



**VAMOS JUNTOS
SUPERAR
ESSA CRISE.**

**A INDÚSTRIA NO COMBATE
À COVID-19.**

**Guia de Retomada das Aulas Presenciais
no SENAI em Tempo de Covid-19**

SENAI

Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial

PELO FUTURO DO TRABALHO

**Guia de Retomada das Aulas Presenciais
no SENAI em Tempo de Covid-19**

CONFEDERAÇÃO NACIONAL DA INDÚSTRIA – CNI

Robson Braga de Andrade

Presidente

Gabinete da Presidência

Teodomiro Braga da Silva

Chefe do Gabinete - Diretor

Diretoria de Educação e Tecnologia – DIRET

Rafael Esmeraldo Lucchesi Ramacciotti

Diretor de Educação e Tecnologia

Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial – SENAI

Robson Braga de Andrade

Presidente do Conselho Nacional

SENAI – Departamento Nacional

Rafael Esmeraldo Lucchesi Ramacciotti

Diretor-Geral

Julio Sergio de Maya Pedrosa Moreira

Diretor-Adjunto

Gustavo Leal Sales Filho

Diretor de Operações



**VAMOS JUNTOS
SUPERAR
ESSA CRISE.**

**A INDÚSTRIA NO COMBATE
À COVID-19.**

**Guia de Retomada das Aulas Presenciais
no SENAI em Tempo de Covid-19**

SENAI

Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial

PELO FUTURO DO TRABALHO

© 2020. SENAI – Departamento Nacional

Qualquer parte desta obra poderá ser reproduzida, desde que citada a fonte.

SENAI/DN

Unidade de Educação Profissional e Tecnológica - UNIEP

FICHA CATALOGRÁFICA

S491g

Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial. Departamento Nacional.

Guia de retomada das aulas presenciais no SENAI em tempo de Covid-19 / Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial. Brasília : SENAI/DN, 2020.

48 p. il.

1. Retomada de Aulas. 2. Pandemia. 3. Adequações do Ambiente Escolar. I. Título

CDU:37.018.48

SENAI
Serviço de Aprendizagem Industrial
Departamento Nacional
Sede
Setor Bancário Norte
Quadra 1 – Bloco C
Edifício Roberto Simonsen
70040-903 – Brasília – DF
Tel.: (61) 3317-9000
Fax: (61) 3317-9994
<http://www.portaldaindustria.com.br/senai/>

Serviço de Atendimento ao Cliente – SAC
Tels.: (61) 3317-9989/3317-9992
sac@cni.org.br

1 Apresentação

O presente Guia é um referencial para orientar a retomada das aulas presenciais no SENAI no contexto da Covid-19.

Cada Departamento Regional (DR) deverá elaborar um plano de retomada das aulas de acordo com a legislação de seu estado e as suas características.

A qualquer momento, poderão surgir novas orientações de saúde e algumas medidas poderão ser revistas.

2 Nortearam a Elaboração do Guia

Retorno
às aulas
práticas

Aulas
teóricas
continuam
on-line/
virtual

Retomada
gradual
por turno

Cuidados
ao receber
o aluno
na escola

3 Objetivo

Atuar na orientação e implementação de planos de retorno às aulas, no contexto da Covid-19, **exclusivamente para o desenvolvimento de habilidades específicas em oficinas e laboratórios**, que não puderem ser desenvolvidas por meio de simuladores ou outras estratégias em ambientes virtuais, considerando critérios de efetividade científica alinhados às definições das autoridades públicas.



4 Critérios para Retorno Gradual às Atividades Produtivas: OMS e Ministério da Saúde



**World Health
Organization**

- Transmissão controlada do vírus.
- Sistema nacional de saúde com capacidade de detectar, testar, isolar, tratar e acompanhar a rede de contágios.
- Risco de surto minimizado.
- Medidas preventivas implementadas em locais de trabalho, escola e locais onde a circulação de pessoas seja essencial.
- Risco de “importação” do vírus sob controle.
- Sociedade plenamente educada, engajada e empoderada para aderir às novas normas de convívio social.



- **Distanciamento Social Seletivo – DSS:**

- Em locais onde os casos confirmados não impactaram + da metade da capacidade do sistema de saúde.
- Isolamento de grupos de risco, casos confirmados e suspeitos.
- Medidas de higienização, distanciamento social, uso de máscaras e etiqueta respiratória para toda a população.

- **Distanciamento Social Ampliado – DSA:**

- Em locais onde os casos confirmados impactaram + da metade da capacidade do sistema de saúde.
- Isolamento ampliado, com liberação apenas para serviços essenciais.

5 Protocolos e Pesquisas Considerados

Protocolo



Retomada das atividades produtivas em tempo de COVID-19



PLANO DE RETOMADA DA ATIVIDADE ECONÔMICA APÓS A QUARENTENA

18 de abril de 2020

**PRÁTICAS INTERNACIONAIS
RETORNO ÀS AULAS
NO PÓS-PANDEMIA
2020**

27 DE ABRIL

Unidade de Relações Internacionais
Diretoria de Educação e Tecnologia
Raquel Ferreira Sena
rsena@telcni.com.br

6 Finalidade



Impactar na redução do risco de contaminação no processo de retomada das aulas presenciais, exclusivamente em oficinas e laboratórios.

7 Retomada das Atividades

A decisão do momento adequado para reabertura, em cada localidade, cabe às autoridades públicas.

Devemos aproveitar o final do período da quarentena para:

- Organizar dados e planos.
- Identificar a população de maior risco.
- Identificar fornecedores e parcerias, inclusive SESI.

No momento da flexibilização, é importante ter segurança de que o sistema de saúde estará pronto para o combate ao vírus.

8 Eixos de Atuação

- Eixo 1 – Planejamento da Retomada das Aulas
- Eixo 2 – Adequações no Ambiente Escolar
- Eixo 3 – Novas Rotinas na Escola
- Eixo 4 – Ciclo de Cuidado com as Pessoas



9 Eixo 1 – Planejamento da Retomada das Aulas



1. Identificar os **cursos que devem ser priorizados** na retomada gradual das aulas, considerando apenas o **desenvolvimento das habilidades específicas em laboratórios ou oficinas** , que porventura não possam ser realizadas exclusivamente em ambientes virtuais, por meio da utilização de simuladores ou outros recursos, de forma a **estabelecer um calendário de retomada das aulas** , de **forma gradual** , que possa garantir a segurança dos alunos.



2. Estruturar um **processo de chamada dos alunos** para **promover um diagnóstico prévio das suas condições de saúde** , para a retomada das aulas em laboratórios ou oficinas, por meio de um **questionário-padrão** , de forma a identificar quais alunos estão em condições de retomar as atividades na escola SENAI (**Meu SENAI**).



3. Estruturar um processo de **mapeamento prévio das condições de saúde de instrutores e demais profissionais** envolvidos no ambiente escolar, para a retomada das atividades escolares, por meio da aplicação prévia de uma **ficha de atendimento à saúde** de forma a identificar quais profissionais poderão retomar as atividades na escola SENAI (**SESI+**), incluindo perguntas a respeito da saúde de familiares próximos e pessoas da convivência de instrutores e demais profissionais.

➤ 1. Identificação de cursos que necessitam do desenvolvimento de habilidades específicas em oficinas ou laboratórios



➤ 2. Mapeamento prévio das condições de saúde de instrutores e demais profissionais pelo SESI+



➤ **3. Diagnóstico prévio das condições de saúde dos alunos, por meio do MEU SENAI (questionário)**



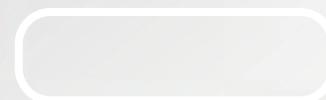
➤ **4. Definição do ambiente (número de alunos por turno e por laboratório ou oficina)**



> 5. Definição de calendário de retorno às aulas, de forma gradual, por turno



> 6. Retorno às Aulas!!



Programa SESI COVID-19 – Entregas Tecnológicas e Serviços



Entregas Tecnológicas



ChatBot/App:

- Monitoramento de assintomático.



Telemedicina para manejo clínico:

- Teleconsulta de triagem e orientação.
- Teleconsulta médica.



Sistema S+ COVID-19:

- Checklist e plano de ação.
- Controle de atestado e retorno ao trabalho.
- Gestão de equipamentos de proteção individual – EPIs.
- Agendamento de Serviços.

Obs.: a teletriagem e o telemonitoramento estão em avaliação pelo SESI.



Serviços



- PCR Pool
- PCR Individual
- Imunológico (IgM e IgG)



NÃO FARÃO PARTE
DO PROTOCOLO DE
RETOMADA DAS AULAS



4. Definir **critérios de acolhimento dos alunos** considerados aptos a retornar ao ambiente escolar na entrada na escola:

- Orientar previamente alunos e instrutores sobre a necessidade de **utilização de máscara** no trajeto até a escola e da escola para outros locais e da **impossibilidade de utilizar bijuterias e adereços de metal** para acessar o ambiente escolar.
- Orientar alunos e colaboradores a **manterem os cabelos presos**, evitando assim que o cabelo venha ao rosto e minimizando contato entre mãos, cabelo e rosto, considerando também que, ao passar as mãos nos cabelos, pode ser um depósito do vírus.
- Utilizar o **Termômetro Digital Infravermelho de Testa** para aferir a temperatura dos alunos e colaboradores antes de acessarem os ambientes escolares, encaminhando para área isolada aqueles que porventura apresentarem alteração de temperatura corporal, de forma que **possam ser orientado para procurar a área de saúde** e tenham a recomendação de isolamento domiciliar ou hospitalar.
- Se possível, realizar rápida entrevista com profissional de saúde para identificação de possíveis sintomas da Covid-19 (Teletriagem).
- Garantir a entrada e permanência de alunos e colaboradores com o **uso obrigatório de máscaras**, prezando pela manutenção e higienização a cada uso ou descarte.
- Manter uma **distância mínima segura entre as pessoas** onde não for possível utilizar barreira física ou protetor mais potente.
- **Alternar dias de comparecimento** entre os instrutores e os demais colaboradores nas equipes.



- Considerar **jornadas de trabalho menores** nos primeiros meses e priorizar as turmas com menor carga horária para a conclusão.
- Orientar os alunos a trazer para as aulas um “Kit aluno Covid-19”:
 - Álcool em gel para higienizar as mãos durante ou após o deslocamento para a escola.
 - *Squeeze* ou copo próprio para beber água.
 - 1 a 2 máscaras para trocar durante o período dentro da escola.
 - Lenço umedecido para higiene pessoal.
 - Saquinho de lixo para colocar os produtos que manuseou e precisa descartar.



5. Definir o **número de alunos por turno e por laboratório ou oficina**, garantindo as condições de segurança quanto ao distanciamento entre alunos, à desinfecção de máquinas equipamentos e instrumentos, à utilização de máscaras, à higienização constante das mãos, à higienização e desinfecção dos ambientes escolares, conforme orientações estabelecidas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e pelo Ministério da Saúde (MS).



6. Definir **critérios para interação instrutor/aluno** no processo de ensino-aprendizagem, de forma a resguardar o distanciamento necessário conforme orientações da OMS e do MS.



7. Definir critérios para utilização dos espaços de convivência, **vetando o acesso a auditórios, bibliotecas, salas de reuniões** ou espaços que possam comprometer os critérios de segurança.



8. Definir **equipe de saúde** da escola para monitoramento e gerenciamento dos dados.



9. Considerar as **necessidades específicas das pessoas com deficiência** para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e diretrizes sobre lavagem das mãos, incluindo pessoas com deficiência que não conseguem lavar as mãos sozinhas ou que não tenham acesso suficiente à água para realização de sua higiene.



10. Não disponibilizar para aluno e instrutores cegos material em braile, em função da dificuldade de higienização.

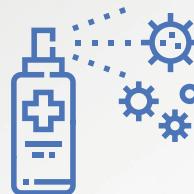


10 Eixo 2 – Adequações no Ambiente Escolar

As adequações no ambiente escolar devem compreender as seguintes linhas de ação:



1. **Desinfecção e Limpeza de Ambientes Escolares**



2. **Sinalização, *Layout* de Estações de Trabalho e Ambientes de Uso Coletivo**



3. **Medidas Administrativas**



4. **Comunicação, Treinamento e Orientações**



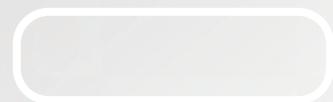


1. Desinfecção e Limpeza dos Ambientes Escolares

- **Adotar/reforçar limpeza e desinfecção:**

- de locais coletivos mais expostos ao toque das mãos a cada duas horas: maçanetas, braços de cadeiras, telefones, bancadas, botão de elevador, catraca;
- da estação de trabalho por alunos e instrutores, antes e depois do turno das aulas, de forma a garantir a desinfecção dos ambientes de trabalho (máquinas, equipamentos, ferramentas, etc.) e a criação de hábitos de segurança da saúde em toda a comunidade escolar;
- inserir pano úmido com água sanitária diluída em água no acesso às instalações no local de entrada (ver orientações a respeito do uso de água sanitária em: http://cfq.org.br/wp-content/uploads/2020/03/Review_a%CC%81gua_sanita%CC%81ria-versa%CC%83o-23_03_-2020-versa%CC%83o_3.pdf);
- de banheiro a cada uso; e
- do piso dos andares de entrada nos edifícios (a cada duas horas).

- **Aumentar as estações de lavagem e da disponibilização de álcool em gel para as mãos, incluindo instalações de estações fora do prédio com as devidas orientações sobre a utilização.**



- **Para os alunos e instrutores que utilizam EPI:**
 - Estabelecer requisitos de inventário para EPI / agentes de limpeza e compras.
 - Estabelecer coleta e desinfecção de EPI reutilizáveis, como macacão, luvas de couro, protetores auditivos, etc.
- **Climatização de ambientes:**
 - Manter ambientes bem ventilados e aplicar a limpeza do ar-condicionado pela contratada.
 - Manter portas abertas em tempo integral, em especial copas e salas de reuniões.
 - Utilizar filtros biológicos no ar-condicionado.
 - Aumentar a frequência de limpeza e a troca dos filtros de ar-condicionado, em alinhamento com a assistência técnica autorizada pelos fabricantes.



- **Adequações na entrada da escola:**

- Tapete de higienização na entrada da escola, dos laboratórios e das oficinas.
- Identificar com faixas o distanciamento nos corredores.



- **Estabelecer local de triagem**



- **Cancelar o uso de catracas, deixando a passagem livre sem as barras**



- **Quando for possível, identificar a direção dos ambientes, para evitar aglomerações.**



- **Adequações nos banheiros coletivos**

Deixar a porta principal do banheiro coletivo sempre aberta para identificar que não há usuário. **1 POR VEZ.**

Nesse processo, evitar tocar em mais um objeto (maçaneta e *paper*) e deixar o ambiente arejando.



DISPONÍVEL | OCUPADO



Ou placa de identificação.
LIVRE | OCUPADO

• Adequações nas pias coletivas e bebedouros

- Inutilizar torneiras com distância menor que 2 metros:
 - retirá-las; ou
 - identificar que o uso não é permitido.
- Evite utilizar os bebedouros da escola, trazendo as garrafas cheias de casa.
- O uso do bebedouro deve ser para encher o refil das garrafas.
- Não tocar a boca da garrafa no bebedouro. Caso ocorra, desinfetar a garrafa, antes de enchê-la.
- A maioria dos bebedouros possuem um parafuso de regulação de pressão. Para fechar a vazão de saída da água, usar uma chave de fenda.



Quando possuir os dois dispositivos,
inutilizar este tipo de dispositivo.

2. Sinalização, *Layout* de Estações de Trabalho e Ambientes de Uso Coletivo

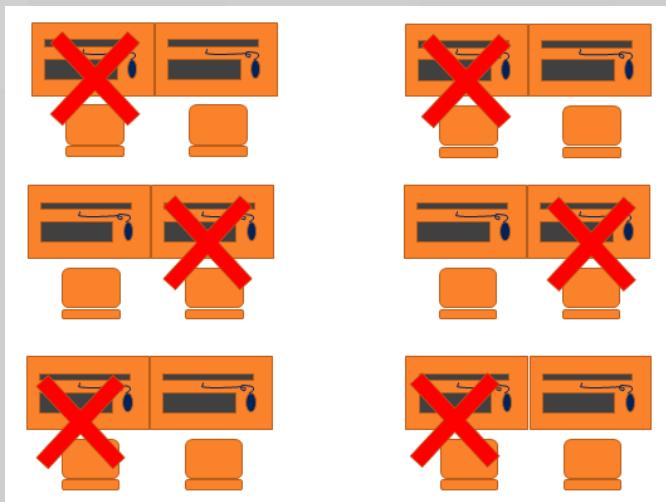
- Alterar o *layout* para adotar distância mínima de 2 metros entre os alunos e entre aluno e instrutor, através de marcações no chão ou, se possível, instalar barreiras físicas entre eles.
- Assegurar a alternância da estação de trabalho entre os turnos, de forma a evitar a reutilização da estação de trabalho no próximo turno.
- Identificar os objetos de uso pessoal (caneta, copo) para uso.
- Restringir o uso de elevador, priorizando o uso para pessoas com necessidades especiais, “desativando-o” em andares próximos.
- Disponibilizar *dispenser* de álcool em gel nos postos de trabalhos e em todos os ambientes de uso coletivo.
- Implantar barreiras físicas para locais de atendimento ao público, especialmente a secretaria escolar.
- Suprimir ou reduzir a utilização de maçanetas, catracas e qualquer superfície física de contato com as mãos.
- Vetar a utilização de elevadores, auditórios ou salas de reuniões
- Restringir o número de pessoas em copas ou cantinas.
- Garantir o acesso de uma pessoa por vez a cada banheiro.



- Estimular que os instrutores, os colaboradores e os alunos sentem sempre em posições fixas para possibilitar a identificação de quem teve contato próximo em caso de transmissão.
- Distanciar e demarcar as mesas para que os instrutores e colaboradores mantenham uma distância mínima segura.
- Reforçar a higienização de mesas, cadeiras e pontos de limpeza dos alunos e instrutores (pias, banheiros, etc.).
- Fornecer para instrutores e colaboradores, quando for o caso, pratos prontos e evitar o *self-service*.
- Estimular os instrutores e colaboradores a higienizar as mãos com água e sabonete ou álcool antes e depois de entrar no refeitório, quando for o caso.
- Orientar os colaboradores, os instrutores e os alunos a descartar as máscaras dentro de um saco plástico individual e, posteriormente, jogá-la na lixeira autorizada pelos fabricantes e indicada pela escola.

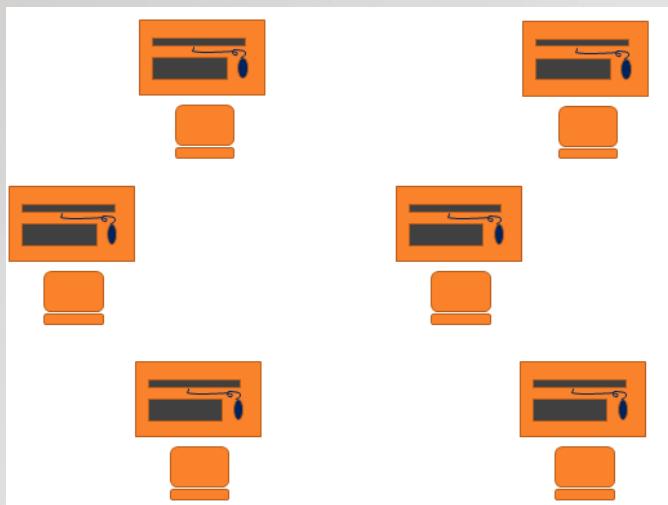


• Adequações na utilização dos Laboratórios de Informática



- Revezamento de alunos, quando não houver possibilidade de distanciar todos os postos de trabalho.
- Distanciamento mínimo de 2 metros.

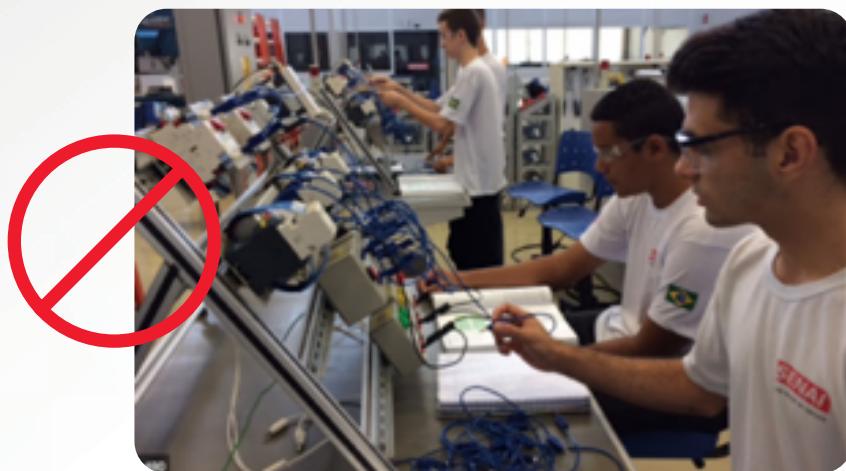
ou



- Adequações na utilização de Laboratórios e Oficinas



- 1 aluno por posto de trabalho.



Mais de 1 aluno
por posto de trabalho



- Limpeza e desinfecção das ferramentas e bancadas, antes e depois das aulas, pelos alunos.



**Menos de 2 metros de distância
entre os alunos**

3. Medidas Administrativas

- Colaboradores pertencentes ao grupo de risco – com mais de 60 anos de idade ou com comorbidades de risco – devem preferencialmente ser mantidos em teletrabalho. Caso seja indispensável a presença desses colaboradores, priorizar trabalho interno, sem contato com clientes, em local reservado, arejado e higienizado ao fim de cada turno de trabalho.
- Os alunos identificados como grupo de risco não devem retomar às aulas nos ambientes escolares, permanecendo com aulas virtuais, até que novas orientações dos órgãos de saúde definam essa possibilidade.
- Escalonar os horários e intervalos de início e término dos turnos escolares.
- Considerar as jornadas diárias escolares menores nos primeiros meses.

4. Comunicação, Treinamento e Orientações

- **O que comunicar**

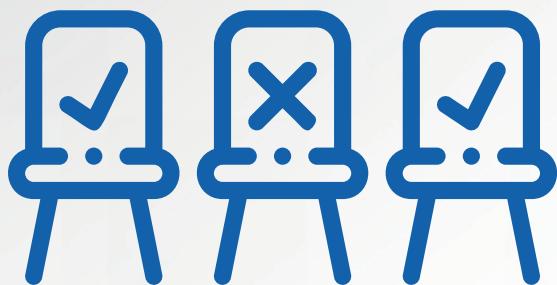
- Protocolos e informações que devem ser comunicados:
 - Identificação dos sintomas da Covid-19 e situações em que se deve ficar em casa.
 - Uso permanente de máscaras e higienização adequada das mãos e outras etiquetas de higiene.
 - Uso de objetos/recursos coletivos: interruptores de luz, portas, micro-ondas, impressoras, etc.
 - Uso de objetos individuais de trabalho e pessoais (computador, caneta, celular).
 - Limpeza do ambiente de trabalho.
 - Distanciamento físico e redução do número de pessoas em ambientes fechados (elevador, banheiro, refeitório, copa).
 - Para subir ou descer as escadas, manter-se no seu lado direito, afastado cinco degraus do colaborador à frente.
 - Orientações para a realização de reuniões de trabalho.
 - Medidas recomendadas para o ambiente domiciliar.
 - Como utilizar e higienizar/descartar corretamente os EPIs.

• Como comunicar

- Comunicação de protocolos aos instrutores, colaboradores e alunos, antes do retorno às atividades.
- Treinamentos e encontros virtuais sobre novos requisitos.
- Implementar medidas de comunicação em pontos estratégicos dos ambientes escolares.
- Veiculação de protocolos nos canais institucionais internos (intranet e sistema de TV) e demais ferramentas utilizadas para interação com os alunos.

• Onde comunicar

- Pontos estratégicos no ambiente educacional:
 - Em locais coletivos (escada, elevador, copa, banheiro, restaurante, corredores).
 - Em equipamentos de uso coletivo (impressoras, grampeador, garrafa térmica, máquina de café, portas, maçanetas, etc.).
 - Nas estações de trabalho (sobre identificação e higiene de objetos pessoais e de trabalho).
 - Reforçar comunicação positiva, que apoie sentimentos de esperança, engajamento nas medidas protetivas e sensação de pertencimento a um propósito maior.





11 Eixo 3 – Novas Rotinas na Escola



1. Para maiores de 60 anos de idade, com cardiopatias, diabetes, doenças respiratórias (asma ou bronquite, por exemplo), neoplasias e gestantes

- Trabalho *home office* para os colaboradores da escola e permanência dos alunos em atividades *on-line*, quando for possível.
- Em casos excepcionais, a priorização do trabalho interno de colaboradores deve ocorrer em local reservado, sem contato com clientes, alunos e público em geral (OS1088ME).



2. Para os que não se enquadram no grupo de risco

- Recebimento antecipado de máscaras para higienização e preparação para uso.
- Utilização da máscara durante a locomoção ao trabalho.
- Ao chegar, passar pela triagem, higienizar os calçados e as mãos antes de chamar o elevador ou acessar os ambientes escolares.
- Higienização dos materiais/equipamentos utilizados no posto de trabalho.
- Higienização e utilização de máscara em ambientes coletivos, respeitado o distanciamento de 2 metros entre as pessoas.
- Utilização da máscara no retorno ao lar e a devida higienização dela para utilizá-la novamente.



3. Higienização pessoal



- Uso de máscaras de pano:
 - Durante toda a jornada de trabalho: evite tocar na máscara durante o uso.
 - Trocar a cada 2 horas ou quando estiver úmida.
 - Lavar as mãos antes e depois de colocar e retirar a máscara.
 - Nariz e boca sempre cobertos, com máscara bem ajustada ao rosto.
 - Retirá-la pelo elástico da orelha. Evite tocá-la na parte da frente.
 - Guardar a máscara usada em um saco fechado até chegar em casa.
 - Lavá-la com água e sabão, secar naturalmente, passá-la com o ferro de passar roupa.



- Lavar as mãos:
 - Depois de assoar o nariz, tossir ou espirrar.
 - Antes, durante e depois de cuidar de uma pessoa doente.
 - Depois de visitar um espaço público: transporte, mercados.
 - Depois de usar o banheiro ou tocar no lixo.
 - Antes e depois de comer.
 - Depois de tocar em animais de estimação e superfícies fora de casa, inclusive cartão e dinheiro.

Como Fazer a Fricção Anti-Séptica das Mãos com Preparações Alcoólicas?

Friccione as mãos com Preparações Alcoólicas! Higienize as mãos com água e sabonete apenas quando estiverem visivelmente sujas!



Duração de todo o procedimento: 20 a 30 seg



1a



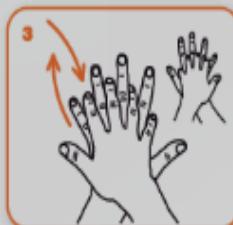
1b

Aplique uma quantidade suficiente de preparação alcoólica em uma mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies das mãos.



2

Friccione as palmas das mãos entre si.



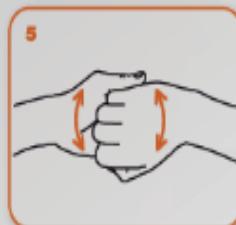
3

Friccione a palma direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.



4

Friccione a palma das mãos entre si com os dedos entrelaçados.



5

Friccione o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa.



6

Friccione o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa.



7

Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo um movimento circular e vice-versa.



8

Quando estiverem secas, suas mãos estarão seguras.

Como Higienizar as Mãos com Água e Sabonete?

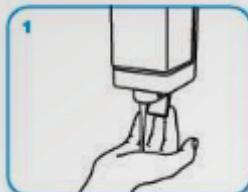
Higienize as mãos com água e sabonete apenas quando estiverem visivelmente sujas! Senão, fricione as mãos com preparações alcoólicas!



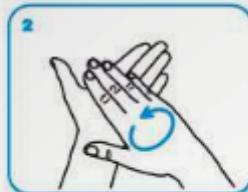
Duração de todo o procedimento: 40 a 60 seg



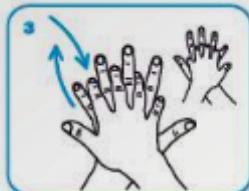
0 Molhe as mãos com água.



1 Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos.



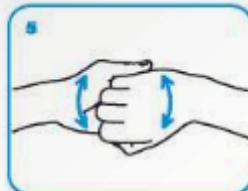
2 Ensaíbe as palmas das mãos, friccionando-as entre si.



3 Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.



4 Entrelace os dedos e fricione os espaços interdigitais.



5 Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa.



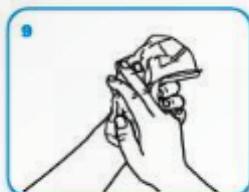
6 Esfregue o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa.



7 Fricione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa.



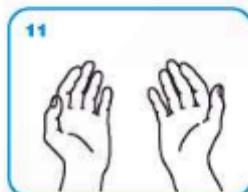
8 Enxágue bem as mãos com água.



9 Seque as mãos com papel toalha descartável.



10 No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel toalha.



11 Agora, suas mãos estão seguras.



4. Saúde mental em tempos de crise

• Em casa:

- Antes de abraçar, tire o sapato, tome banho e troque de roupa.
- Não entre na “paranoia” da limpeza, basta seguir as recomendações de limpeza que já estão sendo veiculadas na mídia.
- Evite compensar as dificuldades com estratégias danosas, como o uso abusivo de álcool, tabagismo, uso de drogas, excessos alimentares.

• Na escola:

- É normal se sentir estressado com o processo de mudança. Isso não significa que você não vai se adaptar.
- Seja criativo para não se distanciar emocionalmente de seus colegas.
- Seja mais tolerante consigo e com os outros.
- Se tiver dificuldades para se adaptar ao distanciamento físico:
 - Converse com a equipe de saúde da escola, colegas e familiares para buscar soluções em conjunto.
 - Busque ajuda em programas de acompanhamento psicológico.
 - Verifique na sua empresa ou faça uma busca nas redes sociais por serviços de apoio psicológico gratuito *on-line* ou peça que amigos e parentes o façam para você.



• Como oferecer ajuda aos colegas



O que fazer:

- Seja honesto e confiável.
- Respeite o direito de as pessoas decidirem por si mesmas.
- Esteja atento sobre suas preferências e preconceitos e coloque-os de lado.
- Deixe claro para as pessoas que, mesmo que elas não queiram ajuda agora, elas poderão recebê-la posteriormente.
- Respeite a privacidade e mantenha a história da pessoa em sigilo.
- Comporte-se apropriadamente, considerando a cultura, a idade e o gênero da pessoa.



O que não fazer:

- Não faça falsas promessas.
- Não force as pessoas a receberem ajuda e não seja invasivo ou agressivo.
- Não pressione as pessoas para contar-lhe histórias pessoais.
- Não conte as histórias das pessoas aos outros.
- Não julgue as pessoas por suas ações ou sentimentos.



O que dizer e fazer:

- Encontre um lugar silencioso para conversar e limite as distrações externas.
- Esteja perto, mas mantenha a distância indicada nos protocolos. O apoio emocional não requer abraços, requer sua atenção de qualidade.
- Mostre que você está ouvindo: por exemplo, balance sua cabeça ou diga: "Uhummm!"
- Forneça informações, se você as tiver. Seja honesto sobre o que você sabe e não sabe. *"Eu não sei, mas vou me informar sobre isso para você"*.
- Reconheça como elas estão se sentindo e quaisquer perdas ou eventos importantes que te contarem *"Eu lamento pelo que houve. Posso imaginar o quão triste isso é para você"*.
- Reconheça os esforços da pessoa e como eles o ajudaram.
- Permita o silêncio.



O que não dizer e fazer:

- Não interrompa ou apresse a história de alguém (por exemplo, não olhe no relógio ou fale muito rapidamente).
- Não toque a pessoa e não critique comportamentos crenças e culturas.
- Não julgue o que elas fizeram ou não fizeram ou como estão se sentindo. Não diga: *"Você não deveria se sentir assim"*, ou *"Você deveria se sentir sortudo por ter sobrevivido"*.
- Não use termos muito técnicos.
- Não fale sobre seus próprios problemas.
- Não pense ou aja como se você devesse resolver todos os problemas da pessoa no lugar dela.
- Não menospreze os esforços das pessoas e seu senso de capacidade de cuidar delas mesmas.



12 Eixo 4 – Ciclo de Cuidado com as Pessoas



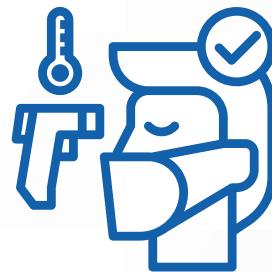
1. Monitoramento da saúde dos alunos e colaboradores:

- Recomenda-se que cada gestor acompanhe alunos e colaboradores em atividade escolar, **verificando diariamente o seu estado de saúde** e a possível manifestação de sintomas, como tosse, cansaço, congestão nasal, coriza, mialgia (dor no corpo), dor de cabeça, dor de garganta ou dificuldade para respirar.
- **Acompanhar também a ocorrência de casos suspeitos ou confirmados** na família/residência dos alunos ou colaboradores.
- Esclarecer para todos os alunos e colaboradores os **protocolos a serem seguidos** caso alguém apresente sintomas ou teste positivo para a Covid-19, informando também o cronograma a ser seguido nesses casos (tempo de isolamento, período de retorno, etc.).



2. Monitoramento diário de alunos e colaboradores assintomáticos:

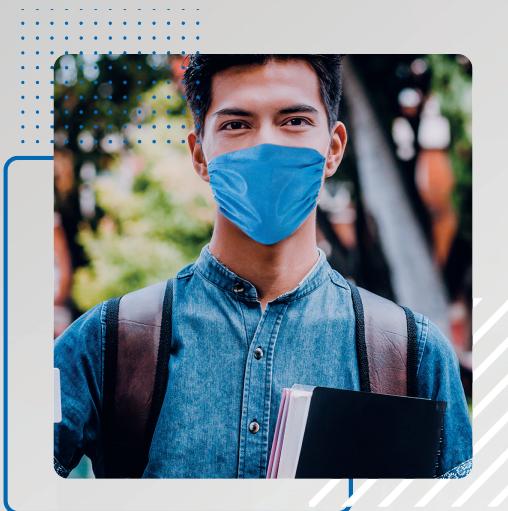
- Utilizar o **Termômetro Digital Infravermelho de Testa** para aferir a temperatura diária dos alunos em ambiente escolar.
- Rápida **entrevista para identificação de possíveis sintomas da Covid-19**.
- **Temperaturas superiores a 37,8°** devem ser consideradas como sintomáticas, sendo orientado o isolamento domiciliar da pessoa.
- A medição da temperatura com o termômetro infravermelho deve respeitar o **distanciamento social de 2 metros para cada indivíduo a ser testado**.





3. Como agir se alunos e colaboradores apresentarem sintomas:

- Alguns dos sintomas da Covid-19 se assemelham aos da gripe, como tosse, cansaço, congestão nasal, coriza, mialgia (dor no corpo), dor de cabeça ou dor de garganta.
- O colaborador, ao identificar esses sintomas, deve orientar os alunos a procurarem os profissionais de saúde que farão o acompanhamento do agravamento dos sintomas.
- Recomenda-se que o gestor escolar acompanhe de perto esse aluno ou colaborador.
- Caso haja piora dos sintomas, oriente a pessoa com esse quadro clínico a buscar atendimento médico presencial.
- Em caso de realização do teste para Covid-19, o aluno ou colaborador deve permanecer na residência até que seja emitido o resultado do exame ou o parecer médico.
- Orientar alunos e colaboradores a reforçarem os cuidados de prevenção em casa.
- Realizando ou não o teste, o aluno ou colaborador só deve retornar às atividades quando for autorizado por um médico.





4. Aluno ou colaborador com teste positivo para a Covid-19:

- Após a confirmação com parecer médico formal, o aluno ou colaborador deve permanecer afastado das aulas presenciais e do trabalho e em isolamento até receber autorização médica para voltar à rotina normal.
- Além disso, deve reforçar os cuidados em casa para prevenir a contaminação dos familiares



5. O retorno de alunos ou colaborador afastado por Covid-19:

- O aluno ou colaborador diagnosticado com Covid-19 só poderá retornar às atividades com autorização médica.
- Se, ao término do período de afastamento recomendado pelo médico persistirem os sintomas, o aluno ou colaborador deve ser orientado a permanecer em sua residência por mais sete dias.
- Se, ao final desse período, ainda houver qualquer sintoma, o colaborador deve procurar novamente o atendimento médico presencial.



6. Alunos ou colaboradores que atuem como equipe ou dentro do mesmo ambiente, em que alguns dos integrantes do grupo teste positivo para a Covid-19:

- O aluno ou colaborador com Covid-19 será afastado.
- Recomenda-se o afastamento do restante da equipe que teve contato com o membro contaminado pelos próximos 14 dias.
- Quem não teve contato direto deve manter sua rotina normal de atividades escolares, intensificando todas as medidas preventivas.
- É essencial acompanhar o surgimento de sintomas.

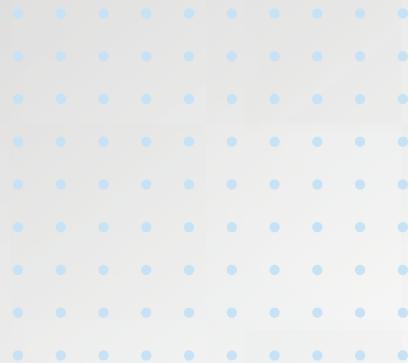


Referências

FEDERAÇÃO DAS INDÚSTRIAS DO ESTADO DE SÃO PAULO. **Plano de retomada da atividade econômica após a quarentena.** São Paulo: FIESP, 2020.

SERVIÇONACIONALDEAPRENDIZAGEMINDUSTRIAL. **Práticas internacionais: retorno às aulas no pós-pandemia 2020.** Brasília: SENAI/DN, 2020.

SERVIÇO SOCIAL DA INDÚSTRIA. **Retomada atividades produtivas em tempo de COVID19.** Brasília: SESI/DN, 2020.



DIRETORIA DE EDUCAÇÃO E TECNOLOGIA - DIRET

Rafael Esmeraldo Lucchesi Ramacciotti

Diretor de Educação e Tecnologia

SENAI/DN

Rafael Esmeraldo Lucchesi Ramacciotti

Diretor-Geral

DIRETORIA DE OPERAÇÕES

Gustavo Leal Sales Filho

Diretor de Operações

Unidade de Educação Profissional e Tecnológica - UNIEP

Felipe Esteves Pinto Morgado

Gerente-Executivo de Educação Profissional e
Tecnológica

Anderson Garcia Scarlassara

Maria Eliane Franco Monteiro Azevedo

Rosângela Maria Costa

Equipe Técnica

DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO - DIRCOM

Ana Maria Curado Matta

Diretora de Comunicação

Gerência de Publicidade e Propaganda

Armando Uema

Gerente de Publicidade e Propaganda

Katia Rocha

Coordenadora de Gestão Editorial

André Oliveira

Produção Editorial

DIRETORIA DE SERVIÇOS CORPORATIVOS – DSC

Fernando Augusto Trivellato

Diretor de Serviços Corporativos

Superintendência de Administração - SUPAD

Maurício Vasconcelos de Carvalho

Superintendente Administrativo

Alberto Nemoto Yamaguti

Normalização

Danúzia Queiroz

Revisão Gramatical

Editorar Multimídia

Projeto Gráfico e Diagramação



SENAI

Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial

PELO FUTURO DO TRABALHO