



**Habitacional**  
CUIDAMOS MELHOR DO SEU IMÓVEL

1006 0001

# GUIA DE CUIDADOS CONTRA A COVID-19

## Trabalhadores em Condomínios



## Prezado Colaborador,

O objetivo deste guia é protegê-lo contra a covid-19 no ambiente de trabalho e conseqüentemente todos a sua volta, inclusive sua família.

Ele foi especialmente preparado para você, siga-o com atenção.

Você também contribui para manter o ambiente livre de contaminação.

**Qualquer dúvida, fale com o RH.**

# PROTOCOLO PARA INICIAR O DIA DE TRABALHO



Assim que chegar lave as mãos com água e sabão.



Higienize todos os equipamentos, materiais e utensílios que utiliza para trabalhar.



Permaneça com máscara o tempo todo que estiver trabalhando.



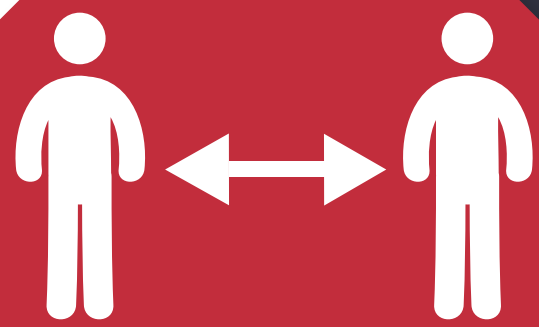
## Uso de máscaras

### DE TECIDO

- Utilize-a o tempo todo no ambiente de trabalho, nas ruas e transporte público;
- Troque-a a cada três horas;
- Guarde-as dentro de um saco plástico individual;
- Lave suas máscaras diariamente em casa.

### DESCARTÁVEL

- Se optar pela descartável, siga os procedimentos acima, mas descarte-a dentro de um saco plástico em lixeira fechada;
- Não reutilizá-las;



## Distanciamento social no ambiente de trabalho

- É muito importante que você não trabalhe nem ao lado, nem de frente a qualquer colega. Mantenha uma distância mínima de 1,5m;
- Ao conversar com alguém mantenha o distanciamento mínimo de 1,5 metro;
- Não atenda os moradores pelas janelas das guaritas, porta ou do lado de fora, use o interfone para falar com as pessoas. Caso não tenha este recurso, fale com a janela fechada ou por uma fresta, mantendo pelo menos 1,5m de distância.



## Entregas de Materiais

- Utilize o gavetão o máximo possível, se não for possível, solicite à pessoa que deixe a encomenda em frente à porta da guarita;
- Depois que a pessoa recuar pelo menos 1,5m, retire a encomenda e lave bem as mãos ou utilize o álcool gel logo em seguida;
- Evite ao máximo, o contato pessoal com o entregador;
- Não converse diretamente com o entregador.



## Triagem de Pessoas

- Se o seu condomínio adota a identificação de visitantes ou prestadores de serviço por meio de apresentação de documento (RG, CNH, etc), peça para que encoste o documento no vidro para que você anote os dados;
- Evite manusear o documento, mas se isso for inevitável, lave as mãos ou utilize o álcool gel em seguida.



# Aferição de temperatura

*Caso seu condomínio tenha adotado o procedimento de aferição de temperatura como medida de prevenção à Covid-19, veja como proceder caso alguém apresente temperatura **igual ou superior a 37,5 graus**:*

## ■ **Funcionários:**

Se for funcionário próprio, orientá-lo a procurar um posto médico e providenciar outra pessoa para cobrir o local de trabalho. Peça ao colaborador para informá-lo do resultado.

Se for funcionário terceirizado, ligar na empresa para comunicar o fato e solicitar a substituição temporária até que tenha liberação médica. Providencie alguém para ficar em seu lugar até que chegue o substituto.

## ■ **Prestadores de Serviço:**

Entrar em contato com a empresa prestadora do serviço informando o ocorrido e solicitar que enviem outro profissional.

## ■ **Visitantes:**

Informar o visitante sobre sua temperatura e que irá interfonar para o responsável pela unidade e solicitar que oriente o visitante sobre o que fazer, alertando que é uma situação de risco.

**Em todas essas situações comunique o Zelador/Gerente Predial**





## Procedimentos na guarita

- Desinfete o telefone e interfone, teclados, mouses, bancada, trincos e maçanetas dos vidros e portas, bordas do gavetão, a cada 3 horas, dia e noite;
- O piso da guarita e do banheiro devem ser limpos e desinfetados pelo menos uma vez ao dia, bem como vaso sanitário e torneiras;
- Retire qualquer tipo de tapete do banheiro.



## Procedimentos na guarita

### ■ **Passagem do Posto de Trabalho**

Antes de passar o posto de trabalho, repita todos os procedimentos de limpeza e lave as mãos antes de ir embora.

### ■ **Rendição do Posto de Trabalho**

Aguarde a saída do colega do turno anterior para entrar na guarita, mantendo uma distância de 1,5m entre vocês. Lave as mãos assim que chegar.

### ■ **Permanência na Guarita**

Somente uma pessoa deve ocupar a guarita, nunca permita a presença de uma segunda pessoa ao mesmo tempo.



## Trocando a climatização por ventilação

- Se possível mantenha os equipamentos de ar condicionado desligados, pois podem favorecer a proliferação do vírus;
- Nos ambientes onde é possível, mantenha as portas e janelas abertas para melhor ventilação.



# EPIs – Equipamentos de Proteção Individual

- Os equipamentos de proteção têm por finalidade garantir a sua saúde e proteção, evitando consequências graves como a contaminação pela Covid-19 e devem ser utilizados rigorosamente pelos profissionais da limpeza e manutenção, conforme orientações recebidas;
- Após o uso, é muito importante a correta limpeza, higienização guarda ou descarte dos EPIs para garantir sua proteção. Siga as orientações recebidas.



## LEMBRE-SE SEMPRE

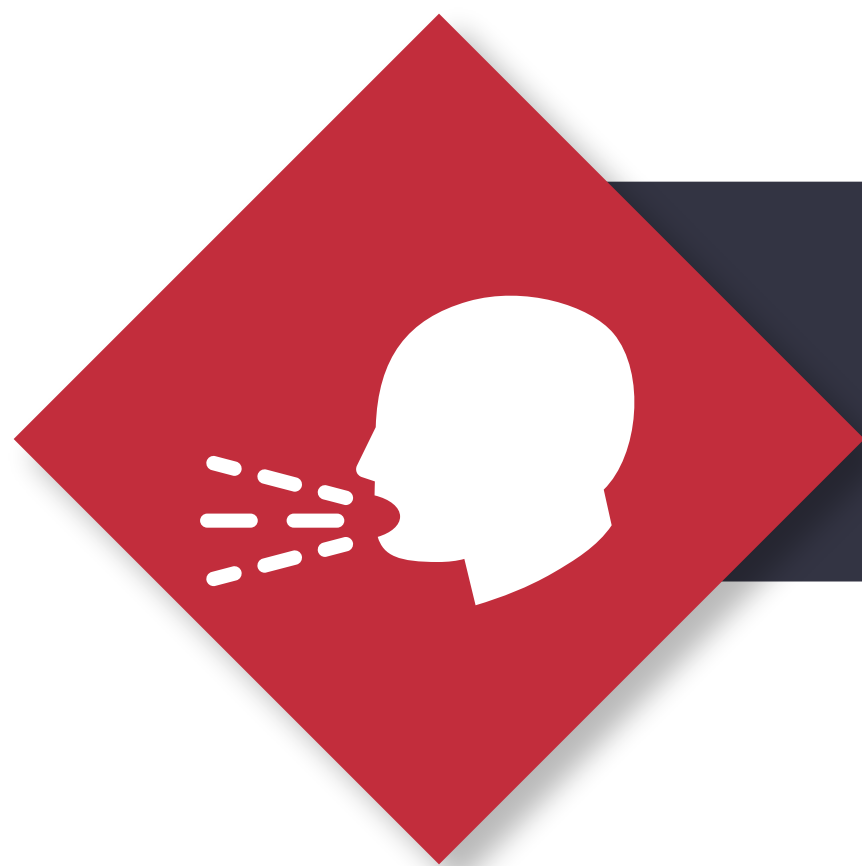
- Não compartilhe objetos, tenha sua própria caneta, bloco de anotações e outros utensílios necessários no seu trabalho;
- Evite circular no condomínio para se comunicar, fale por telefone;
- Evite usar relógios, pulseiras, colares, gravatas ou outros adornos, pois eles facilitam o contato com possíveis áreas contaminadas;
- Use e abuse do álcool em gel! Toda vez que tocar ou manusear qualquer material/equipamento;
- Troque toda a roupa diariamente, não use a mesma camisa e calça do dia anterior, pelo menos enquanto durar o período crítico de transmissão do vírus, dispense a gravata pois elas facilitam o contágio.
- Não deixe roupas penduradas na guarita ou banheiros.



## LEMBRE-SE SEMPRE

### Lave as mãos com água e sabão:

- Toda vez que tocar em objetos que não são os seus;
- Toda vez que tocar em maçanetas, corrimões, relógio de ponto, visor da catraca;
- Toda vez que chegar e sair do trabalho, ir ao banheiro ou tocar em alguma entrega;
- Seque as mãos com papel toalha, não use toalhas de pano, pois favorecem a propagação de vírus e bactérias.



## O que fazer se não estiver se sentindo bem

- Se você ou alguém que mora com você apresentar algum sintoma da Covid-19 (tosse, cansaço, congestão nasal, coriza, dor do corpo, dor de cabeça, dor de garganta, dificuldade para respirar, febre ou diarreia) permaneça em casa e comunique seu superior primeiramente e em seguida o RH, para receber as orientações;
- Se você não estiver se sentindo bem, não deverá ir trabalhar, mesmo que não tenha atestado médico. Deverá comunicar seu superior de imediato e em seguida o RH que o orientará como proceder.



**Habitacional**  
CUIDAMOS MELHOR DO SEU IMÓVEL

ISO 9001

**QUANDO VOCÊ SE CUIDA,  
ESTÁ CUIDANDO DO PRÓXIMO.**

 [habitacional.com.br](http://habitacional.com.br)

    [habitacionaladministradora](#)