

# PLANO DE AÇÃO - UEMG UNIDADE PASSOS

- Considerando o grande fluxo de estudantes e professores provenientes de diferentes cidades e o uso de ônibus como transporte da maioria dos discentes que vêm diariamente de outros municípios, o que representa uma forma de aglomeração em ambiente fechado, os alunos optaram por não comparecer presencialmente às aulas nos dias que permaneçam as orientações do Ministério da Saúde sobre evitar aglomerações.
- Seguindo recomendações da Reitoria da UEMG, as aulas serão suspensas. Os prazos serão periodicamente informados com antecedência à comunidade acadêmica.
- Estão sendo planejadas divulgações a partir das redes sociais (Instagram e Facebook) da UEMG - Unidade Passos, para conscientizar os estudantes, professores e funcionários sobre a importância de:
  - Utilizar as ferramentas online e telefone para realização dos atendimentos, orientações e reuniões;
  - Não cumprimentar as pessoas com contato físico (aperto de mão, abraço, etc);
  - Evitar conversar muito próximo das pessoas, manter a distância de aproximadamente um metro ou mais;



# PLANO DE AÇÃO - UEMG UNIDADE PASSOS

- Evitar o hábito de levar as mãos à boca, nariz e olhos;
- Lavar as mãos com água e sabão e/ou fazer uso do álcool gel antes de entrar e ao sair dos locais, ou sempre que possível;
- Carregar pequenos recipientes de álcool gel individual para facilitar o uso;
- Para os que utilizam carro próprio como meio de transporte, deixar um frasco de álcool gel dentro do carro e utilizar ao entrar e sair do carro;
- Para espirrar ou tossir proteger o nariz/boca com um lenço descartável ou o braço, ou espirrar/tossir dentro da blusa (puxando a gola para cima até cobrir boca e nariz antes de espirrar/tossir);
- Manter ambientes o mais arejados possível;
- Redobrar os cuidados para manter a imunidade alta: alimentação adequada; horas de sono por tempo suficiente; tomar bastante água; evitar sol/calor em excesso; evitar friagem e ficar com roupa molhada; evitar ar condicionado; evitar líquidos muito gelados; não exagerar nas atividades diárias para evitar cansaço excessivo. Tudo isso para buscar estar com o organismo fortalecido.



# PLANO DE AÇÃO - UEMG UNIDADE PASSOS

- Para os que estão dentro dos grupos de risco da campanha da vacina contra gripe, tomar a vacina assim que tiver disponível na rede de saúde: a campanha foi antecipada e inicia dia 23/03/2020 para idosos e profissionais de saúde;
- Se tiver algum sintoma de gripe como febre, espirros, coriza (nariz escorrendo) ou tosse: evitar sair de casa, evitar compartilhar talheres e copos, evitar proximidade com outras pessoas. Se não for possível se manter em casa, usar máscara nos contatos necessários com outras pessoas. Em caso de febre alta ou dificuldade de respirar, procurar o serviço de saúde (Unidade de Saúde da Família, Ambulatório ou Unidade de Pronto Atendimento para aqueles que utilizam a rede de serviços do SUS) e evitar a transmissão para outras pessoas até os sintomas desaparecerem;
- Ter responsabilidade e evitar transmitir, especialmente para idosos e pessoas com imunidade baixa e/ou com doenças crônicas como diabetes, cardiopatia, hipertensão arterial, asma, câncer, entre outras;



# PLANO DE AÇÃO - UEMG UNIDADE PASSOS

- Buscar informar e conscientizar as pessoas próximas;
- Orientar as pessoas a saírem de casa apenas para aquilo que for realmente necessário;
- Reduzir as idas a supermercados e padarias. Sempre que possível realizar as compras concentradas e não fragmentadas, para não precisar ficar voltando com frequência;
- Orientar os idosos a não saírem de casa se não for estritamente necessário. Os jovens e adultos devem assumir as tarefas que os idosos costumam fazer na rua sempre que possível, como por exemplo pagar contas e fazer compras;
- Realizar pagamentos pela internet e compras pelo telefone quando possível;
- Evitar locais fechados com muitas pessoas, como por exemplo festas, bares, restaurantes, academias, casas lotéricas, bancos, ônibus, igrejas;
- Realizar viagens apenas se for realmente necessário;
- Incentivar uns aos outros a cumprirem todas as recomendações de cuidados de prevenção;
- Compartilhar as informações e orientações de credibilidade;
- Responsabilizarmos pela saúde uns dos outros;



# PLANO DE AÇÃO - UEMG UNIDADE PASSOS

• Em caso de dúvidas, entrar em contato com a Unidade de Saúde mais próxima da sua casa ou ligar no setor de Epidemiologia do seu município. Em Passos o telefone é **(35) 3522-7177**

- Realização de discussões pedagógicas sobre a condução do semestre conforme for ocorrendo a movimentação da epidemia e as condutas necessárias na Universidade.

