

MÁSCARAS CONTRA O CORONAVÍRUS: O QUE DEVEMOS SABER PARA NOS PROTEGER?

Orientações para trabalhadores de supermercados



A OMS (2020) recomenda que, para evitar a rápida disseminação do novo coronavírus, as pessoas pratiquem o isolamento social, tomem cuidado ao tossir, higienizem as mãos frequentemente com água e sabão ou álcool 70% e evitem levar as mãos ao rosto.

Além disso, usem máscaras sempre que for necessário sair de casa.

Para os setores econômicos que não param as atividades, o uso de máscaras é essencial e essa cartilha traz recomendações para tornar o uso ainda mais efetivo.

COMO USAR A MÁSCARA ADEQUADAMENTE

- Lave as mãos antes de colocá-la e depois de tirá-la;
- Coloque e retire a máscara segurando pelos elásticos;
- Cubra o nariz e o queixo sem deixar folgas nas laterais, mas sem esticar o tecido da máscara;
- Jamais deixe a máscara descansar no queixo, nariz, cabeça ou pescoço.

QUAL MÁSCARA USAR?

- **Máscara cirúrgica:** pode ser obtida em farmácias e são descartáveis;
- **Máscara de tecido:** deve ter duas camadas de pano e ser lavada após o uso, sendo deixada de molho em água com sabão, ou com água sanitária, por pelo menos 30 minutos.

POR QUE USAR MÁSCARA?

- As partículas virais ficam em suspensão no ar e você pode se contaminar mesmo que o doente não esteja mais presente no local;
- A máscara evita que a transmissão do vírus alcance muitas pessoas.

LEMBRE-SE!

- A máscara é de uso **individual**;
- O uso da máscara torna ainda mais importante a **higienização frequente das mãos**;
- O descarte das máscaras deve ser feito em sacolas plásticas ou garrafas PET;
- A máscara não exclui a importância de manter **distância de pelo menos 1 metro** de outras pessoas.

NO AMBIENTE DE TRABALHO

- Limpe com desinfetante regular e sistematicamente as superfícies e objetos (telefone, teclado, materiais de escritório, máquina para efetuar o pagamento carrinhos, cestas etc) do ambiente de trabalho;
- Certifique-se de que os funcionários e os clientes não apresentam sintomas respiratórios;
 - Na entrada do supermercado, medir a temperatura dos clientes e funcionários;
 - Todos os funcionários devem sempre usar máscaras de pano ou máscaras cirúrgicas, atentando-se para as recomendações de uso, ou seja: usá-las sobre o rosto e não retirá-las para se comunicar, nem quando o funcionário estiver sozinho sem atendimento;
 - Devem estar disponíveis dispositivos de álcool em gel (concentração 70%) em lugares específicos em todo o ambiente de trabalho;
- Funcionários e clientes devem ter acesso a lugares para lavar as mãos com água e sabão;
 - Não permita que os clientes consumam o alimento/produto no local juntamente com outras pessoas;
 - Prefira pagamento em cartão, evitando o manuseio de notas de dinheiro;
- Oriente que o próprio cliente insira o cartão e finalize a compra e, imediatamente após, higienize as mãos;
- Certifique-se que máscaras e lenços estão disponíveis no seu ambiente de trabalho;
- Certifique-se que há local para descarte das máscaras e lenços e que os lixos estejam tampados ou protegidos.

**PARA MAIS
INFORMAÇÕES**

Acesse a cartilha do PET Interprofissional para profissionais: *inserir website*