

GUIA PARA ENFRENTAMENTO DA COVID-19 NO RETORNO DAS ATIVIDADES ACADÊMICAS PRESENCIAIS

Núcleo de Ensino e Pesquisa e Saúde - NEPES



Universidade Federal do Paraná – UFPR

Fevereiro – 2022

SUMÁRIO:

1. USO DE MÁSCARA.....	p. 3
2. VACINAS.....	p. 4
3. HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS E OBJETOS PESSOAIS.....	p. 6
4. MEDIDAS COLETIVAS.....	p. 6
5. ÁREAS DE ALIMENTAÇÃO.....	p. 8
6. SANITÁRIOS.....	p. 9
7. COLAÇÃO DE GRAU E OUTROS EVENTOS.....	p. 10
8. ATIVIDADES ARTÍSTICAS (CANTO, DANÇA E USO DE INSTRUMENTOS MUSICAIS.....	p. 11
9. ESPAÇOS CULTURAIS E BIBLIOTECAS.....	p. 13
10. ATIVIDADES FÍSICA.....	p. 14
11. LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE AMBIENTES.....	p. 14
12. COMUNICAÇÃO.....	p. 15
13. CASA DO/A ESTUDANTE.....	p. 15
14. ATENDIMENTO AO PÚBLICO.....	p. 16
15. TRANSPORTE.....	p. 16
16. SISTEMA DE VIGILÂNCIA ATIVA.....	p. 17
17. ISOLAMENTO PARA PESSOAS COM COVID-19 CONFIRMADO.....	p. 20
18. PESSOA COM COVID-19 NA MESMA RESIDÊNCIA.....	p. 20
19. RETORNO DE VIAGENS INTERNACIONAIS.....	p. 21
20. INFORMAÇÕES IMPORTANTES.....	p. 22
REFERÊNCIAS.....	p. 23

GUIA PARA ENFRENTAMENTO DA COVID-19 NO RETORNO DAS ATIVIDADES ACADÊMICAS PRESENCIAIS

Estas recomendações estão sujeitas a revisões permanentes conforme avançam as evidências científicas, assim como também as atualizações das autoridades sanitárias.

1. USO DE MÁSCARAS

O uso de máscaras é obrigatório em todos os ambientes e equipamentos da UFPR, de acordo com a Portaria no. 813 de 06/10/2021 – Gabinete do Reitor/UFPR.

O uso e manuseio das máscaras devem seguir o disposto na Nota Orientativa n.º 22/2020 da SESA, disponível em:

https://www.saude.pr.gov.br/sites/default/arquivos_restritos/files/documento/2020-11/NO_22_MASCARAS_DE_TECIDO_PARA_POPULACAO_V3.pdf

Recomenda-se, quando possível, o uso de máscaras PFF2 (N95).

Antes de colocar a máscara lave as mãos com água e sabão ou higienize com álcool a 70%.

Coloque corretamente a máscara, pegando-a pelo elástico, ajustando-a de maneira que cubra integralmente a boca e o nariz.

Nunca remova a máscara para falar ou conversar.

Para retirar a máscara use as alças laterais, sem tocar na parte frontal e, logo após, higienize as mãos com água e sabão ou com álcool gel a 70%.

Troque a máscara sempre que esta estiver úmida e/ou suja. A frequência da troca dependerá do tempo que estiver falando, se apresentar espirros ou tosses frequentes, assim como o tipo de atividade de trabalho/estudo.

Ao tossir e/ou espirrar, utilizar lenços de papel para evitar que as secreções sejam eliminadas no ar e descarte-a adequadamente. Caso tenha permanecido com a máscara, enquanto tosse e/ou espirra, troque a máscara em seguida, pois estará com excesso de umidade. Caso esteja sem a máscara e sem o lenço descartável, quando espirrar ou tossir, contenha as secreções respiratórias com a parte interna do cotovelo e higienize as mãos em seguida.

Lembre-se: as máscaras oferecem proteção contra todas as variantes da Covid-19.

2. VACINAS

É obrigatória a comprovação de esquema vacinal completo contra Covid-19 para toda a comunidade UFPR: estudantes, servidores empregados públicos, trabalhadores terceirizados bem como a comunidade externa, para acesso e permanência nos campi e demais instalações e equipamentos da instituição, conforme definido na Resolução nº 01/22, do Conselho Universitário (COUN).

O acesso e a permanência de estudantes, servidores públicos, contratados temporários, prestadores de serviço terceirizados e outras pessoas das comunidades interna e externa nas dependências dos Restaurantes Universitários da Universidade Federal do Paraná, estejam eles localizados em instalações próprias ou contratadas, ficam condicionados à comprovação de esquema vacinal completo contra a COVID-19, conforme definido na Portaria Nº 023/22/PRA - CONTROLE VACINAL RU, DE 30 DE JANEIRO DE 2022.

De acordo com a Portaria Nº 023/22/PRA, a definição de esquema vacinal completo é:

I - Ter duas doses com o intervalo de três (3) meses ou menos entre a primeira e a segunda dose e duas doses mais a dose de reforço com o intervalo de seis (6) meses ou menos entre a segunda dose e a dose de reforço para as vacinas:

- a) Vacina adsorvida Covid-19 (inativada) Coronavac/Sinovac/Instituto Butantã;
- b) Vacina Covid-19 (recombinante) Astra-Zeneca/Fiocruz;
- c) Vacina Covid-19 (RNAm) (Cominarty) Pfizer/Wyeth;

II – Uma dose e mais a dose de reforço com o intervalo de 6 (seis) meses ou menos desde a primeira dose para a vacina:

- a) Vacina Covid-19 (recombinante) Janssen.

Não tenho comprovante vacinal, o que fazer?

De acordo com a Portaria Nº 023/22/PRA, para a permissão do acesso e permanência em todas as dependências da Universidade Federal do Paraná, localizadas em instalações próprias ou contratadas, incluindo os Restaurantes Universitários, a pessoa que não estiver vacinada pode apresentar os seguintes documentos:

I – Declaração de que existe contraindicação ou impedimento para a administração da vacina, assinada por profissional médico com registro válido e ativo em conselho regional de medicina;

II – Laudo de exame do tipo RT-qPCR ou Antígeno, com resultado negativo para a infecção por SARS-CoV-2, realizado no máximo nas últimas 72 horas.

Os links a seguir contém instruções de como comprovar o esquema vacinal:

Para Alunos: <https://ufpraberta.ufpr.br/mod/page/view.php?id=12057>

Para Docentes: <https://ufpraberta.ufpr.br/mod/page/view.php?id=12058>

Paras as coordenações: <https://ufpraberta.ufpr.br/mod/page/view.php?id=12059>

As vacinas continuam sendo a melhor medida de saúde pública para proteger as pessoas de doenças transmissíveis, como a Covid-19.

Saiba mais: leia na íntegra a Portaria Nº 023/22/PRA - CONTROLE VACINAL RU, DE 30 DE JANEIRO DE 2022 e

Resolução 01-22 COUN disponível no link <http://www.soc.ufpr.br/portal/wp-content/uploads/2022/01/Res.-01-22-COUN-comprova%C3%A7%C3%A3o-de-esquema-vacinal-completo-contr-a-Covid-19.pdf>

A definição do esquema vacinal completo poderá ser alterada por Portaria do Reitor, de acordo com as Secretarias de Saúde.

Para verificação do esquema vacinal completo você poderá ir até a Unidade Básica de Saúde mais próxima de sua residência.

As vacinas continuam sendo a melhor medida de saúde pública para proteger as pessoas de doenças transmissíveis, como a Covid-19.

3. HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS E OBJETOS PESSOAIS

A higiene de mãos deve ser realizada por pelo menos durante 20 segundos, conforme recomendações da ANVISA disponível no endereço eletrônico https://www.anvisa.gov.br/servicosaude/controlo/higienizacao_simplesmao.pdf.

Lavar as mãos frequentemente com água e sabão ou aplicar desinfetante para as mãos à base de álcool em gel a 70%.

Utilizar papel toalha para secagem das mãos, não utilizar os sopradores/secadores para as mãos. Estes deverão permanecer desligados.

Evitar ao máximo tocar os olhos, o nariz e a boca com as mãos não lavadas.

Lavar as mãos após uso de elevadores e/ou ao compartilhar itens de uso coletivo, como impressoras, mesas, computadores, entre outros.

Crachás devem permanecer fixos nas vestimentas e serem higienizados na entrada e saída do trabalho, com álcool líquido a 70%.

4. MEDIDAS COLETIVAS

A **quarentena** é a necessidade de estudantes, docentes, técnicos-administrativos e terceirizados ficarem em casa quando tiverem sinais e/ou sintomas de qualquer doença infecciosa, e deverão procurar por testagem na UFPR ou no serviço de sua preferência. Neste processo, após informado ao NEPES, todos serão monitorados e seus contatos rastreados pelo NEPES, isto é, os contatos próximos, para detectar, oportunamente, a manifestação de sinais e sintomas.

O **isolamento** será recomendado para estudantes, docentes, técnicos-administrativos e terceirizados, cuja testagem para COVID-19 foi positiva e a pessoa seguirá as determinações

da gestão da UFPR, em consonância com o que é recomendado pela Secretaria Estadual de Saúde, Secretaria Municipal de Saúde de Curitiba e Ministério da Saúde, dentre outras organizações internacionais.

A presença em qualquer ambiente da universidade deverá ser controlada diariamente mediante lista de presença em salas de aula e pelo aplicativo CHECK UFPR, para que seja realizado o mapeamento, a rápida identificação e comunicação de novos casos.

Manter sempre as portas e janelas abertas para ventilação do ambiente.

Quando necessário, recomenda-se o uso de filtros de ar portáteis de alta eficiência (HEPA), simultaneamente a manutenção de portas e janelas abertas, para garantir a troca do ar circulante

Para os bebedouros de pressão estará liberada apenas a torneira para copo ou garrafa. A torneira com jato ficará bloqueada para uso.

Ao lado dos bebedouros será disponibilizado dispensador com álcool gel 70% e será afixado cartaz com orientação para a higienização frequente das mãos.

Utilize, preferencialmente, as escadas, evitando colocar as mãos nos corrimãos.

Evite a formação de grupos de estudo entre alunos de turmas diferentes. Caso seja imprescindível mantenha a disposição das carteiras com distanciamento.

Reuniões com pequenos grupos de pessoas não devem se prolongar além do estritamente necessário.

Recomenda-se a adoção de soluções que reduzam a imposição vocal (como uso de microfones), por reduzir a atividade expiratória e a emissão de aerossóis.

5. ÁREAS DE ALIMENTAÇÃO (Restaurantes Universitários – RU, cantinas e copas)

Usuários dos Restaurantes Universitários devem ter mãos o comprovante vacinal, de acordo com a Portaria no. 023/22/PRA, que rege a obrigatoriedade do Comprovante do Esquema Vacinal Completo para o uso dos locais.

As máscaras deverão ser retiradas apenas durante as refeições e não devem ser colocadas sobre as mesas.

As máscaras só devem ser retiradas no momento de se alimentar ou beber algo, sendo colocada logo em seguida.

Não colocar as máscaras nas mesas de apoio para as refeições enquanto se alimenta. Tenha sempre um local apropriado para guardar a máscara no seu bolso ou sua bolsa.

Os funcionários devem usar máscaras o tempo todo durante a preparação e serviço da refeição, e durante os intervalos, exceto quando comer ou beber.

Higienizar as mãos com água e sabão, preferencialmente, na entrada e saída dos Restaurantes Universitários, refeitórios, cozinhas e lanchonetes.

Deverá estar disponível para colaboradores e usuários, com fácil acesso e a qualquer tempo, solução de álcool em gel 70%, para higienização das mãos, bem como, pias e sabão para a lavagem das mãos com água.

Disponibilizar dispensadores de álcool em gel 70% nos locais de maior circulação.

Limpar as superfícies que são frequentemente tocadas. As superfícies que entram em contato com os alimentos devem ser lavadas, enxaguadas e higienizadas antes e depois das refeições.

Não compartilhar talhares ou objetos pessoais.

Copos, pratos e outros utensílios deverão permanecer protegidos contra poeira e gotículas.

Manter todas as janelas abertas.

Evitar ao máximo comer em salas fechadas, priorizar áreas abertas.

Evitar conversar durante as refeições pois, por não estar usando a máscara, poderá haver um maior risco de infecção e contaminação.

Evitar permanecer nestes ambientes (restaurante, copa) sem necessidade.

Evitar aglomerações na entrada, na saída e no interior dos ambientes.

Manter distanciamento nas filas e na ocupação das mesas e cadeiras.

Os ambientes com pouca ventilação e com dificuldade de manter o distanciamento, deverá ser utilizado por apenas uma pessoa por vez, os usuários deverão combinar a utilização do ambiente por horários

6. SANITÁRIOS

Manter o uso da máscara.

Abaixar a tampa do vaso antes de acionar a descarga.

Lavar as mãos com água e sabão e após passar o álcool gel 70%.

Evitar aglomeração.

Evitar formar roda de conversa nestes locais.

7. COLAÇÃO DE GRAU E OUTROS EVENTOS

Deverá ser listado os nomes e contatos (e-mail e telefone) de todos os participantes da colação de grau, incluindo técnicos, terceirizados e público externo.

Servidores, terceirizados, outros profissionais, formandos ou familiares com sintomas de gripe (febre, tosse e/ou sintomas respiratórios) não devem comparecer à cerimônia.

Para a participação no evento todos deverão estar vacinados, de acordo com a Resolução no. 01/22 – COUN.

Todos deverão estar com máscaras faciais, cobrindo boca e nariz durante toda a cerimônia.

Recomenda-se que o juramento e a imposição do grau sejam feitos de forma única, para todos os formandos presentes no ato, otimizando assim o tempo da cerimônia (Secretaria Municipal de Saúde de Curitiba, 2021).

Recomenda-se que a solenidade seja transmitida também de maneira virtual para aqueles que não queiram ou não possam participar presencialmente.

Não é recomendável apertos de mãos, abraços, conversas entre os presentes.

Quanto à manutenção do espaço destinado para as Colações de Grau e outras cerimônias, deverá haver álcool em gel 70% disponível em locais estratégicos,

Entre uma cerimônia e outra deverá ser realizada a limpeza do piso, das escadas e corrimãos, além de todos os equipamentos e mobiliários, com desinfetantes usuais seguidos de álcool 70% líquido.

Todas as portas e janelas devem permanecer abertas.

O consumo de líquidos (água) deverá ser realizado em copos ou garrafas de uso individual, não utilizar refil.

São estratégias de extrema importância para a prevenção de contaminações e a manutenção de ambientes e contatos seguros na UFPR: o uso de máscara; testagem; ventilação; lavagem das mãos; etiqueta/cuidados respiratórios; permanecer em casa quando doente e ser testado; o rastreamento do contato em combinação com a quarentena ou o isolamento; a limpeza e a desinfecção dos ambientes.

8. ATIVIDADES ARTÍSTICAS (CANTO, DANÇA E USO DE INSTRUMENTOS MUSICAIS)

Recomenda-se que atividades de canto (aulas de música, corais) sejam realizadas sempre que possível em ambientes externos, ou ambientes amplos com boa ventilação (ex. ginásios com ventilação cruzada).

Partituras e baquetas devem ser de uso individual. O músico deve ser responsável por trazer e levar a sua partitura (Fórum Brasileiro de Ópera, Dança & Música de Concerto, s/d).

“Barreiras físicas transparentes entre naipes: que excedam em altura acampana dos respectivos instrumentos, de modo a fornecer proteção suficiente, mesmo quando o instrumento estiver em movimento durante a performance. A proteção deve ser higienizada ou descartada após o ensaio ou concerto” (Fórum Brasileiro de Ópera, Dança & Música de Concerto, p. 4).

Para o maestro, recomenda-se o uso de microfone individual. Sua higienização deve ser feita antes e depois de qualquer uso (Fórum Brasileiro de Ópera, Dança & Música de Concerto, s/d).

Microfones devem ser protegidos com filme de PVC, que deve ser trocado e descartado após cada uso (Fórum Brasileiro de Ópera, Dança & Música de Concerto, s/d).

Não é recomendável apertos de mãos, abraços, conversas entre os músicos/coralistas nos ensaios.

Entrada e saída dos músicos da sala de ensaios ou palco:

Recomendado a delimitação de um fluxo único: os músicos entram por uma porta e saem por outra. Caso não seja possível, organizar a saída da sala por seções, partindo-se sempre dos músicos mais próximos à porta, e assim, sucessivamente (Fórum Brasileiro de Ópera, Dança & Música de Concerto, s/d).

Janelas abertas com corrente de ar, ou, para ambientes fechados, o uso de ar-condicionado com filtros HEPA.

Manter a porta aberta.

Recomenda-se que os músicos não se sentem frente a frente. Os mesmos devem sentar-se em paralelo, um ao lado do outro, assim como um atrás do outro. Os movimentos são limitados e ocorrem exclusivamente em seu lugar.

Quando indicado, técnicos deverão realizar a limpeza dos instrumentos utilizando luvas.

Os líquidos gerados pela condensação dos instrumentos devem ser coletados em lenços descartáveis ou tapetes higiênicos, que devem ser eliminados após o ensaio ou Concerto (Fórum Brasileiro de Ópera, Dança & Música de Concerto, s/d).

Se possível, os instrumentos também devem ser limpos, após tocar, com toalhetes descartáveis e eliminados após o uso. Se forem necessários materiais especiais para a limpeza, eles devem ser higienizados após o uso, conforme recomendações (Fórum Brasileiro de Ópera, Dança & Música de Concerto, s/d).

Evitar expelir água condensada das chaves soprano violentamente durante as pausas (Fórum Brasileiro de Ópera, Dança & Música de Concerto, s/d).

As mãos devem ser lavadas ou desinfetadas após entrar em contato com o líquido ao limpar o instrumento.

A limpeza dos instrumentos é de responsabilidade do instrumentista.

O uso de máscaras é recomendado para maestros e todos os músicos, com exceção dos instrumentistas de sopros, quando estiverem tocando.

Para a atividade de canto, recomenda-se que a máscara seja retirada apenas para o ato de cantar, mantendo-se com ela em momentos de pausa.

Recomenda-se o uso de máscaras e luvas pelos montadores.

Deverá ser disponibilizado álcool em gel 70%, em pontos de fácil acesso.

Deverá ser delimitado fluxo único para a entrada, saída e circulação de equipes, funcionários, bailarinos e/ou estudantes.

9. ESPAÇOS CULTURAIS E BIBLIOTECAS

Museus, teatros, e bibliotecas devem seguir as normas preconizadas para os setores administrativos, exceto quando orientações específicas se fizerem necessárias.

Todos os setores deverão disponibilizar álcool 70% para uso pessoal, com especial atenção à manipulação do acervo.

Sempre que possível, a entrada e saída do público deve seguir sentido único.

Não comer dentro do teatro, museu ou biblioteca.

Evitar aglomerações na entrada e saída dos ambientes.

Recomenda-se que antes de qualquer manuseio ou atividade artística, as mãos deverão ser higienizadas com álcool e completamente secas.

A rotina de limpeza dos ambientes deve ser organizada de modo a aumentar sua periodicidade, sempre que possível, de acordo com a utilização dos espaços.

É fundamental avaliar a compatibilidade entre os produtos de limpeza e os ambientes de guarda e exposição de acervos, moveis, entre outros, observando as especificidades dos materiais, as características químicas do produto saneante e sua efetividade na desinfecção contra o SARS-CoV-2 (ANVISA, 2020).

Recomenda-se implementar corredores com fluxo unidirecional com objetivo de coordenar a circulação das pessoas.

Recomenda-se suspender a participação do público no palco durante as apresentações, fotos com artistas/formandos-pais. Utilizar área externa para tal.

Acervos que foram manuseados ou retornaram de empréstimos devem, obrigatoriamente, manter quarentena de, no mínimo, 14 dias, em local separado do restante da coleção e devidamente sinalizado.

O manuseio do acervo deve ser limitado ao máximo e priorizada a produção de conteúdos digitais, naquilo que se refere à manutenção do contato com o público.

10. ATIVIDADE FÍSICA

Atividades de educação física, esporte, artes e correlatas devem ser realizadas preferencialmente ao ar livre.

É obrigatório o uso de máscara durante toda a atividade física.

11. LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE AMBIENTES

Em todas as salas de aula, salas de apoio, laboratórios, portas de acesso principal, corredores, banheiros, copa, entre outros locais, deverão ser disponibilizados recursos e insumos para higiene das mãos, como álcool gel 70%, posicionados em locais estratégicos e de fácil acesso, principalmente pontos com maior circulação de pessoas.

Higienizar os banheiros, lavatórios e vestiários antes do início de cada turno e sempre que necessário.

Realizar a limpeza periódica em locais utilizados com maior fluxo de pessoas.

O lixo deverá ser removido a cada higienização dos ambientes, descartando-o com segurança e de forma correta.

Utilizar, preferencialmente, lixeiras com tampa e acionamento por pedal, sobretudo nos locais de descarte do papel toalha.

Recomenda-se a instalação de torneiras e *dispensers* de sabão e papel toalha, preferencialmente, com sensor.

12. COMUNICAÇÃO

Os alertas visuais (cartazes) afixados em locais estratégicos devem ser observados e seguidos quanto às orientações das normas de biossegurança e sempre que houver dúvidas, solicitar esclarecimentos à Comissão Central de Retomada das Atividades Presenciais na UFPR.

Sinalizar o piso com indicação de fluxo de movimentação, garantindo o fluxo isolado e unidirecional, sempre que possível.

13. CASA DO/A ESTUDANTE

Identificar e isolar ou colocar em quarentena morador com confirmação ou suspeita da doença.

Avisar a gestão da Casa, coordenador do curso e NEPES, este pelo email: nepes@ufpr.br.

Disponibilizar álcool em gel 70% para os moradores.

Os moradores deverão usar máscaras de proteção facial em todas as dependências comuns.

Não compartilhar objetos de uso pessoal como, por exemplo, aparelhos telefônicos, máscaras, roupas, etc.

Lavar frequentemente as mãos com água e sabão e/ou álcool em gel 70%.

Manter os ambientes ventilados nas dependências da Casa.

14. ATENDIMENTO AO PÚBLICO

Priorizar o atendimento por canais digitais para atendimento do público externo. Se não for possível, preferencialmente, atender com agendamento prévio e realizar com as medidas de prevenção contra a COVID-19 supracitadas.

Registrar o dia, nome, e-mail, telefone de contato, local, horário de entrada e saída de colaboradores, prestadores de serviços ou comunidade externa que estiveram nas dependências da UFPR.

Sempre que possível, utilizar o aplicativo CHECK-UFPR (<https://check.ufpr.br/login>).

Recomenda-se que a entrada de fornecedores de insumos e prestadores de serviços de manutenção deve ocorrer, preferencialmente, fora dos horários das atividades presenciais dos discentes.

15. TRANSPORTE

Em toda utilização do transporte como, INTERCAMPI, INTERPRAIAS e outros transportes da UFPR o uso de máscara é obrigatório (Portaria 813 do Reitor – 06/10/2021).

Todas as janelas devem permanecer abertas durante todo o trajeto e o sistema de ventilação também deve permanecer acionado.

Todos os ônibus devem disponibilizar álcool em gel em *dispensers* na entrada e na saída.

Ao utilizar o transporte coletivo, taxi, entre outros, use máscara e higienize as mãos antes e depois do percurso.

Se possível, opte por utilizar o transporte público em horários de menor circulação de pessoas. Caso esteja com muitos passageiros, esperem outro veículo.

Evitar deslocamentos desnecessários em veículos oficiais (carros e ônibus).

Evitar tocar os olhos, o nariz e a boca durante o transporte, especialmente após o contato com as superfícies do ônibus/carro.

16. SISTEMA DE VIGILÂNCIA ATIVA

Teste da Covid

O setor de Ciências Biológicas da UFPR coordena um projeto de testagem da comunidade, em parceria com os laboratórios de Imunogenética e Histocompatibilidade (LIGH) e de Citogenética Humana e Oncogenética (LabCHO).

Os agendamentos estão disponíveis em <https://www.bioinfo.ufpr.br/testecovid19/>

Rastreamento e Monitoramento

A UFPR conta com o Núcleo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Saúde (NEPES) que irá rastrear todas as pessoas que tiveram contato com um caso suspeito e/ou confirmado de Covid-19, além de monitorar os sinais e sintomas da doença.

O objetivo do rastreamento e do monitoramento é de interromper a cadeia de transmissão da doença, além de prevenir a ocorrência de novos casos.

A comunidade UFPR poderá entrar em contato com o NEPES pelos telefones (41) 98482-0007 e (41) 98482-0008 ou pelo e-mail nepes@ufpr.br para esclarecimento de dúvidas e orientações.

O NEPES não fornece e nem recebe atestados médicos para dispensa do trabalho.

Os atestados médicos deverão ser encaminhados diretamente para a chefia imediata.

O NEPES não oferece atendimento médico ou clínico e, não receita os fármacos que sejam necessários para o tratamento dos sintomas.

Identificação precoce dos casos suspeitos ou confirmados de Covid-19

Todos os docentes, estudantes, técnicos-administrativos e colaboradores terceirizados devem se cadastrar na plataforma CHECK UFPR (<https://check.ufpr.br/login>). O cadastro na plataforma e o seu registro de acesso nas dependências da UFPR são essenciais para que protocolos de emergência possam ser ativados caso haja suspeita de infecção ou confirmação de Covid-19.

Desta forma, é possível monitorar as pessoas expostas à possível infecção e determinar quarentena ou isolamento rapidamente.

A partir dos dados do CHECK UFPR, o NEPES terá maior agilidade para realizar o telemonitoramento e repassar as orientações necessárias.

O que fazer em caso de contaminação

Se for identificado um caso suspeito, devemos seguir os passos:

- Realizar o teste em uma Unidade Básica de Saúde ou na UFPR (servidores, estudantes e terceirizados) para confirmação de diagnóstico;
- Comunicar à chefia imediata, em caso de servidor ou terceirizado e coordenador de curso, no caso de estudantes;
- Comunicar o NEPES, utilizando o email nepes@ufpr.br, ou pelo WhatsApp (41) 98482-0007 | (41) 98482-0008. Os atendimentos acontecerão de segunda até sexta-feira, entre 10h e 16h;

- Buscar assistência médica sempre que necessário;
- Manter-se em isolamento até obter o resultado de melhora dos sinais e sintomas.

Ao ser comunicada de um caso suspeito a chefia imediata e/ou coordenação de curso deverá:

- alertar as demais pessoas que nos últimos dois dias tiveram contato próximo com a pessoa com suspeita de contaminação.
- considera-se contato próximo de caso suspeito da Covid-19 a pessoa assintomática que teve contato com caso suspeito de Covid-19, entre dois dias antes e dez dias após o início dos sintomas do caso, em uma das situações: teve contato durante mais de quinze minutos a menos de um metro de distância sem ambos utilizarem máscara facial ou utilizarem de forma incorreta; teve contato físico direto com pessoa com caso suspeito; compartilhou ambiente domiciliar com um caso suspeito, incluídos dormitórios e alojamentos (Brasil, 2022).
- os contatos próximos deverão adotar o trabalho remoto seguindo protocolo da Secretaria de Saúde do Estado do Paraná que determina os prazos de afastamento (https://www.saude.pr.gov.br/sites/default/arquivos_restritos/files/documento/2022-01/plano_de_contingencia_covid_v6_20-01-22.pdf).
- comunicar, imediatamente, o NEPES, repassando o nome, contatos telefônicos e e-mail, CPF, e data de nascimento da pessoa com suspeita, assim como das pessoas que tiveram contato com o suspeito nos último dois dias.

Pessoa com febre:

- A pessoa que apresentar febre superior ou igual a 38°C deverá ter a temperatura registrada e monitorada nos próximos 15 (quinze) e 30 (trinta) minutos, após a primeira aferição. Caso os valores permaneçam, a pessoa deverá procurar assistência médica na rede de saúde. No caso de discentes menores de 18 anos, os pais ou responsáveis devem ser prontamente comunicados.

Finais de semana, feriados e férias pode-se contatar a central de tele-atendimento do Governo do Estado do Paraná através do telefone 0800 644 4414 e WhatsApp (41) 3330-4414 ou (41) 99117-3500(horário de atendimento: todos os dias, 24h por dia).

17. ISOLAMENTO PARA PESSOAS COM COVID-19 CONFIRMADOS

O tempo de isolamento será de sete (07) dias a partir da data de realização do teste de covid-19, podendo sair do isolamento após esse prazo se permanecer assintomático, mantendo cuidados adicionais* até o 10º dia. Caso permaneça com sintomas passar por (re)avaliação médica.

Os cuidados adicionais a serem adotados até completar o 10º dia são:

- Manter o uso da máscara bem ajustada ao rosto mesmo quando estiver em casa.
- Evitar contato com pessoas imunocomprometidas ou com fatores de risco para agravamento da COVID-19.
- Evitar qualquer tipo de aglomeração.
- Não frequentar locais onde não possa usar máscara durante todo o tempo, como restaurantes e bares, e evitar se alimentar próximo a outras pessoas, tanto em casa como no trabalho.

Para os contatos próximos de casos confirmados com COVID-19: Manter quarentena de cinco (05) dias, contados a partir do último dia de contato com o caso confirmado, e testar ao 5º dia:

- a) Em caso de resultado negativo: sair da quarentena, mantendo cuidados adicionais* até o 10º dia.
- b) Em caso de resultado positivo: permanecer em isolamento por mais dois (2) dias. Caso tenha algum sintoma procurar avaliação médica. Caso haja aparecimento de sintomas antes do 5º dia, fazer a testagem, seguir para isolamento e seguir as orientações repassadas anteriormente (Secretaria Municipal de Saúde de Curitiba).

Para contatos próximos de casos confirmados com COVID-19, porém assintomático, permanecer em isolamento por sete (07) dias.

18. PESSOA COM COVID-19 NA MESMA RESIDÊNCIA

A pessoa com COVID-19 confirmado deve, preferencialmente, permanecer em quarto e banheiro separado.

A pessoa contaminada ao utilizar o banheiro deverá levar o seu material de higiene pessoal (toalhas, papel, sabonete e escovas) em um recipiente separado. Após o uso, deverá retirar seus pertences e ser realizada a limpeza completa do local.

Minimizar ao máximo o contato com os outros moradores da residência

Quando conviver com as demais pessoas da casa/república, deve usar máscara protetora, preferencialmente PFF2/N95, manter as mãos bem limpas, e praticar a etiqueta respiratória.

Higienizar utensílios e aparelhos eletrônicos utilizados coletivamente A limpeza com água e sabão é suficiente para eliminar o vírus da superfície dos utensílios.

Sempre que possível deixar as janelas abertas. Na maioria das residências isso criará uma corrente de ar, que carregará partículas maiores e menores do ambiente, como aquelas produzidas pela fala e tosse.

Respeitar as recomendações médicas de isolamento e não sair de casa.

Outras orientações relacionadas às formas de transmissão e medidas de prevenção para COVID-19, preconizadas pela Secretaria de Estado da Saúde do Paraná, estão disponíveis no endereço eletrônico <<https://www.saude.pr.gov.br/Pagina/Coronavirus-COVID-19>> e <<http://www.coronavirus.pr.gov.br/Campanha>>.

19. RETORNO DE VIAGENS INTERNACIONAIS (Portaria Interministerial 663/2021)

Realizar contato conforme notificação da ANVISA.

Para viajantes dispensados do comprovante de vacinação: quarentena de 14 dias e enviar e-mail para smscentral@sms.curitiba.pr.gov.br informando nome completo, RG, endereço, data entrada no Brasil, País de onde veio para agendamento de Antígeno no D5 do início da quarentena (Secretaria Municipal de Saúde de Curitiba, 2022).

Teste Reagente: Determinar isolamento por 7 dias a partir da data de realização do teste.

Não Reagente: Liberação da quarentena desde que SEM SINTOMAS.

Atenção para possíveis atualizações das medidas por parte do governo federal, estadual ou municipal.

20. INFORMAÇÕES IMPORTANTES

NÃO ESQUEÇA:

- Sua garrafa de água;
- Seu álcool gel 70%;
- Suas máscaras.

SEMPRE QUE POSSÍVEL:

- Evite contato e proximidade física como aperto de mãos, abraços e beijos;
- Evite tocar nas maçanetas e fechaduras;
- Mantenha as portas e janelas abertas;
- Evite compartilhar objetos de uso pessoal, como copos e talheres, materiais de escritórios, livros e afins;
- Evite aglomerações.

Se tiver contato/conhecer alguém com diagnóstico positivo ou suspeita de COVID-19, trate-a com respeito, sem estigma ou discriminação e reforce a necessidade de manter o isolamento no período indicado.

Lembre-se:

- **Quarentena:** é o período de afastamento social e do trabalho em situação de suspeita de exposição ao vírus e de possível contágio.
- **Isolamento:** é o período de afastamento social e do trabalho quando estiver infectado pelo vírus, mesmo que não apresente sintomas.
- **São considerados contatos:** Qualquer pessoa que esteve em contato próximo a um caso confirmado de COVID -19 durante o seu período de transmissibilidade, ou seja, *entre 48 horas antes até dez dias após a data de início dos sinais e/ou sintomas* (caso

confirmado e sintomático) ou após a data da coleta do exame (*caso confirmado assintomático*).

e-mail: nepes@ufpr.br

WhatsApp: (41) 98482-0007 | (41) 98482-0008.

Instagram: nepes_ufpr

NEPES: https://www.instagram.com/nepes_ufpr/

Check UFPR: <https://www.instagram.com/checkufpr/>

REFERÊNCIAS

Agência Nacional de Vigilância Sanitária. RESOLUÇÃO - RDC Nº 222, DE 28 DE MARÇO DE 2018. Regulamenta as Boas Práticas de Gerenciamento dos Resíduos de Serviços de Saúde e dá outras providências. Disponível em [http://portal.imprensanacional.gov.br/web/guest/consulta?p_p_id\(cff.org.br\)](http://portal.imprensanacional.gov.br/web/guest/consulta?p_p_id(cff.org.br)). Acesso 13 set 2021

Centers for Disease Control and Prevention. How to Protect Yourself & Others. Disponível em: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/daily-activities.html>

Centers for Disease Control and Prevention. Guidance for Institutions of Higher Education (IHEs) | CDC. Disponível em: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/communication/guidance.html> .Acesso em 27 dez 2021.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. Manual sobre biossegurança para reabertura de escolas no contexto da covid-19. Disponível em https://portal.fiocruz.br/sites/portal.fiocruz.br/files/documentos/manual_reabertura.pdf Acesso em 13 Set 2021.

FÓRUM BRASILEIRO DE ÓPERA, DANÇA & MÚSICA DE CONCERTO. Protocolos de Segurança Sanitária para a Prática Musical em ambiente público em tempos de pandemia de Covid-19. Disponível em: <http://musica.ufmg.br/orquestra/wp-content/uploads/2020/06/PSS-Pr%C3%A1tica-Musical-FBODMC-5-de-junho-de-2020.pdf>. Acesso em 27 de dez de 2021.

PARANÁ, Secretaria de Saúde do Paraná. Resolução SESA Nº735/2021. Dispõe sobre as medidas de prevenção, monitoramento e controle da COVID-19 nas instituições de ensino públicas e privadas do Estado do Paraná e revoga a Resolução Sesa nº 098/2021. Disponível em [1006resolucao7352021.pdf\(aen.pr.gov.br\)](1006resolucao7352021.pdf(aen.pr.gov.br)) Acesso 13 set 2021.

Secretaria Municipal de Saúde de Curitiba. PROTOCOLO DE CURITIBA CONTRA O CORONAVÍRUS (COVID-19) PARA O FUNCIONAMENTO DE ESTABELECIMENTOS DE ENSINO. Disponível em: [Protocolo Curitiba Contra o Coronavirus - Estabelecimentos de Ensino 04.11.21.pdf](#). Acesso 26 dez 2021.

Secretaria Municipal de Saúde de Curitiba. PROTOCOLO DE CURITIBA CONTRA O CORONAVÍRUS (COVID-19) PARA A REALIZAÇÃO DE COLAÇÕES DE GRAU PRESENCIAIS. Disponível em: [Protocolo Curitiba Contra o Coronavirus - Colações de Grau 04.11.21.pdf](#) Acesso 26 dez 2021.

Secretaria Municipal de Saúde de Curitiba. FLUXO GERAL DE ATENDIMENTO DOENÇA RESPIRATÓRIA - COVID 19 E INFLUENZA. Atualizado em 24 de janeiro de 2022.

WHO. Water, sanitation, hygiene and waste management for the COVID-19 virus. Technical brief, 23 April 2020. Disponível em: WHO-2019-NCoV-IPC_WASH-2020.1-eng.pdf. Acesso 13 set 2021.