



INSTITUTO FEDERAL
Rio de Janeiro

PROTOCOLO DE BIOSSEGURANÇA PARA AS ATIVIDADES PRESENCIAIS DE ESTUDANTES NO IFRJ





Autoria: Comitê de Saúde e Segurança do Trabalho do IFRJ – composto pelas equipes da Gestão Ambiental, da Saúde do Trabalhador e da Segurança do Trabalho.

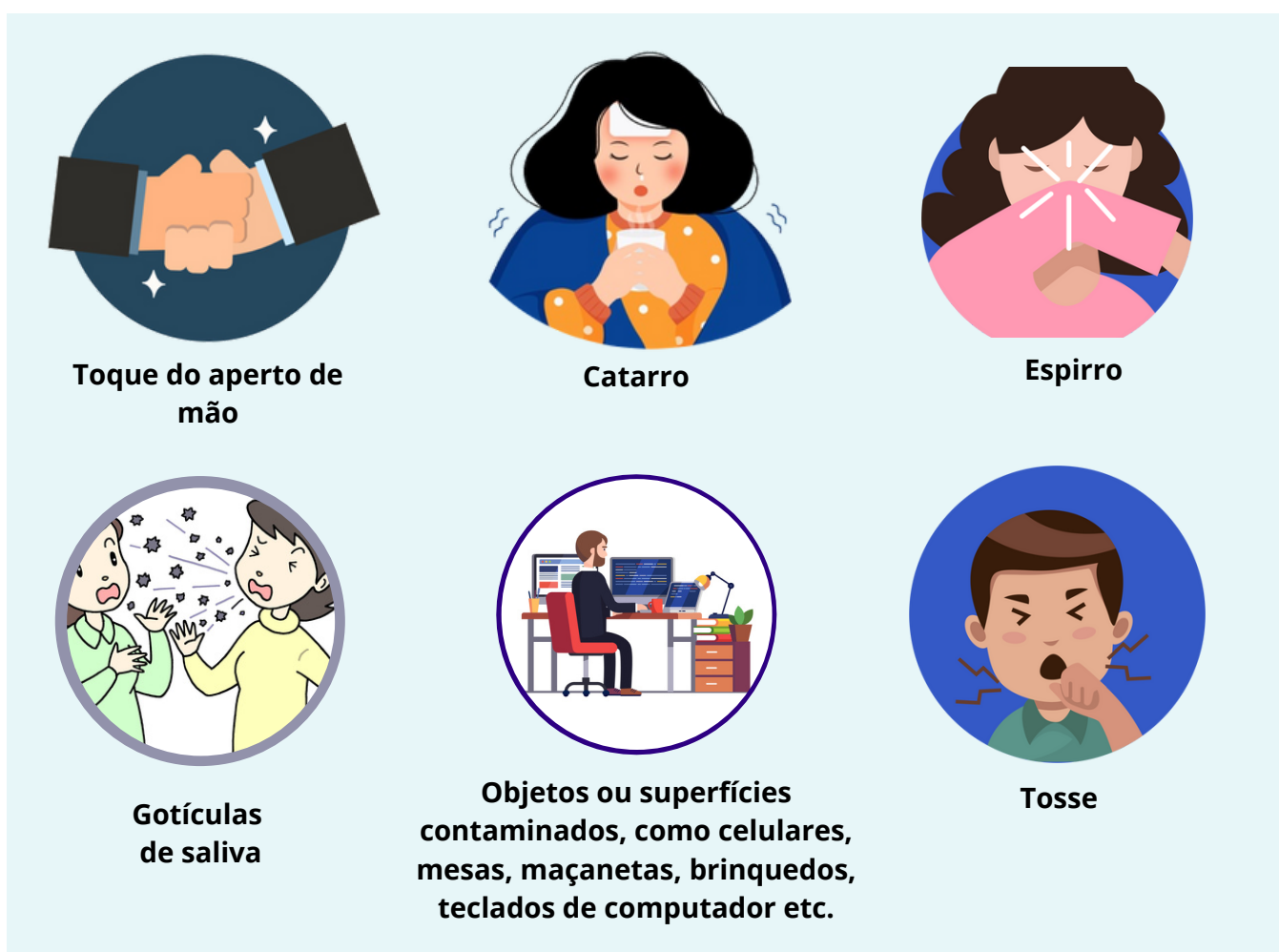


INSTITUTO FEDERAL
Rio de Janeiro

Queridos estudantes, para a nossa proteção e a de nossos familiares, precisamos ficar atentos a uma nova forma de convívio social, principalmente no ambiente escolar, em virtude da COVID-19.

A COVID-19 é uma doença causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, que apresenta um quadro clínico que varia de infecções sintomáticas a quadros respiratórios graves. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a maioria dos pacientes com COVID-19 (cerca de 80%) podem ser assintomáticos e cerca de 20% dos casos podem requerer atendimento hospitalar por apresentarem dificuldade respiratória; desses casos, aproximadamente 5% podem necessitar de suporte para o tratamento de insuficiência respiratória — suporte ventilatório. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020a.)

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo ou por meio de:



Portanto, é fundamental estarmos atentos às formas de prevenção, para que o contágio da doença seja minimizado, e a nossa saúde, preservada, adotando as recomendações descritas neste documento.

Vale destacar que este protocolo apresenta um conjunto de recomendações a serem observadas por todos no retorno às atividades presenciais. Ademais, o Comitê de Saúde e Segurança do Trabalho do IFRJ não recomenda que seja exigida a testagem laboratorial para a COVID-19 como condição das atividades, por não haver, até o momento, recomendação técnica para isso.

Recomendações Gerais do Ministério da Saúde para a Prevenção da COVID-19



Lave com frequência as mãos até a altura dos punhos, com água e sabão, ou então higienize com álcool a 70%, líquido ou em gel, assim como objetos de uso diário (p. ex., o celular).



Ao tossir ou espirrar quando não estiver usando a máscara, cubra nariz e boca com um lenço ou com o braço (e não com as mãos).



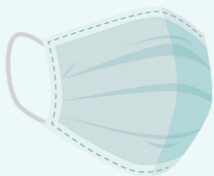
Evite tocar no rosto com as mãos não higienizadas, especialmente durante o período em que estiver em deslocamento no transporte público. Se precisar tocar o rosto (e após o tocar), higienize sempre as mãos conforme indicado.



Utilize máscaras caseiras ou artesanais feitas de tecido desde a saída de sua residência, durante o tempo em que permanecer no IFRJ e até o momento em que retornar para sua moradia.



Evite o uso de adornos; mantenha os cabelos presos, bem como a barba e as unhas aparadas, para evitar o acúmulo de sujeira nesses locais dificilmente (ou menos) higienizados.



Atente à necessidade de troca da máscara de acordo com seu estado de higiene e conservação (rasgada, suja ou úmida), não excedendo o prazo de 2 horas, periodicidade atualmente indicada pelo Ministério da Saúde. Para isso, carregue consigo máscaras sobressalentes, íntegras e limpas.



Não compartilhe objetos de uso pessoal (como talher, prato, copo, toalha, pano de prato, canetas ou qualquer outro utilizado no ambiente laboral).



Evite contato com pessoas que apresentem sinais ou sintomas da doença.



Mantenha os ambientes limpos e bem-ventilados.



Sempre que possível, durma bem, mantenha uma alimentação saudável e pratique atividades físicas regularmente.



Quando precisar utilizar luvas, cuide para que a parte externa não toque na pele e, após removê-las, higienize as mãos com água e sabão ou com álcool a 70%, líquido ou em gel.



Adote um comportamento amigável, porém sem contato físico.



Evite circulação desnecessária nas ruas. Sempre que puder, fique em casa.

Caso se sinta doente, com sintomas gripais, evite contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos. Comunique no mesmo instante sua chefia imediata quanto à necessidade de **se manter em isolamento domiciliar pelo tempo preconizado pelo Ministério da Saúde e/ou por orientação de seu profissional assistente**. Se necessitar, entre em contato com o Disque Saúde (136) para orientações.

Atenção ao descarte correto de máscaras e luvas descartáveis:

- Fora de ambiente hospitalar, indica-se que o descarte seja feito junto ao lixo comum, e **nunca** na forma de material para reciclagem;
- Em ambientes hospitalares, as máscaras, luvas e os demais equipamentos de proteção individual (EPIs) devem ser direcionados para o lixo de resíduos infectantes, o qual irá para tratamento e fim adequados, diferentemente do que ocorre com o lixo comum;
- A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) e outros órgãos de Saúde ainda reforçam que a utilização de materiais descartáveis deve ser feita de forma individual e única, isto é, após o primeiro uso, eles têm de ser descartados imediatamente.

Recomendações aos Estudantes do IFRJ em Relação aos Casos Suspeitos ou Confirmados de COVID-19

- O Comitê de Saúde e Segurança do Trabalho do IFRJ orienta os pais ou responsáveis a aferir a temperatura dos alunos antes de eles irem para o IFRJ e ao retornarem para suas residências. Caso a temperatura do estudante esteja acima de 37,8° C, a recomendação é permanecer no domicílio e observar se há surgimento de sintomas adicionais.
- Caso você se sinta doente, com sintomas gripais, evite contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos. Comunique imediatamente sua coordenação de curso quanto à necessidade de manter-se em isolamento domiciliar pelo tempo preconizado pelo Ministério da Saúde e/ou por seu profissional assistente de saúde. E, se necessitar, entre em contato com o Disque Saúde (136) para orientações.
- Se estiver com suspeita de COVID-19 e for atendido primeiramente pelos Serviços de Saúde (Sersas), deverá ser encaminhado para o Sistema Único de Saúde (SUS) ou para a rede assistencial privada de uso da família, a fim de que seja feito o devido diagnóstico, acompanhamento e tratamento. **O IFRJ não fará testagem de estudantes com suspeita de COVID-19.**
- Se você se enquadrar como portador de doença(s) de risco, deverá apresentar aos seus coordenadores de curso comprovação de sua condição de saúde, emitida por seu médico assistente, para planejamento.



Não são recomendadas atividades presenciais aos alunos com condições de risco, a saber:

- a) idade igual ou superior a 60 anos;
- b) tabagismo;
- c) obesidade;
- d) miocardiopatias de diferentes etiologias (insuficiência cardíaca, miocardiopatia isquêmica etc.);
- e) hipertensão arterial;
- f) doença cerebrovascular;
- g) pneumopatias graves ou descompensadas (asma moderada/grave, DPOC);
- h) imunodepressão e imunossupressão;
- i) doenças renais crônicas em estágio avançado (graus 3, 4 e 5);
- j) diabetes melito, conforme juízo clínico;
- k) doenças cromossômicas com estado de fragilidade imunológica;
- l) neoplasia maligna (exceto câncer não melanótico de pele);
- m) cirrose hepática;
- n) doenças hematológicas (incluindo anemia falciforme e talassemia); e
- o) gestação.



Recomendações Específicas a Serem Adotadas no Ambiente Escolar

- Respeite a **distância mínima de 1,0 metro entre indivíduos** em todo o ambiente escolar (salas de aula, biblioteca, auditório, laboratório, quadra de esportes, área de convivência e de uso comum, inclusive nas formações de filas para entrada e saída dos espaços). Em refeitórios, mantenha o distanciamento mínimo de 2,0 metros.
- Nas salas de aula, respeite o intervalo estabelecido pela disposição das carteiras, evitando movimentá-las durante o turno escolar. Se tal movimentação for necessária, ela deve ser autorizada pelo docente que está conduzindo a atividade, sendo necessário respeitar o distanciamento de 1,0 metro entre os indivíduos.
- No auditório, respeite o intervalo de dois assentos vagos para cada assento ocupado, de forma intercalada com a fileira anterior e a posterior.
- Respeite os novos horários de entrada e saída escalonados, bem como de intervalos, para evitar aglomerações.
- Respeite as barreiras físicas nas entradas dos setores que realizam atendimento ao público.
- Utilize máscaras desde a saída de sua residência, durante o tempo em que permanecer no IFRJ e até o momento em que retornar para sua residência.
- Atente à necessidade de troca da máscara; para isso, carregue consigo máscaras sobressalentes.
- Retire a máscara apenas no momento das refeições e da higiene bucal.

- Higienize as mãos com álcool a 70% antes e após o uso de bebedouros. Não encoste a boca nas saídas de água; em vez disso, tenha à mão um copo de uso pessoal.
- Evite tocar superfícies com alta frequência de contato, como botões de elevador, maçanetas, corrimões, interruptores etc. Se for necessário, após o toque, higienize as mãos com álcool a 70%.
- Evite elevadores. Em caso de necessidade, respeite o limite de um usuário por vez ou a distância mínima de 1,0 metro entre indivíduos.
- Mantenha portas e janelas abertas para a necessária ventilação.
- Mantenha os aparelhos de ar-condicionado preferencialmente desligados.
- Evite permanecer na escola nos momentos livres de atividades acadêmicas. É recomendado que os estudantes retornem para suas residências quando não houver compromissos na escola por longos períodos antes e após as aulas e as atividades acadêmicas.
- Observe e respeite as orientações dos profissionais da saúde, dos assistentes de alunos, bem como dos professores, coordenadores, diretores e demais servidores de seu *campus*.

Recomendações a Serem Adotadas nos Alojamentos

- Nunca compartilhe leitos nem utilize o leito do colega.
- Intensifique as ações de limpeza do espaço e dos pertences.
- Utilize máscara durante todo o tempo em que estiver no alojamento.
- Proíba a movimentação de alunos não alojados nas dependências do alojamento.
- Mantenha bem-ventilados os locais compartilhados do alojamento, como cozinha, refeitório, banheiro etc.
- Afaste imediatamente os alojados que apresentem suspeita ou confirmação de contaminação, com pronta comunicação aos responsáveis, para o devido isolamento domiciliar e cuidados de saúde necessários.

Os que fazem parte do grupo de risco devem dormir em quartos individuais. Caso não seja possível, devem manter-se a pelo menos 1,5 metro de distância do colega.

Será realizada triagem periódica de todos os alojados, por meio de uma verificação sistemática de sinais e sintomas. Os alojados que apresentarem suspeita ou confirmação de contaminação serão afastados imediatamente, com pronta comunicação aos responsáveis, para o devido isolamento domiciliar e cuidados de saúde necessários.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (ANVISA). **Uso de luvas** – folha informativa 6. Disponível em: https://www.anvisa.gov.br/servicosade/controler/higienizacao_oms/folha%20informativa%206.pdf. Acesso em: jul. 2020.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DO MERCADO DE LIMPEZA PROFISSIONAL (ABRALIMP). **Manual de procedimentos de limpeza durante a pandemia de COVID-19**. 1. ed. 2020. Versão I. 29/05/2020. Disponível em: <https://revistahigiplus.com.br/wp-content/uploads/2020/06/manual-procedimento-limpeza-covid-escritorios.pdf>. Acesso em: jul. 2020.

BRASIL. Ministério da Economia. Secretaria de Gestão e Desempenho de Pessoal. **Instrução normativa nº 19, de 12 de março de 2020**. Estabelece orientações aos órgãos e entidades do Sistema de Pessoal Civil da Administração Pública Federal - SIPEC, quanto às medidas de proteção para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional decorrente do coronavírus (COVID-19). DIÁRIO OFICIAL DA UNIÃO, edição 50, seção 1, p. 13, 13 mar. 2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/instrucao-normativa-n-19-de-12-de-marco-de-2020-247802008>. Acesso em: out. 2021.

BRASIL. Ministério da Economia. Secretaria de Gestão e Desempenho de Pessoal. **Instrução normativa nº 21, de 16 de março de 2020**. Altera a Instrução Normativa nº 19, de 12 de março de 2020, que estabelece orientações aos órgãos e entidades do Sistema de Pessoal Civil da Administração Pública Federal - SIPEC, quanto às medidas de proteção para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional decorrente do coronavírus (COVID-19). DIÁRIO OFICIAL DA UNIÃO, edição 52, seção 1, p. 17, 17 mar. 2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/instrucao-normativa-n-21-de-16-de-marco-de-2020-248328867>. Acesso em: out. 2021.

BRASIL. Ministério da Economia. Secretaria de Gestão e Desempenho de Pessoal. **Instrução normativa nº 27, de 25 de março de 2020**. Altera a Instrução Normativa nº 19, de 12 de março de 2020, que estabelece orientações aos órgãos e entidades do Sistema de Pessoal Civil da Administração Pública Federal - SIPEC, quanto às medidas de proteção para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional decorrente do coronavírus (COVID-19). DIÁRIO OFICIAL DA UNIÃO, edição 59, seção 1, p. 43, 26 mar. 2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/instrucao-normativa-n-27-de-25-de-marco-de-2020-249807664>. Acesso em: out. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Coronavírus (COVID-19)**. 2020a.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Secretaria de atenção primária à saúde**: protocolo de manejo clínico do coronavírus (COVID-19) na atenção primária à saúde. Versão 9. Brasília – DF, maio. 2020b.

SUDEMA. **Saiba como fazer o descarte correto de luvas e máscaras**. Disponível em: <http://sudema.pb.gov.br/noticias/saiba-como-fazer-o-descarte-correto-de-luvas-e-mascaras>. Acesso em jul. 2020.



**INSTITUTO
FEDERAL**
Rio de Janeiro



@ifrj.oficial



/ifrj.oficial



/ifrjoficial

portal.ifrj.edu.br