

CARTILHA DE ORIENTAÇÃO DE MEDIDAS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL E COLETIVA

A segurança e bem-estar de todos no ambiente de trabalho são fundamentais. Esta cartilha apresenta orientações essenciais para a adoção de medidas de proteção individual e coletiva, visando criar um ambiente mais seguro e saudável para todos.

MEDIDAS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPIS E BOAS PRÁTICAS)

Higiene das Mãos:

- Lave as mãos frequentemente com água e sabão por pelo menos 20 segundos, especialmente após tossir, espirrar, usar o banheiro e antes das refeições.
- Utilize álcool em gel 70% quando não for possível lavar as mãos, garantindo a desinfecção adequada.
- Evite tocar o rosto (olhos, nariz e boca) sem antes higienizar as mãos.

Uso de Máscaras (se aplicável e recomendado):

- Caso haja recomendação ou exigência para o uso de máscaras (por exemplo, para o manuseio de pastas e processos antigos), utilize-a corretamente, cobrindo nariz e boca.
- Evite tocar a máscara enquanto a estiver usando.
- Descarte máscaras descartáveis em lixo fechado e lave máscaras de tecido diariamente.

Etiqueta Respiratória:

- Ao tossir ou espirrar, cubra a boca e o nariz com um lenço de papel ou utilize a parte interna do cotovelo.
- Descarte o lenço de papel imediatamente em uma lixeira com tampa.

Utilização Adequada de Equipamentos:

- Ao manusear equipamentos de uso comum, como impressoras, bebedouros ou máquinas de café, higienize as mãos antes e depois.
- Caso utilize EPIs específicos para sua função (luvas, óculos de proteção), certifique-se de que estão em bom estado e utilize-os corretamente. Em caso de dúvidas, procure o seu supervisor.

MEDIDAS DE PROTEÇÃO COLETIVA (AMBIENTE E ORGANIZAÇÃO)

Ventilação do Ambiente:

- Mantenha portas e janelas abertas sempre que possível para garantir a circulação do ar.
- Verifique se os sistemas de ar-condicionado estão com a manutenção em dia e filtros limpos.

Limpeza e Desinfecção do Ambiente:

- Colabore com a limpeza e desinfecção regular de superfícies de alto contato (maçanetas, interruptores, corrimãos, bancadas, etc.).
- Mantenha seu espaço de trabalho individual organizado e livre de objetos desnecessários que possam dificultar a limpeza.

Disponibilização de Insumos:

- O IPSEC disponibiliza álcool em gel 70% em pontos estratégicos de atendimento ao público.
- Será garantido o abastecimento contínuo de sabonete líquido e toalhas higienizadas nos banheiros e áreas de copa.
- Disponibilizaremos sinalização e extintores de incêndio adequados às necessidades do Instituto.

Organização dos Espaços:

- Respeite a sinalização e as orientações para o uso de áreas comuns, como copas e salas de reunião, a fim de evitar aglomerações.

Descarte Adequado de Resíduos:

- Utilize as lixeiras adequadas para o descarte de lixo comum e, se houver, para recicláveis.

Comunicação e Conscientização:

- Fique atento aos avisos e comunicados internos sobre novas orientações de segurança.

SUA COLABORAÇÃO É FUNDAMENTAL!

A efetividade dessas medidas depende da colaboração de todos. Ao seguir estas orientações, você não apenas se protege, mas contribui ativamente para a segurança e saúde de toda a equipe.

Juntos, construímos um ambiente de trabalho mais seguro e produtivo.

Se você tiver alguma dúvida ou sugestão, não hesite em procurar a equipe responsável.