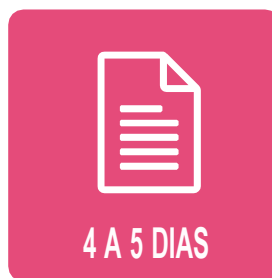
AÇO



VIDRO



MADEIRA



PAPEL



PLÁSTICO



Por isso, verifique o material exposto no seu ambiente de trabalho e mantenha apenas o que utiliza no dia a dia.



Coloque os papéis em plásticos, higienize-os com álcool 70% e faça o armazenamento dos demais materiais em armários ou gavetas.

PROCEDIMENTOS IDEAL PARA HIGIENIZAR



A higiene dos objetos é de extrema importância, além das mãos, é claro!



No início e término do seu turno e diante de qualquer sujeira aparente, higienize o ambiente de trabalho, como mesas, cadeiras, computadores, telefones, armários, impressoras, entre outros, com álcool 70%.



Limpe também as canetas e demais materiais de escritório.



Mantenha em sua mesa apenas o que for utilizar.



Higienize sempre as suas mãos com água e sabão ou álcool 70%.



Evite uso de adornos desnecessários.



Utilize a máscara e troque-a sempre que estiver suja e/ou úmida.



Pratique a etiqueta respiratória ao tossir ou espirrar.



Evite tocar a boca, o nariz e os olhos sem antes higienizar as mãos.



Não compartilhe copos, talheres e outros objetos.



Mantenha o ambiente arejado, com as portas e janelas abertas.



Cumprimente as pessoas sem aperto de mão, beijos ou abraço.



Mantenha distância de outras pessoas.

GREMIO PEDRO RUTINO 09/04/1961

REGRAS GERAIS

Países, Estados e Municípios vêm determinando princípios que norteiam o novo conceito de práticas saudáveis, onde cada um pode adotar maiores restrições, ou mesmo flexibilizá-las, diante de cada cenário e formas como estão sendo afetados.

Aqui no Gremio Pedro Rufino, as práticas são determinadas em função das políticas estabelecidas pelo Ministério da Saúde, Secretarias de Saúde de Governo do Estado e do Município. Assim como este Estabelecimento se insere neste contexto político e social, as nossas boas práticas sanitárias internas passam a ser:

MONITORAMENTO DE TEMPERATURA CORPORAL

Através de campanhas periódicas, diretores poderão aferir a temperatura de seus colaboradores, fornecedores, prestadores de serviços e sócios usuários. Quando for ultrapassada a temperatura de 37,8°C (medição remota na frente), serão orientados para procurar seus médicos em busca de avaliações e tratamentos específicos.



UTILIZAÇÃO DE ÁLCOOL GEL 70%

Estão disponíveis e espalhados pelas **INSTALAÇÕES** diversos recipientes para que, antes e após o contato manual com qualquer objeto de uso coletivo, a pessoa possa fazer a higiene secundária, tendo em vista ser recomendado como atitude primária o ato de lavar as mãos com água e sabão. Importante lembrar que o efeito da higienização das mãos só se estabelece quando as mãos estiverem secas após a aplicação do álcool 70%.



REGRAS GERAIS



HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

A conduta correta de lavar as mãos é um procedimento que deve durar tempo superior a 20 segundos, onde deverão ser seguidas as seguintes etapas:

- Molhe a palma da mão;
- Faça uso do sabão disponibilizado;
- Esfregue as palmas da mão;
- Esfregue o dorso de cada mão;
- Esfregue o espaço entre os dedos;
- Lave as extremidades das unhas contra a palma da mão;
- Esfregue os polegares contra a palma da mão semi- fechada; Esfregue os punhos em círculos contínuos contra a palma da mão; Esfregue o registro da torneira ou o botão hídrico;
- Enxágue punhos e mãos;
- Jogue água sobre o registro da torneira ou botão hídrico;
- Seque as mãos em corrente de ar ou papel toalha, ou use sua toalha individual e exclusiva.

REGRAS GERAIS



USO DE MÁSCARA

Sempre que estiver nas nossas dependências, o uso de máscara será obrigatório, com raras exceções quanto à sua liberação, divulgadas em nosso sistema de sinalização (quadros de aviso, murais, painéis, placas e sistema de som).

Aos colaboradores serão oferecidas máscaras disponibilizadas pelo mercado, sendo que também incentivamos o uso de máscaras caseiras, de modo a privilegiar o setor clínico com as profissionais.

Tão ou mais importante é saber utilizar corretamente este verdadeiro Equipamento de Proteção Individual, pois sua má utilização colocará em risco não só a saúde do usuário, como das pessoas próximas. Assim, vamos a um passo-a-passo:

- Antes de colocar a máscara, esteja com as mãos limpas, reforçando a aplicação de álcool em gel 70%;
- Fixe ao rosto, segurando-as pelas tiras elásticas laterais, para encaixá-las nas orelhas;
- Ajeite a máscara ao rosto, moldando-a pelas laterais;
- Jamais puxe a máscara pela parte frontal, região da boca e nariz;
- Ao utilizá-la por longo período e perceber que está úmida, substitua, retirando pelas tiras laterais;
- Siga os passos anteriores para repor uma nova máscara.

IMPORTANTE: máscaras descartáveis devem ser jogadas em cestos de lixo não reciclável e máscaras caseiras, guardadas em sacos plásticos para serem lavadas em casa. Faça isso com água, sabão, diluição de 100 ml de água sanitária em um litro de água, após secar, passe a ferro quente para o reuso.

REGRAS GERAIS



DISTANCIAMENTO

Ao adentrar as nossas dependências, você deverá respeitar o distanciamento mínimo de 1,5 m (um metro e meio) de uma pessoa para outra, seja para trabalhar ou mesmo para circular entre as áreas de convívio social e esportivo.



CUMPRIMENTOS

A nova ética de cumprimentar o próximo se limita aolhares, gestos à distância ou até mesmo o encontro entre cotovelo ou toque de punhos cerrados.



TOSSES E ESPIRROS

A nova prática de conduta higiênica obriga que, ao perceber a aproximação de tosses ou de espirros, tais atos sejam acompanhados de flexão de cotovelo, sendo sua parte interna apoiada contra a boca e nariz, evitando que residuais pulverizados se espalhem pelo ambiente.

Você também poderá tossir ou espirrar contra um lenço umedecido descartando na lixeira específica, higienizando suas mãos em seguida.

CONCEITOS BÁSICOS

VISÃO GERAL DAS NOSSAS INSTALAÇÕES

Ambientes que provocam proximidades e aglomerações de pessoas refletem a maior preocupação dos órgãos sanitaristas, com especial atenção a ambientes enclausurados, onde atitudes de cidadania remetem ao não compartilhamento de espaços, havendo preferência ou mesmo exclusividade àquele que adentrar em primeiro lugar ou já estiver fazendo uso do ambiente.

- **Em quadras esportivas para uso de modalidades como futebol society em grama sintética e saunas, quando liberados para uso coletivo, deverão ser seguidas regras de convívio sócio/esportivo e de lazer, evitando ao máximo no caso do futebol, abraços por comemorações de gols realizados.**
- **Dentro da piscina é comprovado, salvo melhor juízo, que o vírus não resiste ao cloro e produtos químicos usados na água. No entanto, evite aglomerar na área fora da piscina, e se for utilizar as espragueadeiras, mantenha o distanciamento de segurança.**

Regra geral, haverá necessidade de adoção de condições básicas de biossegurança, que remeterão a distanciamentos mínimos, higienização frequente das mãos e de locais, de objetos de utilização, mobílias e acessórios, além do apelo incondicional ao uso de máscaras, quando compatíveis à modalidade esportiva, ao tipo de lazer e ao ambiente.

Gremio Pedro Rufino em Bela Vista MS, 06 de janeiro de 2021

RODOLFO MEDINA – PRES GPR

MARCOS DA SILVA FREITAS – VICE PRES GPR

DIRETORES E CONSELHO FISCAL DO GPR 2017/2020