

ORIENTAÇÕES PARA CONSUMIDORES DE SERVIÇOS DE ALIMENTAÇÃO E MERCADOS

RESTAURANTES, COZINHAS INDUSTRIAIS, HIPER, SUPER E MINIMERCADOS

MEDIDAS DE CONTROLE PARA PREVENÇÃO DA INFECÇÃO PELO NOVO CORONAVÍRUS – COVID 19

16/abril/2020

EDIÇÃO 4



Atenção!

- Os clientes deverão usar máscara ao utilizar os Serviços de Alimentação e Mercados.
- O atendimento de clientes que não estejam usando máscaras de proteção poderá ser impedido conforme Decreto Municipal 20.807/20

1

MEDIDAS SANITÁRIAS RECOMENDADAS AOS CONSUMIDORES DE SERVIÇOS DE ALIMENTAÇÃO E MERCADOS

Devido a alta rotatividade de pessoas nos estabelecimentos de Serviços de Alimentação e Mercados, é necessário o reforço na adoção de boas práticas e cuidados que diminuam os riscos de contaminação.

- O uso de máscara deverá seguir as Boas Práticas de uso, remoção, higienização ou descarte:
 - Antes de colocar a máscara higienizar as mãos com água e sabão ou álcool 70%.
 - Colocar a máscara cuidadosamente para cobrir a boca e o nariz, ajustando com segurança para minimizar os espaços entre a face a máscara.
 - Evitar tocar na parte da frente da máscara, enquanto estiver em uso. Se o fizer, realizar imediatamente a higienização das mãos (lavagem com água e sabão ou fricção com álcool 70%).
 - Substituir a máscara por outra máscara limpa e seca a cada duas horas, ou assim que se tornar suja ou úmida.
 - Remover a máscara pelas tiras / elásticos laterais, nunca tocando na frente da máscara. Isso porque a face externa da máscara pode estar contaminada por toque das mãos previamente contaminadas e/ou por aproximação a pessoas infectadas, em distâncias menores de 1 metro.
 - Não reutilize máscaras descartáveis e nunca compartilhe máscaras.



O uso de máscaras sem seguir os procedimentos corretos fazem dela um fator de risco, pois pode passar uma falsa sensação de segurança, fazendo com que as pessoas negligenciem as outras condutas de higiene, como lavar com frequência as mãos e não levar as mãos na região do rosto. A máscara pode inclusive ser fonte de contaminação quando mal manuseada.



- Conforme o Decreto Municipal 20.782/20 e 20.789/20 os Serviços de Alimentação (restaurantes e similares) só atenderão mediante serviços de entrega.
- Os clientes NÃO poderão consumir os alimentos no local.
- Bares, cafés, casas de eventos e restaurantes de clube NÃO poderão funcionar.
- Restaurantes de fábricas e indústrias deverão respeitar capacidade máxima de 30%.



Prezado munícipe, não frequente locais públicos e permaneça em casa se apresentar os seguintes sintomas: febre, tosse, dor de garganta e/ou dificuldade em respirar.

- Ir às compras apenas uma pessoa por família.
- Evitar ir às compras crianças, idosos e demais pessoas do grupo de risco. Recomenda-se recorrer a alternativas diferenciadas de compras (Ex. compra com entrega remota).
- Nunca leve as mãos à boca, olho, nariz ou cabelos quando estiver fora de casa ou quando permanecer por muito tempo sem lavar as mãos, considere que as mãos estão sempre sujas!
- Não use o celular enquanto escolhe produtos, dano preferência para uso somente após higienização.
- Lavar adequadamente as mãos com água e sabão várias vezes ao dia e manter por perto frasco de álcool em gel 70% para uso próprio.
- Em filas de espera de pedido, de caixas e sanitários, e também durante as compras manter distância segura de no mínimo 1m.
- Evite utilizar sanitários públicos, fazendo-o somente em casos de urgência.
- Se precisar usar sanitários públicos, mantenha os seguintes cuidados:
 - ao abrir a torneira, proteja as mãos com papel descartável (ou lave a torneira com água e sabão enxaguando bem).
 - lave muito bem as mãos. Veja os detalhes no cartaz da página 7.
 - use papel toalha descartável para secar as mãos e para fechar a torneira (quando não for torneira automática).
 - use papel toalha descartável para abrir a porta do sanitário, descartando-o em lixeira externa.
- Evite conversar e fale somente o necessário. Gotículas de saliva podem contaminar mercadorias e objetos.
- Verificar se o estabelecimento protege os balcões/bufê com aparato de vidro ou similar para disposição dos alimentos para consumo, contra contaminantes oriundos dos consumidores, tais como gotículas de saliva, entre outros (estabelecido por Lei Municipal Nº 9396/97).
- Recomenda-se que os talheres descartáveis disponibilizados pelos serviços de alimentação estejam em embalagens individualizadas.
- Caso o local possua bebedouro, não tocar a boca no bico ejetor de água e não encostar bicos de garrafas e nem a superfície de copos.
- Evitar o consumo de produtos de origem animal crus ou mal cozidos. Carne crua, leite ou órgãos de animais devem ser manuseados com cuidado, para evitar a contaminação cruzada com alimentos não cozidos, conforme as boas práticas de manipulação de alimentos.
- Utilize prioritariamente cartão para o pagamento das compras, evitando ao máximo manusear moedas e notas.



- Após colocar as compras no porta malas do carro e abrir da porta, passe álcool gel 70% nas mãos ainda fora do veículo (antes de entrar).
- Ao adentrar seu carro utilize álcool 70% com papel toalha descartável para higienizar: volante, freio de mão, maçaneta interna da porta, controle de vidros e controle de rádio.

Recomendações ao chegar em casa:

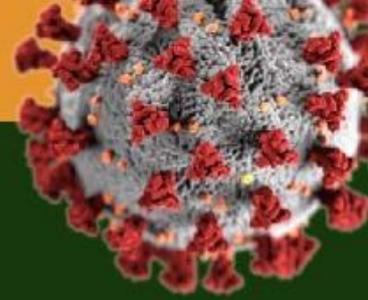
- Não toque em nada, antes de se higienizar.
- Deixe os sapatos utilizados na rua para o lado de fora ou totalmente separados em área de entrada delimitada como “área suja”.
- Deixe bolsa, carteira, chaves etc, em um apoio na entrada.
- Lave as mãos e os braços até o cotovelo e troque de roupa, tomando banho se possível.
- Limpe seu celular e os óculos com sabão e água ou álcool.
- Escolha um local na casa para apoiar e desembalar suas compras.
- Retire todos os produtos de dentro da embalagem que veio do ambiente externo (sacola, caixa, pacote) e os apoie no local limpo.
- Descarte a embalagem que veio do ambiente externo (sacola, caixa, pacote) diretamente no lixo. Lave as mãos em seguida.
- Higienize frutas, verduras e hortaliças (antes de guardar) com água sanitária diluída, seguindo as orientações do rótulo e depois enxágue com bastante água.
- Se for guardar algum produto em prateleira, armário ou geladeira, realize a higienização antes do armazenamento. Use água e sabão líquido (se o tipo de embalagem permitir) ou higienize com álcool 70%. Lembre-se de separar de um lado os alimentos que serão higienizados e de outro os que já foram higienizados.
- Se for consumir algum produto, lembre-se de lavar novamente as mãos antes de se servir.

Todas as orientações, recomendações e decretos sobre a COVID-19 em Campinas estão disponíveis no endereço eletrônico:

covid-19.campinas.sp.gov.br

e telefone: [160](tel:160)





COMO FAZER UMA SEGURA E EFICIENTE

MÁSCARA CASEIRA

MODELO SUGERIDO PELO MINISTÉRIO DA SAÚDE EM NOTA INFORMATIVA Nº3 DE 2020

IMPORTANTE:

- A MÁSCARA É DE USO INDIVIDUAL. NÃO COMPARTILHE .
- ELA PODE SER UTILIZADA POR ATÉ 2 HORAS. AO SAIR DE CASA, LEVE OUTRA UNIDADE HIGIENIZADA DENTRO DE UM PLÁSTICO LIMPO.
- NÃO UTILIZE A MÁSCARA EM CRIANÇAS MENORES DE 2 ANOS OU OUTRAS PESSOAS QUE NÃO TENHAM CONDIÇÕES DE RETIRÁ-LAS SOZINHAS.
- 1 CAMISETA RENDE 2 MODELOS DE MÁSCARA. EVITE CAMISETAS MUITO DESGASTADAS E/OU RASGADAS.
- HIGIENIZAR FREQUENTEMENTE AS MÃOS E PERMANECER EM ISOLAMENTO DOMICILIAR SÃO AS PRINCIPAIS RECOMENDAÇÕES PARA EVITAR O CONTÁGIO.

MODELO 1



VOCÊ VAI PRECISAR DE:

TESOURA, LINHA, AGULHA DE COSTURA, PAPEL TOALHA E UMA CAMISETA.

OS TECIDOS IDEAIS SÃO TRICOLINE, COTTON (COMPOSTO DE POLIÉSTER 55% E ALGODÃO 45%) E TECIDO DE ALGODÃO (100% ALGODÃO)



MARQUE A CAMISETA CONFORME AS INDICAÇÕES DA IMAGEM



CORTE A CAMISETA USANDO COMO BASE AS MARCAÇÕES INDICADAS



FAÇA UM PONTO DE SEGURANÇA NA PARTE INFERIOR PARA SEGURAR AS DUAS PARTES DO TECIDO



INSIRA UM PAPEL TOALHA ENTRE AS CAMADAS E TROQUE O PAPEL A CADA REUTILIZAÇÃO



LAVE AS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO ANTES DE COLOCAR A MÁSCARA



A MÁSCARA DEVE COBRIR TOTALMENTE A BOCA E O NARIZ



AMARRE A ALÇA SUPERIOR NA ALTURA DAS ORELHAS



PUXE AS ALÇAS INFERIORES PARA TRÁS



AMARRE AS ALÇAS NA DIREÇÃO DO TOPO DA CABEÇA



VISTA LATERAL DO RESULTADO FINAL



A MÁSCARA PODE SER USADA POR ATÉ 2 HORAS



PARA RETIRAR, PUXE PELAS LATERAIS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE E LAVE AS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO OU ÁLCOOL GEL A 70%

HIGIENIZE A MÁSCARA ANTES DO PRIMEIRO USO E APÓS CADA USO

- MERGULHE A MÁSCARA EM SOLUÇÃO DE HIPOCLORITO (10ML DE ÁGUA SANITÁRIA + 490ML DE ÁGUA) POR 30 MINUTOS
- ENXAGUE A MÁSCARA E LAVE COM ÁGUA E SABÃO,
- DEIXE SECAR COMPLETAMENTE (PREFERENCIALMENTE AO SOL)
- PASSE COM FERRO E GUARDE EM LOCAL LIMPO

SE POSSÍVEL, FAÇA A HIGIENIZAÇÃO DA MÁSCARA IMEDIATAMENTE, OU COLOQUE EM SACO PLÁSTICO PARA LAVAR DEPOIS.

Créditos: Erika Fernanda Garcia Pedrozo



PREFEITURA DE
CAMPINAS

SECRETARIA
DE SAÚDE

DEVISA Departamento de
Vigilância em Saúde

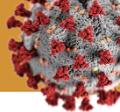


COMITÊ MUNICIPAL DE ENFRENTAMENTO
DA PANDEMIA DE INFECÇÃO HUMANA
PELO NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19)

4

SAIBA MAIS EM:

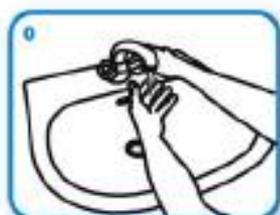
CORONAVIRUS.CAMPINAS.SP.GOV.BR



Lavagem das mãos



Duração total do procedimento: 40-60 seg.



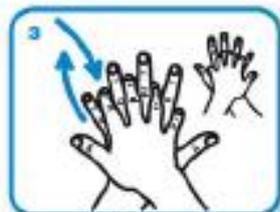
Molhe as mãos com água



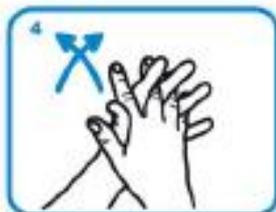
Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



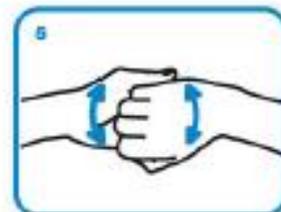
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



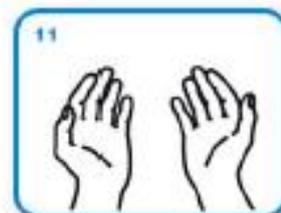
Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável

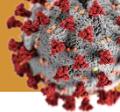


Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual



Agora as suas mãos estão seguras.





Como Higienizar as Mãos com Produto Alcoólico

Friccione as mãos com produto alcoólico! Higienize as mãos com água e sabonete quando estiverem visivelmente sujas!

 **Duração de todo o procedimento: 20 a 30 segundos**



Aplique uma quantidade suficiente de produto alcoólico em uma mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies das mãos



Friccione as palmas das mãos entre si



Friccione a palma direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa



Friccione a palma das mãos entre si com os dedos entrelaçados



Friccione o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos e vice-versa



Friccione o polegar esquerdo, com o auxílio da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa



Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo um movimento circular e vice-versa



Quando estiverem secas, suas mãos estarão seguras