

ORIENTAÇÕES PARA ALIMENTAÇÃO SEGURA EM AMBIENTES DE TRABALHO DURANTE A PANDEMIA

ATENÇÃO: em caso de qualquer sintoma respiratório ou outros que possam estar relacionados à COVID-19 a comunidade universitária **não deve frequentar os campi ou se alimentar fora de casa.**

Durante os momentos de alimentação é necessária a retirada das máscaras de proteção, e por esse motivo devem-se intensificar as outras medidas preventivas. Seguem as recomendações:

1. Alimente-se em locais abertos e ventilados.
2. As copas, por serem locais fechados, devem ser evitadas. Caso você vá se alimentar em um local fechado, prefira os horários menos movimentados, respeitando a lotação máxima do local e o distanciamento de 1,5 metros. Os usuários do espaço devem se organizar por horário para evitar aglomeração.
3. Dê preferência para alimentos que podem ser consumidos sem aquecimento ou necessidade de refrigeração para evitar compartilhamento de equipamentos.
4. Não compartilhe nenhum tipo de alimento com outras pessoas.
5. Higienize as mãos com água e sabão antes e após as refeições, se não for possível, use álcool em gel.
6. Providencie um local adequado para guardar a máscara durante a alimentação, caso vá reutilizá-la. Caso esteja usando a mesma máscara de tecido ou cirúrgica, por mais de 4 horas, é preferível trocá-la.
7. Retire a máscara pelo menor tempo possível, apenas durante o período em que você estiver se alimentando.
8. Mantenha o distanciamento adequado das outras pessoas.
9. Evite falar enquanto estiver sem máscaras para reduzir a dispersão de gotículas respiratórias no ambiente.
10. Após a alimentação as pessoas devem descartar possíveis restos de comida, deixando limpo o local.
11. Permaneça no local apenas pelo tempo de sua refeição.
12. O descanso deve ser realizado em um ambiente diferente daquele da alimentação.