

Regras de **ouro**

SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE DO RIO

Regras de Ouro para a prevenção da Covid-19

DISQUE
SAÚDE
136

PREFEITURA DO RIO
CONTRA O COVID-19

RIO
PREFEITURA



1. Higienizar as mãos **antes e depois** de cada atividade.



2. Disponibilizar **álcool 70% em gel** em áreas de circulação e dispensadores de sabão líquido e de papel-toalha descartável e lixeiras com tampa sem acionamento manual nos banheiros e próximo aos lavatórios.



3. Usar **obrigatoriamente máscara** em todas as áreas comuns e só retirar durante as refeições.



4. Obedecer ao **distanciamento** de dois metros ou quatro metros quadrados por pessoa, evitando o uso do elevador.



5. Manter os **ambientes arejados** com as janelas e portas abertas e a limpeza dos aparelhos de ar-condicionado em dia.



6. Providenciar máscaras, luvas de borracha, toucas e outros **equipamentos de proteção individual** para as equipes de limpeza e demais funcionários, de acordo com a atividade exercida.



7. Reforçar a sensibilização quanto à **etiqueta respiratória** em caso de tosse ou espirros.



8. Encaminhar à **assistência médica** o funcionário ou colaborador que apresente sintomas da Covid-19.



9. Fazer a **limpeza concorrente** a cada três horas e a limpeza terminal após o expediente, com atenção à necessidade da limpeza imediata*.



10. Divulgar em **pontos estratégicos** os materiais educativos e outros meios de informação sobre as medidas de prevenção à Covid-19, como as Regras de Ouro e a Central 1746.

*Entende-se por limpeza concorrente o processo para a manutenção da limpeza realizado durante o funcionamento do estabelecimento. A frequência recomendada é, no mínimo, a cada três horas ou sempre que for preciso. A limpeza terminal é o processo mais completo e cuidadoso, uma faxina geral realizada antes ou após o encerramento das atividades. A limpeza imediata deve ser feita no momento da ocorrência, para evitar acidentes e acúmulo de sujidades. Um exemplo é quando há o derramamento acidental de alguma substância no solo.