



TODAS (OS) CONTRA O NOVO CORONAVÍRUS

ORIENTAÇÃO PARA ENTREGADORAS (ES) DE MERCADORIA

É importante adoção dessas ações para enfrentamento da pandemia **COVID-19**

TODAS(OS) NO #COMBATE

AO SAIR DE CASA



LEVAR KIT HIGIENE DO TRABALHO: MÍNIMO DE 06 MÁSCARAS DE PANO/TNT, LUVAS DE PROCEDIMENTO OU PLÁSTICO, ALCÓOL A 70%, PANINHOS DE LIMPEZA

MANTER ACESSO FÁCIL AO KIT HIGIENE E ESTABELEÇER ROTINA DE LIMPEZA

HIGIENE PESSOAL (BANHO, ESCOVAÇÃO DOS DENTES, LAVAGEM DAS MÃOS)

1

HIGIENE DO VEÍCULO (MOTO BICICLETA)+BOLSAS/CAIXAS DE TRANSPORTE DAS MERCADORIAS COM ÁGUA/SABÃO OU ÁGUA SANITÁRIA. SE CARRO (ÁREA INTERNA).



2

MANTER MODO DE VIDA SAUDÁVEL. SONO E REPOUSO ADEQUADOS

8



MANTER ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

9



MANTER HIDRATAÇÃO NO MÍNIMO 2 LITROS DE ÁGUA POR DIA

10

DURANTE O TRABALHO

NÃO TROCAR MATERIAIS PESSOAIS COM OUTRAS PESSOAS

7

BUSCAR ESCLARECIMENTOS SOBRE QUAL SERÁ O LOCAL DA ENTREGA (CASA / EDIFÍCIO), CONFIRMAR NOMES DAS(OS) CLIENTES E O NÚMERO DOS PEDIDOS

5



ADOTAR ETIQUETA RESPIRATÓRIA AO TOSSIR E ESPIRRAR (USAR A PARTE INTERNA DO COTOVELO)

6

TROCAR MÁSCARA A CADA 2 HORAS. SE MÁSCARA DE PANO GUARDAR PARA LAVAR DEPOIS. SE TNT DESCARTAR

11

RETIRAR A MÁSCARA PELAS TIRAS OU ELÁSTICO, EVITANDO TOCAR A ÁREA DA FRENTE. EM SEGUIDA LAVAR AS MÃOS COM ÁGUA/SABÃO OU USE ALCÓOL 70%

12

LIMPAR COM ALCÓOL 70% O CAPACETE E DO CARONA A CADA 2 HORAS (POR DENTRO E FORA) INCLUINDO VISEIRA E MANETE

13



LAVAR AS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO SEMPRE QUE FOR POSSÍVEL

15

NÃO TOCAR O ROSTO, NÃO COÇAR OLHOS E NARIZ

14

NÃO APERTAR AS MÃOS, ABRAÇAR, BEIJAR. MANTER DISTÂNCIA MÍNIMA DE 1 METRO E MEIO DAS PESSOAS.

20

17

COBRIR O CELULAR, TABLET E MAQUININHA COM PLÁSTICO FILME. TROCAR O PLÁSTICO FILME SEMPRE QUE HOUVER RASGOS

16

APLICAR NAS MÃOS ALCÓOL EM GEL COM FREQUÊNCIA DURANTE O TRAJETO (NA ESPERA PELO PRODUTO, AO PEGAR E APÓS A ENTREGA

15

LIMPAR CELULAR, TABLET E MAQUININHA COM ALCÓOL 70% ANTES E APÓS CADA USO

18

MANTER-SE TRANQUILA(O) VIGILANTE E COM BOA HIGIENE PESSOAL

19

MANTER CORDIALIDADE, NA ENTREGA DO PRODUTO LEVE SEU TELEFONE PARA CONFERIR DADOS COMO O NOME, IDADE DA (O) CLIENTE E OUTROS DADOS

21

SE ESTIVER COM SINAIS LEVES DE COVID - 19, PROCURAR AJUDA DE PROFISSIONAIS DE SAÚDE PRÓXIMO DE SUA CASA

23

OBSERVAR EM SI OU EM OUTRAS PESSOAS PRÓXIMAS SINAIS/SINTOMAS DE COVID-19 COMO, FEBRE, TOSSE, AINDA DIFICULDADE PARA RESPIRAR, ENTUPIMENTO DO NARIZ, DOR NA ÁREAS (GARGANTA, CABEÇA, EM TODO O CORPO), MAL ESTAR GERAL.

22

PROCURAR AJUDA URGENTE SE APRESENTAR FALTA DE AR, COLORAÇÃO AZULADA EM DEDOS DAS MÃOS/PÉS, DOR NO PEITO

24

AO CHEGAR EM CASA, NÃO TOQUE EM NADA. RETIRE CALÇADOS, DEIXE FORA DE CASA. TIRE A ROUPA. EM SEGUIDA COLOQUE EM UMA SACOLA PARA LAVAR DEPOIS. LAVE AS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO. TOME BANHO COMPLETO RIGOROSO.

25

EM CASA, LAVE CAPACETE, CHAVES COM ÁGUA/SABÃO. APLICAR ALCÓOL 70% NA SUPERFÍCIE DO CELULAR, TABLET, ETC. GUARDAR A BICICLETA E MOTO LIMPOS INCLUINDO VISEIRA E MANETE

26

EM CASA



SOLUÇÃO ÁGUA SANITÁRIA NO COMBATE AO CORONAVÍRUS
COMO PREPARAR
Colocar 25 ml de água sanitária (teor de cloro ativo 2% a 2,5%) em uma garrafa contendo 1 litro de água. Misture bem o conteúdo. A solução está pronta para ser usada.

SITES IMPORTANTES

WWW.ATENDEREMCASA.PE.GOV.BR
HTTPS://CORONAVIRUS.SAUDE.GOV.BR
HTTP://WWW2.RECIFE.PE.GOV.BR

ESTABELECEMENTOS COMERCIAIS



REFERÊNCIAS

- OPAS, Orientação sobre o uso de máscaras no contexto da COVID-19. <https://covid-19-evidence.paho.org/han/20.500.12663/997>
- Brasil. ANVISA. Nota Técnica No. 04/2020. Orientações para serviços de saúde : medidas de prevenção e controle que devem ser adotadas durante a assistência aos casos suspeitos ou confirmados de infecção pelo novo coronavírus(2019 – n Cov).
- Brasil, Lei Nº 12.009, de 29 de Julho de 2009. Regulamenta o exercício das atividades dos profissionais em transporte de passageiros, "mototaxista", em entrega de mercadorias e em serviço comunitário de rua e "motoboy" com o uso de motocicleta

EQUIPE ORGANIZADORA / AUTORAS

Maria Wanderleya de L. Coriolano
Inez Maria Tenório
Hulda Vale de Araújo
Maria Auxiliadora S. Padilha
Docentes / UFPE

Arte e diagramação : Inez Maria Tenório

REALIZAÇÃO

