



CORONAVÍRUS O QUE VOCÊ PRECISA SABER

COSSBE-SIASS/PROGEPE/UFJF

ESTA PÁGINA REÚNE AS PERGUNTAS E AS RESPOSTAS MAIS FREQUENTES SOBRE O CORONAVÍRUS SARS-COV-2 E A DOENÇA COVID-19, PUBLICADAS NO PORTAL DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA. COMO SE TRATA DE UMA DOENÇA RECENTE, A CADA MOMENTO NOVAS DESCOBERTAS ESTÃO SENDO FEITAS. ASSIM, AS ORIENTAÇÕES TÉCNICAS PODEM MUDAR, DE MODO QUE É SEMPRE IMPORTANTE VERIFICAR AS DATAS DE PUBLICAÇÃO DOS CONTEÚDOS E BUSCAR POR INFORMAÇÕES ATUALIZADAS EM SITES DE INSTITUIÇÕES CONFIÁVEIS, COMO A ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE E O MINISTÉRIO DA SAÚDE.

PARA MAIS INFORMAÇÕES, ENTRE EM CONTATO PELO NOSSO **FALE CONOSCO - MEDIDAS DE ENFRENTAMENTO À COVID-19**, DE SEGUNDA-FEIRA A SEXTA-FEIRA, DAS 10H ÀS 13H, PELO WHATSAPP (32) 2102-3269; E, DE 13H ÀS 16H, PELO WHATSAPP (32)2102-2265.





**CORONAVÍRUS
O QUE VOCÊ PRECISA SABER**

PERGUNTAS FREQUENTES

1) Qual o distanciamento que devo manter durante a execução das minhas atividades?

Com o objetivo de evitar aglomerações em qualquer ambiente da instituição, orienta-se manter uma distância mínima de um metro e meio (1,5m) entre as pessoas. O limite proposto é para garantir a proteção dos envolvidos de acordo com os espaços existentes no âmbito da UFJF, mas, caso haja possibilidade de ampliar o distanciamento, esta é uma medida importante, juntamente com outras como a ventilação dos espaços, o uso de EPIs e o rodízio de trabalhadores.

(Fonte: Protocolos de Biossegurança da UFJF – Comissão de Infraestrutura e Saúde – Agosto de 2020)

2) Trabalho em um ambiente administrativo, quais EPI's devo utilizar?

Durante as atividades em ambiente administrativo, são recomendados os seguintes procedimentos ou equipamentos: máscara de tecido; manter distância de pelo menos 1,5 metro de outras pessoas; se necessário e possível, instituir barreiras físicas, de forma a favorecer o distanciamento maior que 1,5 metro (ex.: faixa no piso etc.). Observação: se não for garantido o distanciamento de 1,5 metro do público usar óculos de proteção ou protetor facial.

(Fonte: Protocolos de Biossegurança da UFJF – Comissão de Infraestrutura e Saúde – Agosto de 2020)



**CORONAVÍRUS
O QUE VOCÊ PRECISA SABER**

PERGUNTAS FREQUENTES

3) Com que frequência devo higienizar as minhas mãos?

As mãos devem ser higienizadas nas seguintes situações dentro da Instituição:

- » Ao entrar e ao sair da Instituição;
- » Ao entrar e ao sair da sala de aula;
- » Ao entrar e ao sair do refeitório, da cantina e da copa;
- » Ao entrar e ao sair do banheiro;
- » Ao entrar e ao sair dos laboratórios;
- » Ao entrar e ao sair da biblioteca;
- » Ao entrar e ao sair dos setores de produção vegetal e animal;
- » Ao entrar e ao sair da moradia estudantil;
- » Ao entrar e ao sair dos demais setores;
- » Ao colocar e ao retirar a máscara facial;
- » Após tossir, espirrar ou assoar o nariz;
- » Antes e após tocar em objetos e em utensílios.

(Fonte: Protocolos de Biossegurança da UFJF – Comissão de Infraestrutura e Saúde – Agosto de 2020)



**CORONAVÍRUS
O QUE VOCÊ PRECISA SABER**

PERGUNTAS FREQUENTES

4) Posso utilizar o ar-condicionado no meu ambiente de trabalho?

Não é recomendada a utilização de aparelho de ar-condicionado, devemos manter o ambiente com o maior número possível de janelas e de portas abertas. Só devemos utilizar o aparelho de ar-condicionado naqueles ambientes em que haja uma real necessidade.

Ressaltamos que, naqueles ambientes em que seja necessária a utilização de ar-condicionado, devemos garantir a manutenção do aparelho em dia, realizando sempre a limpeza dos filtros.

(Fonte: Protocolos de Biossegurança da UFJF – Comissão de Infraestrutura e Saúde – Agosto de 2020)

5) Posso realizar atendimento ao público externo no meu ambiente de trabalho?

Sim, é possível realizar atendimento ao público externo. Nessas situações, recomendamos que seja feito o agendamento prévio, evitando assim aglomerações e sempre manter o distanciamento mínimo e a utilização dos equipamentos recomendados.

(Fonte: Protocolos de Biossegurança da UFJF – Comissão de Infraestrutura e Saúde – Agosto de 2020)



CORONAVÍRUS O QUE VOCÊ PRECISA SABER

PERGUNTAS FREQUENTES

6) Como devo proceder com os documentos/objetos de origem externa?

Se possível, deixar os documentos/objetos em um período de quarentena, e sempre higienizar as mãos antes e após manuseá-los.

Os vírus que se depositam sobre uma superfície, dependendo das características dessa superfície, podem permanecer viáveis por algumas horas ou até dias. Estudo recente, publicado no New England Journal of Medicine, descobriu que o vírus é viável por até 72 horas em plásticos e aço inoxidável, 24 horas em papelão e quatro horas em cobre. A quantidade de vírus existentes nas superfícies vai diminuindo com o passar das horas, reduzindo o risco de contaminação. O mais importante é evitar tocar em superfícies com as quais muitas pessoas têm contato, o que inclui mesas, bancadas, maçanetas, interruptores, telefones, teclados, torneiras etc.

(Fonte: Protocolos de Biossegurança da UFJF – Comissão de Infraestrutura e Saúde – Agosto de 2020 - <https://portal.fiocruz.br/pergunta/quanto-tempo-o-coronavirus-permanece-ativo-em-diferentes-superficies>)

7) Posso beber água do bebedouro?

É possível beber a água do bebedouro, sim, sendo orientado utilizar o jato específico para uso do copo ou garrafa pessoal, nunca direto do bico do bebedouro. Importante também a higienização das mãos antes e depois do uso dos bebedouros.

(Fonte: Protocolos de Biossegurança da UFJF – Comissão de Infraestrutura e Saúde - Agosto de 2020)



CORONAVÍRUS O QUE VOCÊ PRECISA SABER

PERGUNTAS FREQUENTES

8) Com que frequência devo realizar a troca dos meus EPI's?

Não existe um prazo determinado para a troca de EPI's, sendo recomendado substituí-los sempre que não estiverem mais em condições de utilização. Com relação a máscara de tecido de uso individual, é importante a troca a cada 2 ou 3 horas, ou sempre que ela estiver úmida. A máscara cirúrgica deve ser trocada a cada 4 horas, ou caso esteja molhada ou com sujeira.

(Fonte: Protocolos de Biossegurança da UFJF – Comissão de Infraestrutura e Saúde – Agosto de 2020; NOTA TÉCNICA Nº. 03/2020 - GVSPSS/SUVISA/SES USO DE MÁSCARAS PELA POPULAÇÃO EM GERAL. Emitida em: 08 de abril de 2020.)

9) Trabalho em ambiente de saúde, quais os EPI's devo utilizar?

Durante as atividades administrativas em ambiente de saúde, são recomendados os seguintes procedimentos ou equipamentos: máscara de tecido; manter distância de pelo menos 1,5 metro de outras pessoas; se necessário e possível, instituir barreiras físicas, de forma a favorecer o distanciamento maior que 1,5 metro (ex.: placas de acrílico, faixa no piso etc.). Observação: se não for garantido o distanciamento de 1,5 metro do público e se não for possível colocar barreira acrílica, usar óculos de proteção ou protetor facial.

Nas atividades de assistência em ambiente de saúde, são recomendados os seguintes procedimentos ou equipamentos: higienização das mãos; máscara cirúrgica (+ outros EPI's de acordo com a precaução padrão, e, se necessário, precauções específicas, como touca, avental, luvas e máscaras N-95); manter uma distância de pelo menos 1,5 metros de outras pessoas.

(Fonte: Protocolos de Biossegurança da UFJF – Comissão de Infraestrutura e Saúde – Agosto de 2020)



**CORONAVÍRUS
O QUE VOCÊ PRECISA SABER**

PERGUNTAS FREQUENTES

10) Como devo proceder com os objetos compartilhados do meu setor (computador, telefone, etc)?

Devemos higienizar os objetos antes e depois de sua utilização. Importante também a higienização das mãos antes e depois do uso dos equipamentos/objetos compartilhados. Utilizar álcool a 70% para higienização dos objetos. Ressaltamos que devemos utilizar o plástico filme (PVC) nos materiais eletrônicos para não danificá-los, fazendo a substituição sempre que necessário.

(Fonte: Protocolos de Biossegurança da UFJF – Comissão de Infraestrutura e Saúde – Agosto de 2020)

11) Como faço para obter os insumos necessários no dia a dia (EPI's, álcool gel, etc)

Os pedidos de insumos devem ser feitos por meio de requisição no SIGA.

(Fonte: Protocolos de Biossegurança da UFJF – Comissão de Infraestrutura e Saúde – Agosto de 2020)

12) Trabalho sozinho no meu setor, necessito utilizar a máscara mesmo assim?

Sim, mesmo trabalhando sozinho é necessário a utilização de máscaras.

(Fonte: Protocolos de Biossegurança da UFJF – Comissão de Infraestrutura e Saúde – Agosto de 2020)



**CORONAVÍRUS
O QUE VOCÊ PRECISA SABER**

PERGUNTAS FREQUENTES

13) Realizei teste RT PCR para COVID-19 e deu positivo, o que devo fazer?

Procure atendimento de serviço de saúde* para avaliação, e, se possuir atestado médico de afastamento do trabalho, deverá enviá-lo pelo Atestado Web no aplicativo do SIGEPE ou pelo Serviços do Servidor do Portal SIGEPE. Sendo demandado atendimento pericial, a equipe da Unidade COSSBE/SIASS fará esse agendamento. Até o desfecho da avaliação médica não atuar presencialmente.

- Rede Municipal de Atenção à Saúde: Disque-coronavírus e Busco Saúde. Criados a partir de parceria entre a Prefeitura de Juiz de Fora (PJF) e a Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), empresa privada e startups, o serviço presta atendimento, é gratuito e esclarece ao cidadão dúvidas sobre a covid-19 e também como proceder em caso de suspeita da doença. O serviço é feito através do telefone (32) 3512-0768 ou do link Busco Saúde (<https://buscosaude.automaway.com.br/Identity/Account/Login>) e funciona de segunda a sexta-feira, das 8 às 18 horas. Fora do horário de funcionamento do Busco Saúde, procurar a unidade de saúde mais próxima.
- Rede de Saúde Suplementar: consulte o seu plano de saúde para receber informações sobre o fluxo de atendimento para casos suspeitos de Covid-19.

(Fonte: Anexo 1B do Protocolo de triagem da saúde do público em atividades presenciais ou semipresenciais na UFJF, no contexto da pandemia de COVID-19)



**CORONAVÍRUS
O QUE VOCÊ PRECISA SABER**

PERGUNTAS FREQUENTES

14) Realizei teste RT PCR para COVID-19 e deu negativo, o que devo fazer?

Manter a rotina de trabalho/atividades, desde que não esteja apresentando sinais e sintomas compatíveis com a COVID-19 e que não haja orientação médica no sentido contrário. Caso a sua condição de saúde se altere, considerando que estava inicialmente assintomático para a COVID-19, com aparecimento de sinais e sintomas, procure atendimento de serviço de saúde* para avaliação. Até o desfecho da avaliação médica não atuar presencialmente.

- Rede Municipal de Atenção à Saúde: Disque-coronavírus e Busco Saúde. Criados a partir de parceria entre a Prefeitura de Juiz de Fora (PJF) e a Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), empresa privada e startups, o serviço presta atendimento, é gratuito e esclarece ao cidadão dúvidas sobre a covid-19 e também como proceder em caso de suspeita da doença. O serviço é feito através do telefone (32) 3512-0768 ou do link Busco Saúde (<https://buscosauade.automaway.com.br/Identity/Account/Login>) e funciona de segunda a sexta-feira, das 8 às 18 horas. Fora do horário de funcionamento do Busco Saúde, procurar a unidade de saúde mais próxima.
- Rede de Saúde Suplementar: consulte o seu plano de saúde para receber informações sobre o fluxo de atendimento para casos suspeitos de Covid-19.

(Fonte: Anexo 1B do Protocolo de triagem da saúde do público em atividades presenciais ou semipresenciais na UFJF, no contexto da pandemia de COVID-19)



CORONAVÍRUS O QUE VOCÊ PRECISA SABER

PERGUNTAS FREQUENTES

15) Estou apresentando quadro respiratório agudo com um ou mais dos sinais ou sintomas (febre acima de 37,8°C, calafrios, tosse, dor de garganta, coriza e falta de ar, dores musculares, cansaço ou fadiga, congestão nasal, perda do olfato ou paladar e diarreia) nas últimas 72 horas, o que devo fazer?

Procure atendimento de serviço de saúde* para avaliação, e, se possuir atestado médico de afastamento do trabalho, deverá enviá-lo pelo Atestado Web no aplicativo do SIGEPE ou pelo Serviços do Servidor do Portal SIGEPE. Sendo demandado atendimento pericial, a equipe da Unidade COSSBE/SIASS fará esse agendamento. Até o desfecho da avaliação médica não atuar presencialmente.

- Rede Municipal de Atenção à Saúde: Disque-coronavírus e Busco Saúde. Criados a partir de parceria entre a Prefeitura de Juiz de Fora (PJF) e a Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), empresa privada e startups, o serviço presta atendimento, é gratuito e esclarece ao cidadão dúvidas sobre a covid-19 e também como proceder em caso de suspeita da doença. O serviço é feito através do telefone (32) 3512-0768 ou do link Busco Saúde (<https://buscosaude.automaway.com.br/Identity/Account/Login>) e funciona de segunda a sexta-feira, das 8 às 18 horas. Fora do horário de funcionamento do Busco Saúde, procurar a unidade de saúde mais próxima.
- Rede de Saúde Suplementar: consulte o seu plano de saúde para receber informações sobre o fluxo de atendimento para casos suspeitos de Covid-19.

(Fonte: Anexo 1B do Protocolo de triagem da saúde do público em atividades presenciais ou semipresenciais na UFJF, no contexto da pandemia de COVID-19)



CORONAVÍRUS O QUE VOCÊ PRECISA SABER

PERGUNTAS FREQUENTES

16) Alguém do meu convívio (domiciliar ou não) apresentou quadro respiratório agudo com um ou mais dos sinais ou sintomas (febre acima de 37,8°C, calafrios, tosse, dor de garganta, coriza e falta de ar, dores musculares, cansaço ou fadiga, congestão nasal, perda do olfato ou paladar e diarreia) nos últimos 14 dias, o que devo fazer?

Manter a rotina de trabalho/atividades, desde que não esteja apresentando sinais e sintomas compatíveis com a COVID-19. Caso torne-se sintomático para COVID-19, procure atendimento de serviço de saúde* para avaliação, e, se possuir atestado médico de afastamento do trabalho, deverá enviá-lo pelo Atestado Web no aplicativo do SIGEPE ou pelo Serviços do Servidor do Portal SIGEPE. Sendo demandado atendimento pericial, a equipe da Unidade COSSBE/SIASS fará esse agendamento. Até o desfecho da avaliação médica não atuar presencialmente.

- Rede Municipal de Atenção à Saúde: Disque-coronavírus e Busco Saúde. Criados a partir de parceria entre a Prefeitura de Juiz de Fora (PJF) e a Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), empresa privada e startups, o serviço presta atendimento, é gratuito e esclarece ao cidadão dúvidas sobre a covid-19 e também como proceder em caso de suspeita da doença. O serviço é feito através do telefone (32) 3512-0768 ou do link Busco Saúde (<https://buscosauade.automaway.com.br/Identity/Account/Login>) e funciona de segunda a sexta-feira, das 8 às 18 horas. Fora do horário de funcionamento do Busco Saúde, procurar a unidade de saúde mais próxima.
- Rede de Saúde Suplementar: consulte o seu plano de saúde para receber informações sobre o fluxo de atendimento para casos suspeitos de Covid-19.

(Fonte: Anexo 1B do Protocolo de triagem da saúde do público em atividades presenciais ou semipresenciais na UFJF, no contexto da pandemia de COVID-19)



CORONAVÍRUS O QUE VOCÊ PRECISA SABER

PERGUNTAS FREQUENTES

17) Tive contato com caso confirmado da COVID-19, entre 02 dias antes e 14 dias após o início dos sinais ou sintomas ou da confirmação laboratorial, em uma destas situações: ter contato durante mais de 15 minutos a menos de 1,5 metro de distância; compartilhar o mesmo ambiente domiciliar; ser profissional de saúde ou outra pessoa que cuide diretamente de um caso da COVID-19, o que devo fazer?

Alterar a rotina de trabalho, para trabalho remoto. Caso torne-se sintomático para COVID-19, procure atendimento de serviço de saúde* para avaliação, e, se possuir atestado médico de afastamento do trabalho, deverá enviá-lo pelo Atestado Web no aplicativo do SIGEPE ou pelo Serviços do Servidor do Portal SIGEPE. Sendo demandado atendimento pericial, a equipe da Unidade COSSBE/SIASS fará esse agendamento. Até o desfecho da avaliação médica não atuar presencialmente.

- Rede Municipal de Atenção à Saúde: Disque-coronavírus e Busco Saúde. Criados a partir de parceria entre a Prefeitura de Juiz de Fora (PJF) e a Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), empresa privada e startups, o serviço presta atendimento, é gratuito e esclarece ao cidadão dúvidas sobre a covid-19 e também como proceder em caso de suspeita da doença. O serviço é feito através do telefone (32) 3512-0768 ou do link Busco Saúde (<https://buscosauade.automaway.com.br/Identity/Account/Login>) e funciona de segunda a sexta-feira, das 8 às 18 horas. Fora do horário de funcionamento do Busco Saúde, procurar a unidade de saúde mais próxima.
- Rede de Saúde Suplementar: consulte o seu plano de saúde para receber informações sobre o fluxo de atendimento para casos suspeitos de Covid-19.

(Fonte: Anexo 1B do Protocolo de triagem da saúde do público em atividades presenciais ou semipresenciais na UFJF, no contexto da pandemia de COVID-19)