

GUIA RÁPIDO DE RETOMADA GRADUAL DAS ATIVIDADES PRESENCIAIS DA UEMS

A comunidade universitária deve seguir conforme definido no Plano de Biossegurança da UEMS, disponível no *link*: <http://www.uems.br/covid19/caues>, as seguintes recomendações:

- Distanciamento entre pessoas;
- Comportamento individual e coletivo;
- Vacinação contra Covid-19;
- Afastamento dos casos positivos ou suspeitos;
- Critérios para retorno ao trabalho presencial;
- Uso obrigatório e tipos de máscaras antes e após a vacinação;
- Uso de álcool gel e higienização constante das mãos, e
- Recomendações por atividade desenvolvida.

A definição das atividades que serão desenvolvidas e o limite de ocupação de cada ambiente com atividades presenciais devem respeitar o mapeamento de risco de cada município (Quadro 1).

Quadro 1. Atividades permitidas conforme a classificação do mapeamento de risco de cada Unidade Universitária da UEMS.

RISCO DE SAÚDE DO MUNICÍPIO (BANDEIRA)	ATIVIDADES PERMITIDAS	FASES PARA REALIZAÇÃO DAS ATIVIDADES NA UEMS (% máximo de ocupação dos espaço destinados a atividades presenciais)
EXTREMO	Apenas atividades essenciais	FASE 1 - até 30%
ALTO	Atividades essenciais e não essenciais de baixo risco	FASE 2 - até 50%
MÉDIO	Atividades essenciais e não essenciais de baixo e médio risco	FASE 3 - até 70%
TOLERÁVEL	Atividades essenciais e não essenciais de baixo, médio e alto risco	FASE 4 - até 90%
BAIXO	Todas as atividades	FASE 5 - 100%

FONTE: Tabela baseada nas orientações do PLANO PROSEGUIR do Governo do Estado de Mato Grosso do Sul (<<https://www.segov.ms.gov.br/Geral/prosseguir/>>)

Orientação para o desenvolvimento das atividades presenciais nas Unidades Universitárias - UUs.

Os itens abaixo correspondem às orientações gerais a serem seguidos nas UUs:

- a) Leia atentamente o Plano de Biossegurança Institucional da UEMS disponível no link: http://www.uems.br/assets/uploads/paginas/covid19/1_2021-05-26_09-24-11.pdf
- b) Não compareça ao campus se estiver com sintomas sugestivos de COVID-19;
- c) Informar ao Comitê de Biossegurança Local - CBL, se algum aluno, servidor ou terceirizado venha a apresentar sintomas de síndrome gripal e/ou resultados positivos para a Covid-19;
- d) Não compareça ao campus (por 15 dias) se tiver tido contato próximo (há menos de 10 dias) com pessoas com COVID-19 confirmado e notifique o CBL;
- e) Afastar todos os casos com temperatura acima de 37,8°C, aferida com termômetro infravermelho;
- f) Mantenha distância mínima de 1,5m das outras pessoas nas dependências da UU;
- g) Use máscara de forma adequada durante toda a permanência na UU;
- h) Não cumprimente pessoas com apertos de mão, tapinha nas costas, abraços e beijos;
- i) Realize a higiene das mãos com água e sabão ou álcool gel 70%, frequentemente, ou sempre que tocar o rosto e/ou objetos de uso coletivo;
- j) Evite circular pelo campus: na chegada, direcione-se para o local da sua atividade e após o seu encerramento, encaminhe-se logo para a saída;
- k) Os locais de alimentação, tais como cantinas, copas e refeitórios, deverão adotar medidas de prevenção para conter a disseminação da Covid-19, conforme Plano de Biossegurança da UEMS. Recomenda-se o escalonamento de pausas para lanches e refeições;
- l) Orientações para o uso de salas de aulas, laboratórios, bibliotecas e espaços administrativos, ver Plano de Biossegurança da UEMS.

Estruturação da Unidade Universitária - UU - para as atividades presenciais

- a) Distanciamento social: identificação específica para entrada e saída (fluxo de pessoas), demarcação de locais (filas, salas de espera, carteiras, recepções), Estruturação dos setores em funcionamento, respeitando o limite máximo de ocupação conforme bandeira (Quadro 1).
- b) Ações preventivas: aferição da temperatura na chegada; uso obrigatório de máscaras; intensificação da higienização dos locais com maior fluxo de pessoas; disponibilização de

álcool gel; revezamento de locais de uso coletivo; realizar agendamento prévio para atendimento ao público e busca ativa entre casos suspeitos e confirmados de COVID-19.

- c) Formas de comunicação: Atualização e divulgação do Plano de Biossegurança Local, divulgação das ações realizadas pela UU, disponibilização de orientações de forma visual.

Antes de sair de casa

1. Coloque sua máscara e leve uma de reserva. Troque-a a cada 3h ou se estiver úmida;
2. Lave as mãos e tenha álcool em gel 70% com você para higienizar as mãos no caminho;
3. Em caso de febre (acima de 37,8°C), alerte seu chefe imediato e permaneça em teletrabalho.

Quando estiver em deslocamento até a UU

1. Use máscara o tempo todo;
2. Mantenha distância de pelo menos 1,5m para outras pessoas;
3. Fique longe de aglomerações;
4. Utilize álcool em gel nas mãos e lave-as assim que possível.

Quando estiver no trabalho

1. Higienize seu celular, computador e mesa;
2. Evite compartilhar objetos pessoais como canetas, lápis e demais itens;
3. Mantenha distância em relação a mesa de trabalho do seu colega;
4. Sem abraços, tapinha nas costas, beijos e apertos de mão;
5. Evite conversas no corredor;
6. Esteja sempre de máscara nos ambientes compartilhados, como banheiros, salas de trabalho e corredores;
7. Evite elevadores. Caso utilize, que seja de forma individual;
8. Não retire a sua máscara e nem a toque desnecessariamente;
9. Dê preferência e, se possível, opte pelas reuniões on-line;
10. Quando oferecer atendimento ao público, higienize sua mesa de trabalho antes e depois de cada atendimento;
11. Dê preferência para atendimentos pré-agendados para evitar aglomerações.

Quando for se alimentar

1. Retire sua máscara apenas durante as refeições, utilizando as alças para isso;
2. Coloque-a dentro de um saco plástico destinado a isso ou sobre um guardanapo de papel;
3. Lave bem as mãos antes e depois da refeição;
4. Higienize o local antes e depois da refeição;
5. Mantenha distância de 1,5m entre as pessoas.

Ao chegar em casa

1. Tire a máscara e lave-a utilizando água sanitária ou água e sabão, caso seja reutilizável;
2. Higienize seus pertences (celular, chaves, carteiras, óculos e etc) com água e sabão ou água ou álcool 70%;
3. Tire os sapatos antes de entrar em casa e higienize-os;
4. Coloque todas as roupas para lavar e tome banho em seguida.

Acolhimento

- Servidores: A PRODHS/DDP, por meio do Setor de Atendimento Psicossocial dará apoio aos servidores por meio do e-mail: saps@uems.br ou do telefone: 3902-2665.
- Alunos: A PROEC/DAE, por meio dos Setores de Assistência e Apoio Estudantil e de Atendimento Psicológico por meio do e-mail: atendimento psicologico@uems.br.

Como apoiar?

- Pratique uma escuta acolhedora: a escuta é o principal ponto de acolhimento;
- Ouça de forma ativa as diversas situações e contextos;
- Melhore a capacidade de comunicação: seja assertivo e cordial;
- Considere que as pessoas estão em diferentes situações: seja empático;
- Respeite a individualidade e a privacidade de cada um;
- Esteja atento às mudanças comportamentais dos colegas;
- Em caso de observação de alterações como: intensa instabilidade emocional, medo, insegurança, capacidade diminuída de pensar ou de se concentrar, fadiga etc., oriente a pessoa a buscar o apoio do Setor de Atendimento Psicossocial;
- Saiba seu limite: busque apoio especializado.

Tem alguma dúvida ou sugestão?

1. Entre em contato com o Comitê de Biossegurança Local de sua UU, ou
2. e-mail: covid19@uems.br.