

Rita de Oliveira Costa.

# DEPARTAMENTO DE SESMT ECOL GESTÃO DE FACILITIES - DGX TERCEIRIZAÇÃO

## COMO LAVAR AS MÃOS CORRETAMENTE

Lavar as mãos com frequência é uma maneira simples de prevenção

Lave bem suas mãos com água e sabão

Lave o dorso das suas mãos

entre os dedos, debaixo das unhas e os polegares

50 seg

Todo o processo dura cerca de 50 segundos

Não esqueça de ir até os punhos

Seque com toalha descartável (em ambientes coletivos); Se a torneira não for automática, use a toalha de papel para fechá-la.

Vale também ter sempre consigo álcool em gel para fazer a limpeza das mãos quando não houver outros meios à disposição.

Lave as mãos com água e sabão ou use álcool em gel

Cubra o nariz e boca ao espirrar ou tossir

Evite aglomerações se estiver doente

Mantenha os ambientes bem ventilados

Não compartilhe objetos pessoais

## Como prevenir o contágio

Gestão de Facilities

### PADRÃO DE LIMPEZA PREVENTIVA (COVID-19)

#### 3 PASSOS PARA HIGIENIZAÇÃO COM DESINFECÇÃO



#### 1º Limpeza com Pano Semiúmido

Finalidade: Retirar a Sujeidade inicial.  
Pano: não utilizar em outro local, enviar para lavanderia.



#### 2º Limpeza Normal de Rotina

Finalidade: deixar a superfície limpa.



#### 3º Limpeza com Pano Úmido + Desinfectante

Finalidade: Desinfectar a superfície.

Fu recebi as orientações e treinamento referente às boas práticas de Higienização e Prevenção do COVID-19. Declaro estar ciente que devo obrigatoriamente usar os EPIs para minha prevenção e bem estar.

Nome: Rita de Oliveira Costa RG: \_\_\_\_\_

Rita de Oliveira Costa  
Assinatura – Data: 12/02/2021

Alvaris Silva  
Instrutor Técnico – Data: 12/02/2021