

PROTOCOLO DE RETORNO ÀS ATIVIDADES PRESENCIAIS

O retorno às atividades presenciais na universidade precisa ser cuidadosamente planejado. Segundo a Recomendação Nº 061, de 03 de setembro de 2020, do Conselho Nacional de Saúde, a retomada das aulas presenciais só deverá ocorrer “depois que a pandemia estiver epidemiologicamente controlada, [...] e após a implementação de ações de monitoramento contínuo e rápido para permitir intervenção oportuna quando necessário, objetivando, acima de tudo, a preservação da vida.” Nessa perspectiva, o retorno às atividades presenciais na UNESPAR seguirá as orientações das autoridades sanitárias. A decisão de retomada observará os cenários epidemiológicos do Brasil, estados e municípios de abrangência da universidade, para que se garanta maior grau de segurança em relação à prevenção do contágio do novo Coronavírus. Dessa forma, este protocolo de biossegurança oferece contribuição para a tomada de decisão no que diz respeito a reunir orientações necessárias para um retorno seguro.

DO DESLOCAMENTO

Deslocamento para o campus de carro:

- Higienizar as mãos antes de entrar no carro;
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca;
- Higienizar o carro, principalmente: volante, puxadores de porta interna, cinto de segurança e porta copos;
- Deixar as janelas do veículo abertas para circulação de ar;
- Higienizar as mãos após sair do carro.

Deslocamento para o campus de transporte coletivo

- Higienizar as mãos antes de embarcar e ao desembarcar dos ônibus;
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca;
- Deixar, se possível, as janelas do veículo abertas para circulação de ar;
- Usar máscara de proteção ao longo do trajeto.

Deslocamento para o campus de transporte escolar:

- Higienizaras mãos antes de embarcar e ao desembarcar do transporte escolar;
- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca;
- Utilizar, se necessário, lenço descartável, descartando-o em saco fechado;
- Deixar, se possível, as janelas do veículo abertas para circulação de ar;
- Usar máscara de proteção ao logo do trajeto

DAS MEDIDAS DE PREVENÇÃO INDIVIDUAL E/OU COLETIVA

Saída e chegada em casa é recomendado para estudantes, docentes, agentes universitários e terceirizados;

Ao sair de casa

- Evitar sair de casa sem máscara. Se for demorar mais de 2h, levar mais de uma máscara para troca;
- Levar garrafa de água de uso pessoal;
- Levar um saco ou sacola de plástico para armazenar a máscara após 2 horas de uso ou se estiver úmida;
- Manter os cabelos presos e evitar o uso de brincos, anéis e colares;
- Caso utilize transporte público, seguiras orientações descritas no item Transporte Público;
- Evitar o uso de dinheiro em papel, dê preferência aos cartões, higienizando as mãos imediatamente;
- Lavar e higienizar as mãos após tocar em qualquer objeto ou superfície;
- Evitar tocar o rosto antes de higienizar as mãos;
- Manter distanciamento das pessoas;
- Observar se apresenta os sintomas da COVID-19, relacionados neste plano.

Ao retornar para casa:

- Evitar tocar em objetos antes de higienizar as mãos;
- Tirar os sapatos e deixá-los para fora da casa, se possível;
- Deixar bolsa, carteira, chaves etc. em uma caixa na entrada;

- Lavar a garrafa de água utilizada no deslocamento;
- Tomar banho ou lavar todas as áreas expostas;
- Limpar o celular e os óculos com sabão, água ou álcool;
- Limpar a parte externa de mochila ou pasta, com álcool, antes de guardar.

DOS CASOS DE CONTAMINAÇÃO

O campus deverá informar casos de contágio à Secretaria Municipal de Saúde para monitoramento dessas situações. Caso ocorra contaminação entre docentes, discentes e técnicos administrativos, o campus poderá adotar medidas como:

- a) Suspensão das atividades presenciais apenas da turma em que ocorreu a contaminação por 10 dias;
- b) Interdição do campus por 10 dias, caso julgar necessário.

DOS GRUPOS DE RISCO

Art. 13. Estudantes, professores, trabalhadores e frequentadores da Instituição de Ensino que pertençam a grupo de risco, conforme Portaria Conjunta nº 20, do Ministério da Economia e Secretaria Especial de Previdência e Trabalho, de 18 de junho de 2020, e Guia de Vigilância Epidemiológica do Ministério da Saúde, podem frequentar as atividades presenciais, desde que em local arejado e higienizado ao fim de cada turno de trabalho.

§ 1º São considerados grupo de risco:

- I - idade igual ou superior a 60 anos;
- II - gestantes em qualquer idade gestacional;
- III - lactantes com filhos de até 06 meses de idade;
- IV - pessoas com as seguintes condições clínicas: cardiopatias graves ou descompensadas (insuficiência cardíaca, infartados, revascularizados, portadores de arritmias, hipertensão arterial sistêmica descompensada); pneumopatias graves ou descompensadas (portadores de Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica - DPOC ou asma moderada/grave); imunodeprimidos; doentes renais crônicos em estágio avançado (graus 3, 4 e 5), doença hepática em estágio avançado, diabéticos conforme juízo clínico, e obesidade (IMC \geq 40).

§ 2º Para o atendimento ao público previsto no caput deste artigo, devem ser estabelecidas e mantidas estratégias para a condução das atividades, sem prejuízo ao

aprendizado e inclusão dos alunos.

DO USO DE MÁSCARAS

- O uso de máscara será obrigatório para todas as pessoas.
- Recomenda-se a troca de máscara a cada 2 horas ou sempre que ela estiver úmida ou suja. Todos deverão trazer máscaras limpas adicionais, acondicionadas em um saco plástico, para a troca durante o período de permanência na instituição, separando as máscaras limpas das já utilizadas;
- Máscara: as máscaras de tecido ou outros materiais caseiros não têm evidências científicas que comprovem o desempenho e não são eficazes contra a variante Ômicron. Como a variante é mais transmissível, as medidas de proteção precisam acompanhar o risco;
- Se você quiser melhorar um pouco a eficácia, use uma cirúrgica descartável por baixo, mas ainda haverá um risco considerável se você se aproximar de uma pessoa contaminada em um ambiente não ventilado;
- As máscaras adequadas são as do tipo PFF2, que têm sistema de filtragem eficiente e podem ser reutilizadas até 5 vezes (considerando o uso de um dia de trabalho), desde que haja um intervalo entre os usos;
- Utilizar máscaras, conforme orientação da autoridade sanitária, de forma a cobrir a boca e o nariz o tempo todo; quando for comer ou beber, faça o com um bom distanciamento, de preferência ao ar livre;
- Seguir as regras de etiqueta respiratória para proteção, em casos de tosse e espirros;
- Lavar as mãos com água e sabão ou higienizá-las com álcool em gel 70%;
- Evitar cumprimentar com aperto de mãos, beijos ou abraços;
- Sempre que for tocar na máscara faça higienização das mãos antes;
- Respeitar o distanciamento de pelo menos 1m (um metro) entre as pessoas;
- Manter o cabelo preso e evitar usar acessórios pessoais, como brincos, anéis e relógios.

DO DISTANCIAMENTO:

- O distanciamento recomendado é de 1,0 m entre duas pessoas; sugerimos usar como referência a distância de um comprimento sem contato físico.

- Não se iniba em pedir para o colega ficar mais longe; sua turma pode desenvolver códigos ou sinais para tornar isso menos constrangedor; adote um comportamento amigável sem contato físico;
- Às vezes temos a impressão de que as medidas de distanciamento são exageradas, mas no contexto de uma sala de aula ou mesmo na cantina, atitudes displicentes podem desencadear um abandono das medidas de distanciamento;
- A tendência é, à medida que nos habituamos com a rotina, relaxarmos nas medidas – fique atento a isso também;
- Use tanto quanto possível o espaço do estacionamento para conversar e consumir alimentos e bebidas;
- Dentro dos banheiros devem ficar apenas duas pessoas de cada vez.

DA VENTILAÇÃO:

- As salas de aula devem permanecer todo o tempo com janelas e portas abertas
- O uso de ar condicionado e ventilador deve ser evitado, mas caso seja necessário, caberá ao campus a verificação, manutenção e higienização rigorosa desses equipamentos;
- Entre uma aula e outra devemos sair todos da sala e circular um pouco para renovar o ar lá dentro.

OUTRAS ORIENTAÇÕES IMPORTANTES:

- Evite tocar nos olhos, nariz e boca.
- As mãos tocam muitas superfícies e podem carregar o vírus, e nem sempre estão higienizadas;
- Quando tossir ou espirrar, cubra a boca e o nariz preferencialmente com lenço descartável.
- Em seguida, descarte o imediatamente e higienize as mãos;
- Se você tiver febre, tosse e dificuldade em respirar, queda da pressão arterial, taquicardia, vômitos frequentes, diarreia e desidratação, a atenção deve ser redobrada: é hora de procurar atendimento presencial imediato;

- Se você perceber sintomas de Covid 19, ou se fizer um teste e der positivo, deve ficar isolado; o tempo de isolamento é de sete dias no caso de pessoas com sintomas leves a moderados.
- O período de quarentena pode ser reduzido para cinco dias caso esteja sem sintomas, e ao final deve ser feito um novo teste antes de retornar (com resultado negativo);
- A recomendação é que o teste de covid 19 e de gripe sejam feitos entre o terceiro e quinto dia após o início dos sintomas, visto que esse período é a melhor janela para detecção do vírus e menor risco de o resultado apontar um “falso negativo”. Em qualquer situação de suspeita ou confirmação de Covid 19,
- você deve informar imediatamente as pessoas com quem você teve contato próximo. Essas são as medidas de contenção, mas além delas é muito importante a sua consciência e responsabilidade individual de se isolar caso tenha alguma suspeita (seja por sintoma, ou por ter tido contato com pessoa que testou positivo). Informe o caso para o coordenador do seu curso; ele poderá orientá-lo sobre as alternativas para recuperar as aulas.

Mantenha essas medidas o tempo todo, não somente no campus. Se você precisa estar em sala de aula, evite aglomerações de todo o tipo no seu cotidiano, incluindo fins de semana. Só vamos superar esse momento difícil se definirmos nossas atitudes individuais pensando no coletivo.