



UME: JOSÉ CARLOS DE AZEVEDO

JÚNIOR ANO: 6º ANO B / 6º ANO

C

COMPONENTE CURRICULAR:

CIÊNCIAS PROFESSORA: PROF.

DANIELA BONAPARTE PERÍODO:

01/02/21 A 12/02/21

### PROTÓCOLOS DE SEGURANÇA DA COVID-19

As pessoas que usarem máscaras devem seguir as boas práticas de uso, remoção e descarte, assim como higienizar adequadamente as mãos antes e após a remoção. Devem também lembrar que o uso de máscaras deve ser sempre combinado com as outras medidas de proteção (veja a pergunta "O que posso fazer para me proteger e evitar transmitir para outras pessoas?").

Como colocar, usar, tirar e descartar uma máscara:

1. Lembre-se de que uma máscara deve ser usada por todas as pessoas a fim de evitar a transmissão do vírus.
2. Antes de tocar na máscara, limpe as mãos com um higienizador à base de álcool ou água e sabão
3. Pegue a máscara e verifique se está rasgada ou com buracos.
4. Oriente qual lado é o lado superior (onde está a tira de metal).
5. Assegure-se que o lado correto da máscara está voltado para fora (o lado colorido).
6. Coloque a máscara no seu rosto. Aperte a tira de metal ou a borda rígida da máscara para que ela se adapte ao formato do seu nariz.
7. Puxe a parte inferior da máscara para que ela cubra sua boca e seu queixo.
8. Após o uso, retire a máscara; remova as presilhas

elásticas por trás das orelhas, mantendo a máscara afastada do rosto e das roupas, para evitar tocar nas superfícies potencialmente contaminadas da máscara.

9. Descarte a máscara em uma lixeira fechada imediatamente após o uso.

10. Higienize as mãos depois de tocar ou descartar a máscara - use um higienizador de mãos à base de álcool ou, se estiverem visivelmente sujas, lave as mãos com água e sabão.

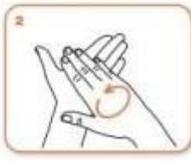
## Como Fazer a Fricção Anti-Séptica das Mãos com Preparações Alcoólicas?

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



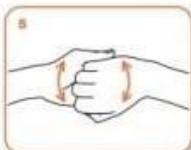
2 Friccione as palmas das mãos entre si.



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.



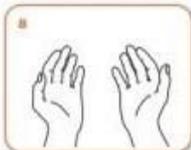
5 Friccione o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa.



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, friccione 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.



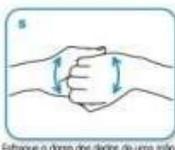
2 Entoe as palmas das mãos, friccionando-as entre si.



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



4 Entoe os dedos e friccione os espaços interdigitais.



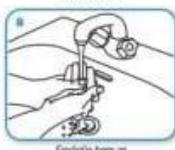
5 Estregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa.



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



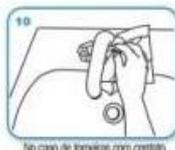
7 Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa.



8 Enxágue bem as mãos com água.



9 Seque as mãos com papel toalha descartável.



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



11 Agora, suas mãos estão seguras.

### ATIVIDADE 1

- Depois de ler as orientações, com atenção, converse com as pessoas da sua casa e veja se todas as orientações, de segurança, são seguidas corretamente e escreva o que é feito para a prevenção da COVID-19 e o que pode ser feito para melhorar esse cuidado.

#### **PRESTEM MUITA ATENÇÃO:**

- NÃO precisa copiar o texto.
- Realize a atividade no caderno de ciências.
- Não esqueça de colocar NOME, NÚMERO, ANO e a data na atividade.
- Faça com atenção e qualquer dúvida me chame no whatsapp, estou à disposição.