



**AÇÕES E MEDIDAS  
PREVENTIVAS CONTRA O**

**CORONAVÍRUS**

UNIVERSIDADE  
**LaSalle** ★

# O QUE É O CORONAVÍRUS?

Coronavírus (COVID-19) faz parte de uma família de vírus que geram infecções respiratórias, causando desde resfriados comuns a doenças mais graves. O nome Corona, significa coroa em italiano e espanhol, e foi dado ao vírus por ele ter o formato de uma coroa.

**CO** **VI** **D** **19**  
CORONA VÍRUS DOENÇA 2019

## Tempo de incubação

É o tempo que leva para os primeiros sintomas aparecerem. No caso do Coronavírus a média é de 5 a 6 dias, em alguns casos os sintomas podem aparecer em até 14 dias.



## Transmissão

A capacidade de transmissão da COVID-19 é bastante rápida e ocorre de uma pessoa doente para outra, confira como:

### Pelo ar



Por gotículas da saliva, do espirro, da tosse e da fala da pessoa infectada.

### Por contato



Contato pessoal próximo, como toque ou aperto de mão.

### Superfícies sem higienização



Seguido de contato com boca, nariz e olhos.

## Sintomas

Os sintomas são muito similares a de uma gripe.



Tosse



Febre



Fadiga



Congestão nasal



Coriza



Dor de garganta



Dor de cabeça



Diarreia



Insuficiência renal



Dificuldade respiratória aguda

Algumas pessoas que estão infectadas podem não apresentar sintomas, mas transmitem o vírus.

# PRECAUÇÕES



## Precisa ir até a Universidade La Salle?

Então confira alguns cuidados que você deve tomar para evitar contaminação.

- Utilize a máscara de proteção e sempre leve mais de uma com você.
- Utilize roupas, calçados e bolsas fáceis de higienizar.
- Verifique sua temperatura corporal antes de sair. Caso a sua temperatura corporal seja igual ou acima de 37,8°C, orientamos que procure um médico, a sua entrada ficará restrita até a melhora do seu quadro de saúde.
- Procure manter o cabelo preso ou evite ficar tocando nele e depois no rosto.
- Leve sua própria garrafa de água, os bebedouros estarão indisponíveis para uso.
- Procure manter o distanciamento social durante o seu percurso.
- Leve sempre um álcool em gel 70% com você.
- Sempre que precisar ir na Universidade, vá sozinho, não leve acompanhantes.

## Chegou na Universidade La Salle?

- Passe nos locais indicados para a medição da sua temperatura. Ela é obrigatória para acesso ao campus e segue os protocolos vigentes, havendo indicação dos locais próprios para a conferência.
- Continue usando a sua máscara, se achar que ela está muito úmida, troque e guarde de forma segura.
- Siga as indicações de fluxos e circulação nos prédios para evitar aglomeração.
- Ao chegar, procure lavar as mãos ou usar o álcool gel 70% com frequência e preferencialmente quando manipular objetos.

## Vai realizar atividades acadêmicas na Universidade La Salle?

- Traga sempre os seus materiais de casa e evite emprestar aos demais colegas.
- Não compartilhe copos, garrafas e chimarrão.
- Proteja a face junto à dobra do cotovelo ao tossir ou espirrar. Use lenços descartáveis e descarte-os imediatamente em lixeira com tampa, preferencialmente de acionamento por pedal ou outro dispositivo.
- Evite uso de espaços comuns que facilitem a aglomeração de pessoas, como pátio, refeitórios e recepções.
- Se precisar descartar a sua máscara, faça isso nos locais indicados.
- Siga as orientações fixadas no ambiente da Unilasalle.
- Higienize constantemente as mãos, principalmente após o uso de transporte público; ao chegar na Universidade; após tocar em superfícies, como maçanetas, elevadores e portas; após tossir, espirrar e assoar o nariz; antes e após o uso do banheiro; antes de manipular alimentos; antes de tocar em utensílios higienizados; antes de iniciar uma nova atividade coletiva.



# AÇÕES IMPORTANTES

## em casos de sintomas

- 1.** Procure uma unidade de saúde e guarde todos os seus comprovantes médicos. Se estiver com sintomas gripais não se desloque até a Universidade.
- 2.** Informe imediatamente ao COE-E Local se sentir sintomas de síndrome gripal ou se estiver convivendo com pessoas sintomáticas.
- 3.** Se for aluno, avise o Núcleo de Apoio ao Estudante (NAE). Se for colaborador, avise o setor de Recursos Humanos. Informe a última vez que esteve na Instituição, os locais que passou e as pessoas que teve contato.
- 4.** Se você ou alguém da sua família testarem positivo para o vírus, procure respeitar as orientações médicas e retorne as suas atividades após o término do período determinado.

### Entre em contato através dos canais



#### Alunos

Comunique o NAE (Núcleo de Apoio ao Estudante) pelo e-mail [nae@unilasalle.edu.br](mailto:nae@unilasalle.edu.br)

#### Colaboradores

Comunique o RH (Recursos Humanos) pelo e-mail [rh@unilasalle.edu.br](mailto:rh@unilasalle.edu.br)

## Medidas da Universidade La Salle

Nós da Universidade La Salle buscamos compartilhar com você as ações e medidas que estamos tomando para prevenir que o Coronavírus chegue até nós, em consonância com a Lei Federal nº 13.979, publicada no dia 06/02 que fala das medidas de enfrentamento:

Foi criado Comitê de Combate ao Coronavírus. Ele é responsável pela avaliação e encaminhamentos internos referentes ao tema, atendendo as notificações e orientações dos órgãos do Governo - Ministério da Saúde e Ministério da Educação, bem como as secretarias de Saúde dos Estados em que a Universidade La Salle está presente.

A Universidade La Salle irá realizar semestralmente treinamento com colaboradores, comunidade acadêmica e escolar, com objetivo de assegurar a compreensão das Normas e Condutas a serem adotadas de forma educativa.

Em formato de boletim, a Universidade La Salle faz envio de e-mails a toda a comunidade universitária (estudantes e colaboradores), referentes as novas orientações a serem tomadas.

Você pode conferir todos os boletins disponíveis no site da Universidade no campo Notícias e nos demais canais de comunicação:

- [facebook.com/unilasalle](https://facebook.com/unilasalle)
- [bit.ly/unilasalle-contr-o-coronavirus](https://bit.ly/unilasalle-contr-o-coronavirus)
- [twitter.com/unilasalle](https://twitter.com/unilasalle)
- [instagram.com/universidadelasalle](https://instagram.com/universidadelasalle)
- [linkedin.com/school/universidadelasalle](https://linkedin.com/school/universidadelasalle)

### IMPORTANTE



Desconfie de qualquer posicionamento sobre a Universidade La Salle que não esteja vinculado aos canais apresentados. Na dúvida, entre em contato conosco pelos canais indicados.

## Procedimentos de entrada e saída da Universidade La Salle:

- Siga as informações de sinalização de entrada e saída.
- Use o álcool gel 70% disponibilizado nas entradas de todos os locais.
- Faça uso da máscara de proteção ao transitar pelo campus.
- Esteja disponível para realizar a medição digital da sua temperatura corporal quando for solicitado.
- Use lenços descartáveis para higiene nasal e jogue imediatamente em uma lixeira com tampa, preferencialmente as que tenham acionamento por pedal ou outro dispositivo.

## Procedimento de convívio nos refeitórios

- Siga as informações de sinalização de entrada e saída.
- Lave as mãos com água e sabão ou use álcool gel 70% disponibilizado nas entradas.
- Respeite o distanciamento de 1,5 m das pessoas com máscara.
- Evite compartilhar alimentos e utilizar os mesmos utensílios, como copo, talheres, pratos, etc.
- Procure evitar aperto de mãos, compartilhamento de aparelhos eletrônicos e materiais didáticos.

## Procedimento de segurança para o grupo de risco

### Pessoas acima dos 60 anos e portadoras de doenças crônicas

- Professores e funcionários devem seguir as orientações da Equipe de Recursos Humanos da Universidade La Salle.
- Alunos que fazem parte deste grupo devem manter o isolamento social conforme as recomendações do Ministério da Saúde. As aulas da modalidade presencial foram adaptadas para serem realizadas no formato online, assim como todos os serviços de atendimento.

## Procedimentos de limpeza e desinfecção de locais

### Deve-se usar álcool 70%, água sanitária ou água e sabão

- Os colaboradores devem realizar a limpeza de todos os objetos compartilhados, como: telefone, interruptores, botões de impressoras e copiadoras, computadores, maçanetas, etc.
- Alunos e colaboradores devem higienizar, a cada troca de usuário, os computadores, tablets, equipamentos, instrumentos e materiais didáticos empregados em aulas práticas.
- Sempre que for necessário compartilhar materiais, deve-se realizar a desinfecção antes e depois do uso.
- Os ambientes devem ser higienizados com frequência.
- O uso do ar condicionado deve ser evitado.
- Mantenha abertas as portas e janelas dos setores, salas e laboratórios.
- As lixeiras dos ambientes internos devem ser trocadas com maior frequência.
- Professores, funcionários e alunos devem ajudar na manutenção da organização e limpeza das salas de aulas, laboratórios e outros espaços.

## DICAS IMPORTANTES



### Cuidado com as Fake News

Confira a veracidade das informações através de sites confiáveis, como o do Ministério da Saúde: [saude.gov.br](http://saude.gov.br)



### Vestuário

Procure não voltar para casa com o uniforme da Instituição. Se for preciso levá-lo para lavar, faça isso de forma segura, guarde-o em uma sacola bem fechada. Ao chegar em casa, coloque para lavar imediatamente.



### Aplicativo do SUS

O SUS desenvolveu um aplicativo com informações sobre a Covid-19 e ainda realiza uma triagem virtual, indicando se é necessário ou não a ida aos hospitais.



### A vida do vírus

Não se sabe ao certo ainda quanto tempo o vírus sobrevive em superfícies, mas podem persistir por algumas horas e até dias. Se você acha que uma superfície pode estar infectada, limpe-a com desinfetante e veja como se proteger.



### Se for de transporte público

A orientação é que os transportes públicos circulem com os vidros abertos e reforcem a higienização interna. Uma dica é procurar adotar horários alternativos para evitar períodos de pico. Use a máscara sempre e higienize as mãos.



### Higiene e boas práticas

Procure manter as unhas cortadas e aparadas, assim como usar os cabelos presos e evitar o uso de adornos, como anéis e brincos.



### Uso da máscara

Lave as mãos ou use o álcool em gel 70% antes de colocar a máscara. Ela deve ser usada por um período de no máximo três horas. Segure-a pelos elásticos para colocar, ajustar e tirar do rosto.



Conte com a gente para passar por este momento da forma mais segura possível.

**E se puder, fique em casa.**

UNIVERSIDADE  
**LaSalle** ★