

CASO



@alunoscontraocorona

CLÍNICO 11

QUESTÕES SOBRE O DIA-A-DIA
DURANTE A QUARENTENA

**PARA A
POPULAÇÃO!**





Após o início da flexibilização, você voltou a trabalhar e, como recomendado, segue utilizando máscara facial em todas as vezes que sai de casa, inclusive no ambiente de trabalho.

Porém...

durante o uso das máscaras nos deparamos com algumas situações complicadas né?

Por exemplo, quando bate aquela fome ou aquela vontade de coçar o nariz insuportável...

Você sabe o que fazer com sua máscara nessas situações?



@alunoscontraocorona





Você saiu para trabalhar e, durante o percurso para o trabalho, seu nariz começou a coçar.

VOCÊ AUTOMATICAMENTE

Abaixa a máscara para o pescoço e coça o nariz

Coça o nariz com as mãos por cima da máscara



@alunoscontraocorona



Abaixa a máscara
para o pescoço e
coça o nariz

Coça o nariz com
as mãos por cima
da máscara



Se não der para aguentar e você coçar o
nariz, evite abaixar a máscara.



Não puxe a máscara
para o queixo

Ao apoiá-la no pescoço para falar, coçar o nariz ou
a boca, você perde a proteção da máscara e ainda
pode se contaminar pelo vírus (que pode estar na
superfície de fora da máscara ou nas suas mãos).

E lembre-se, se tocou na parte de frente da
máscara, higiene suas mãos em seguida.



@alunoscontraocorona



@alunoscontraocorona

Você trocou sua máscara ao chegar ao trabalho e fez suas tarefas do período da manhã. No horário de almoço, você tira sua máscara para comer, deixando-a em cima da bancada, e ao terminar, recoloca a máscara e volta a trabalhar.

QUAL(IS) ERRO(S) VOCÊ ENCONTROU NESTA CENA?

Recolocar a mesma máscara.

Apoiar a máscara na bancada.

As duas anteriores estão erradas!

Não há nada de errado com as duas primeiras!





Recolocar a mesma máscara.



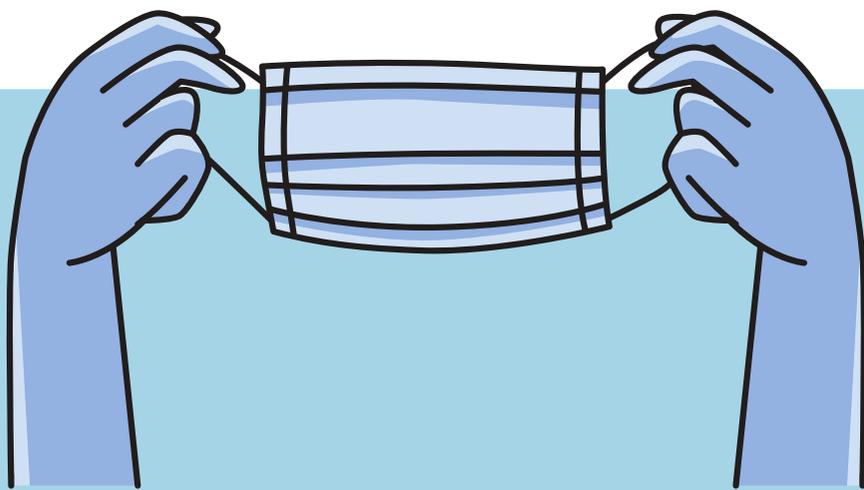
Apoiar a máscara na bancada.

As duas anteriores estão erradas!



Quando for almoçar, **nunca** deixe sua máscara em cima da bancada, tanto a bancada quanto a máscara podem estar contaminadas. O recomendado é coloca-la dentro de um saco plástico, para que seja **higienizada** depois.

Após almoçar, troque de máscara. Idealmente, as máscaras devem ser utilizadas por até 2 horas, pois, após esse período, elas começam a ficar úmidas. Ao retirar a máscara, puxe sempre pelas tiras elásticas, evitando tocar a parte da frente.



@alunoscontraocorona

Seu expediente acabou e você está voltando para casa quando seu celular toca.

Como você atende o celular?



Afasta a máscara para o lado para falar melhor ao telefone

Fala ao telefone por cima da máscara mesmo



@alunoscontraocorona

Afasta a máscara
para o lado para
falar melhor ao
telefone

Fala ao telefone
por cima da
máscara mesmo



Não afaste a máscara para o lado, nem deixe apenas o nariz coberto, ao falar ao telefone. Ao fazer isso, você corre risco de se contaminar. Tanto a superfície externa da máscara quanto o celular estão sujos.

Sabemos que não é fácil ficar longos períodos de máscara, no entanto, deixar seu nariz de fora da máscara para respirar melhor é um risco! A máscara deve ficar bem ajustada ao rosto, cobrindo bem o nariz e o queixo



@alunoscontraocorona