

Plano de contingência COVID-19

PROCEDIMENTOS DE BOAS PRÁTICAS



HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

A lavagem ajuda a eliminar os vírus que estiverem nas suas mãos.

As mãos devem ser lavadas, preferencialmente, com água e sabão durante pelo menos 20 SEGUNDOS. Se estes não estiverem disponíveis, utilize um desinfetante para mãos que tenha pelo menos 70% de álcool.

COM ÁGUA E SABÃO:



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



20
SEGUNDOS

1. Molhe as mãos com água
2. Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos
3. Esfregue as palmas das mãos, uma na outra
4. Palma com palma com os dedos entrelaçados
5. Esfregar o polegar em sentido rotativo
6. Esfregar o rotativamente os dedos
7. Esfregar o pulso com a mão contrária
8. Enxaguar as mãos com água
9. Secar as mãos com um toalhete descartável
10. Usar um toalhete de papel para fechar a torneira de acionamento manual

LAVAR AS MÃOS DEMORA APENAS
20 SEGUNDOS

POR DESINFEÇÃO COM SOLUÇÃO ALCOÓLICA 70%:

- Não usar solução alcoólica nas mãos visivelmente sujas;
- Aplicar a quantidade suficiente de solução alcoólica para cobrir ambas as mãos em todas as suas superfícies e punhos;
- Friccionar as mãos entre 20 a 30 segundos, até evaporar completamente a solução alcoólica, garantindo a secagem das mãos.