

Orientações para o recebimento e armazenamento dos gêneros alimentícios por pais e estudantes

- Para o recebimento do kit no *campus*, apenas um membro da família deve se dirigir até o local, utilizando máscara e respeitando o distanciamento mínimo de 1 metro. Antes do recebimento, lave as mãos com água e sabão ou álcool em gel.
- Leve de casa uma caneta para assinatura do Termo de Recebimento do kit.
- Quem receber o kit em casa também deve lavar as mãos com água e sabão antes do recebimento.
- Utilize uma solução de água e sabão ou uma solução com água sanitária (descrição abaixo) para borrifar e higienizar bem todos os produtos e embalagens entregues no kit antes de guardar em armário, geladeira ou freezer.
- Guarde os alimentos não perecíveis em um local limpo, arejado e ao abrigo da luz.

Solução diluída de água sanitária

Indicação: desinfecção de superfícies diversas (como mesas, cadeiras, bancadas, maçanetas, chaves, brinquedos, objetos de decoração e até embalagens de produtos trazidos do supermercado ou recebidos de serviços de delivery), em ambientes que não sejam de saúde, após a limpeza com água e detergente neutro.

Como preparar? Numa garrafa com capacidade para 1 litro, adicione um pouco de água. Separe 150 mL de água sanitária e acrescente. Na sequência, complete o volume da garrafa com mais água e agite para homogeneizar.

CORONAVÍRUS COVID-19

O que você precisa saber e fazer.

Como posso me proteger?

-  Lave as mãos com frequência, com água e sabão, ou higienize com álcool em gel 70%.
-  Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.
-  Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas e fique em casa até melhorar.
-  Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tocar, lave sempre as mãos com água e sabão.
-  Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.
-  Evite aglomerações e mantenha os ambientes ventilados.

Como o coronavírus (Covid-19) é transmitido?

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo (cerca de 2 metros), por meio de:



E quais são os principais sintomas?

O coronavírus (Covid-19) é **similar a uma gripe**. Geralmente é uma doença leve a moderada, mas alguns casos podem ficar graves. Os sintomas mais comuns são:

- Febre
- Tosse
- Dificuldade para respirar

Saiba como proteger você e sua família.

Acesse:

saude.gov.br/coronavirus

DISQUE
SAÚDE
136



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

PÁTRIA AMADA
BRASIL

Fonte: Ministério da Saúde

Como higienizar as mãos corretamente?



Fonte: Universidade Federal de Mato Grosso