

É HORA DE DEFENDER A NOSSA GENTE, NOSSA HISTÓRIA, NOSSA ANCESTRALIDADE.

Povos Comunidades Tradicionais contra o coronavírus.

SECRETARIA DE PROMOÇÃO
DA IGUALDADE RACIAL



Informação e atitude: melhores formas de Povos Comunidades Tradicionais se protegerem da COVID-19.

O QUE É

Coronavírus é uma família de vírus que causam infecções respiratórias. Foi descoberto em dezembro de 2019, na China. Os grupos de maior risco são os adultos com 60 anos ou mais. E pessoas com doenças crônicas (diabetes, respiratórias e do coração).

GRUPOS DE RISCO

Crianças menores de 2 anos, asmáticas, gestantes, adultos com 60 anos ou mais. Pessoas de qualquer idade com doenças crônicas (principalmente diabetes, doenças do coração ou respiratórias). Quem for do grupo de risco não deve exercer atividades no momento.

SINTOMAS

Os mais comuns: Tosse (seca ou com secreção), febre acima de 37°

Os mais graves: Dificuldade de respirar, insuficiência renal, junto com tosse e febre

Outros sintomas: Dores do corpo, congestionamento nasal, inflamação na garganta, dor de cabeça, diarreia

TRANSMISSÃO



PELO AR Gotículas de saliva com o vírus saem no espirro, na tosse, no catarro e na fala. Essas gotículas com o vírus entram em contato com mucosas da boca, olhos e nariz. Aí ocorre a infecção.

POR CONTATO



BEIJO Há a troca direta de saliva com o vírus ou pelas gotículas que se depositam no corpo da outra pessoa (rosto, mão, etc.).

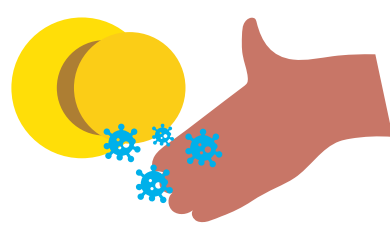
APERTO DE MÃO Vírus fica na pele e contamina ao levar a mão ao olho, nariz e/ou boca.

ABRAÇO As gotículas da fala entram em contato com a mucosa ou se depositam na roupa, braços, etc. da outra pessoa.

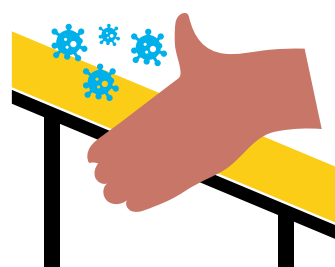
SUPERFÍCIES NÃO HIGIENIZADAS As gotículas com os vírus ficam depositadas nas superfícies, passam para a mão da pessoa e daí chegam aos olhos, nariz e/ou boca se houver toque. As superfícies podem ser celulares, chaves, maçanetas, corrimão, interruptores, teclas, ferramentas, etc.



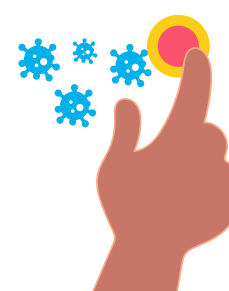
celulares



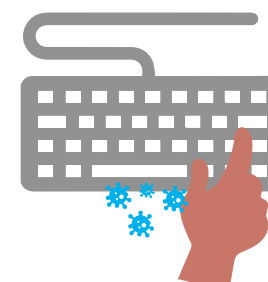
maçanetas



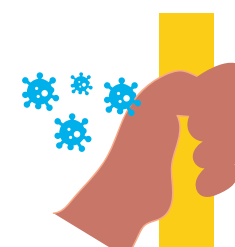
corrimão



botões



teclas



ferramentas

PREVENÇÃO



LAVAR AS MÃOS com água e sabão várias vezes ao dia. Também pode usar álcool em gel 70%.



NÃO TOSSIR ou espirrar, cubra a boca e o nariz na dobra do cotovelo. Isso é muito importante no momento da colheita, quando várias pessoas estiverem trabalhando próximas (manter a distância mínima de 1,5 metro).



EVITE CONTATO com pessoas que estejam com sintomas de gripe (febre, tosse, espirro, coriza). Não é recomendável que um trabalhador rural trabalhe nessas condições.

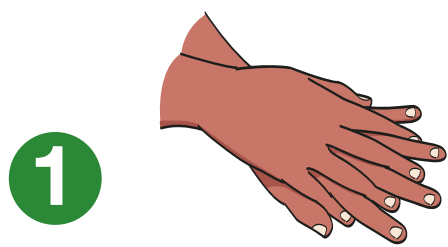
É HORA DE DEFENDER A NOSSA GENTE, NOSSA HISTÓRIA, NOSSA ANCESTRALIDADE.

Povos Comunidades Tradicionais contra o coronavírus.

SECRETARIA DE PROMOÇÃO
DA IGUALDADE RACIAL



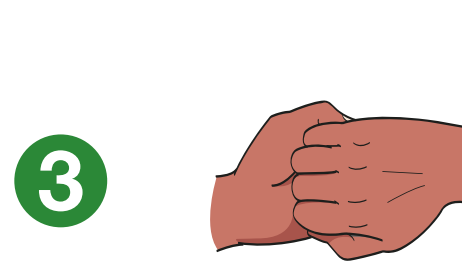
Lavagem correta das mãos



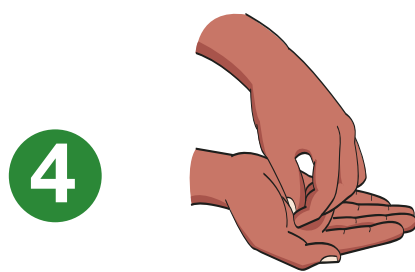
1
Dorso e laterais das
mãos e entre os dedos



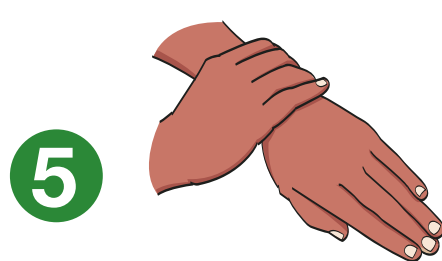
2
Polegares



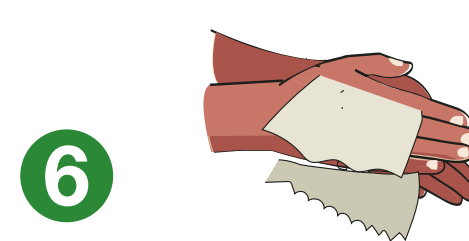
3
Unhas



4
Unhas



5
Punhos



6
Enxugue as mãos com
papel toalha e use-o para
fechar a torneira

CUIDADOS ESPECIAIS

Povos Comunidades Tradicionais , fiquem ligados nos cuidados

- 🦠 **DURANTE A COMERCIALIZAÇÃO:** Mantenha a distância mínima de 1,5 metro da outra pessoa. Não cumprimente com aperto de mão, abraço ou beijo. Após o contato com dinheiro (dê preferência ao cartão, se possível), embalagens ou qualquer tipo de objeto, lave as mãos com água e sabão. Ou use o álcool em gel. Antes da lavagem das mãos não toque os olhos, o nariz e/ou a boca. Alerta os consumidores dos seus produtos quanto aos cuidados com a higiene que devem ter.
- 🦠 **RETORNO À RESIDÊNCIA:** Ao chegar em casa, antes de entrar, tire e higienize o calçado. Não cumprimente as pessoas com aperto de mão, abraço ou beijo, vá direto para o banheiro. Coloque as roupas usadas para lavar. Higienize as mãos. Assoe as narinas, limpe as secreções acumuladas. Tome banho.
- 🦠 **VEÍCULOS:** Os veículos que você utiliza no transporte dos produtos, e no seu, também devem ser higienizados. Use água de sabão ou detergente neutro. No volante você pode passar álcool em gel 70%.
- 🦠 **CONSUMIDORES E CLIENTES:** Lave os produtos com água e detergente ou com solução de 40ml de água sanitária (2,0 a 2,5% de Cloro) diluída em 1 litro de água filtrada.
- 🦠 **CONTAMINAÇÃO DE ANIMAIS:** Até o momento, não foi registrado nenhum caso de contaminação de animais. O novo coronavírus faz parte de uma família de vírus. Alguns podem contaminar animais, mas o novo coronavírus não. Não se preocupe com seus animais. Preocupe-se com você e a sua família, porque os grupos de maior risco são adultos com 60 anos ou mais. E pessoas com doenças crônicas (diabetes, respiratórias e do coração).
- 🦠 **ISOLAMENTO DOMICILIAR:** o isolamento domiciliar é obrigatório para pessoa que testou positivo para o vírus, devendo ficar sozinha em um cômodo da casa, de preferência em quarto com banheiro.
- 🦠 **QUARENTENA:** Deve ficar isolada do convívio social, em casa, a pessoa que teve contato com alguém contaminado. As orientações sobre isolamento e quarentena estão sendo dadas pelo Ministério da Saúde e pela Organização Mundial da Saúde (OMS).
- 🦠 Não realizar reuniões comunitárias, das associações, cooperativas, conselhos, etc. Manter a comunicação por celular e por meio das redes sociais.
- 🦠 No momento que estiver embalando produtos, utilize máscaras do tipo cirúrgica e luvas descartáveis.
- 🦠 Higienizar ferramentas, equipamentos de proteção individual, máscaras, óculos e luvas antes e após o uso.
- 🦠 Evite aglomerações. Mantenha a distância mínima de 1,5 metro da outra pessoa. Cumprimente a pessoa com gesto, nunca com toque.
- 🦠 Para participar de feira livre, adote as determinações da prefeitura do seu município e as medidas recomendadas para higienização dos produtos, distanciamento entre as barracas e o que for indicado pelas autoridades de saúde.

Fonte:

Este guia foi baseado na cartilha da Emater/RJ, que, por sua vez, teve como fontes de consulta a Organização Mundial da Saúde (OMS); a Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz); e o Instituto de Infectologia Emílio Ribas.

Mais informações e orientações:
www.saude.ba.gov.br/coronavirus

SECRETARIA DE PROMOÇÃO
DA IGUALDADE RACIAL

