

Escola Nacional de Saúde Pública  
FIOCRUZ  
Fundação Oswaldo Cruz  
Ministério da Saúde



## CARTA DE RECOMENDAÇÃO

A Articulação dos Povos Indígenas (APIB) em parceria com instituições acadêmicas (Projeto Xingu/Unifesp, Fiocruz e GT Saúde Indígena da Abrasco) apresenta algumas recomendações para a entrega de alimentos nas comunidades indígenas, visando manter as medidas de controle da Covid-19. Seguimos as recomendações da Nota Informativa no. 03 (05/04/2020) da SESAI, sobre as orientações e cuidados na distribuição dos alimentos.

A Covid 19 é uma doença causada pelo novo coronavírus chamado de SARS Cov 2, de transmissão por contato entre pessoas e com objetos. Os estudos têm mostrado que o Covid 19 pode permanecer vivo em diversas superfícies, por vários dias. Plástico e metal, parecem ser as superfícies onde a sobrevivência do vírus é maior.

As principais medidas para evitar que o vírus se espalhe é a limpeza das mãos, evitar pôr as mãos nos olhos, boca e nariz, e dos objetos de uso diário, inclusive alimentos. Dessa forma, é importante que na distribuição de alimentos sejam tomadas medidas de segurança para evitar que as equipes de distribuição levem a doença para as aldeias. A recomendação para limpeza das mãos, encontra-se na Figura 1 abaixo, feita pelo Ministério da Saúde.

Anexo 1:

Lavagem mãos anvisa

Fonte: ANVISA

A limpeza ou higienização dos objetos e alimentos deve ser feita com álcool 70° ou solução de hipoclorito de sódio a 0,5%. O preparo dessa água com Hipoclorito de sódio, que é a água sanitária vendida em supermercado, está detalhado na figura 2 abaixo:

Anexo 2:

3º passo: <https://www.ifmg.edu.br/ouopreto/coronavirus/agua-sanitaria-cartilha.pdf>

Fonte: Prefeitura de Contagem.

### **Cuidados a serem tomados para distribuir os alimentos nas aldeias:**

#### **1) HIGIENIZAÇÃO DOS MEIOS DE TRANSPORTE**

Os carros, caminhonetes, caminhões, aeronaves, barcos, entre outros que levarão os alimentos devem ser higienizados antes de serem carregados e antes que os entregadores coloquem os alimentos, e após a entrega também.

S/n SDS, SHCS Bloco D - Brasília, DF, 70392-900

Fone: (61) 3034 5548

E-mail: [apibbsb@gmail.com](mailto:apibbsb@gmail.com)

Para todos os meios de transporte:

Lavagem com água e sabão da parte externa e dos componentes internos que possam ser lavados.

### **Carros, caminhonetes e caminhões:**

Aplicar o álcool 70% ou hipoclorito de sódio a 0,5% nas maçanetas, bancos, painel, volante, alavanca de câmbio, freio de mão, pedais e cintos de segurança dos veículos.

### **Barcos:**

Aplicar álcool 70% ou hipoclorito de sódio a 0,5% no assoalho, nos bancos e laterais de apoio, no motor de popa e no manche do motor.

### **Aeronaves:**

Aplicar álcool 70% ou hipoclorito de sódio a 0,5% nas maçanetas, no painel, manche e alavancas de comando (flap, combustível etc), bancos, pedais e cintos de segurança.

## **2) HIGIENIZAÇÃO DAS EMBALAGENS**

As embalagens de plástico e de metal devem ser higienizadas.

Caso os alimentos venham em caixas de papelão, recomenda-se abri-las e higienizar cada pacote plástico ou lata.

As embalagens de papel são mais difíceis de higienizar e devem ser evitadas. Uma sugestão é abri-las e colocar seu conteúdo em embalagens plásticas devidamente higienizadas.

Usar sacos plásticos grandes, tais como os que os vários mercados usam para embalar cestas de alimentos para montar as cestas. Esses sacos plásticos devem ser previamente higienizados.

## **3) CUIDADOS COM OS DISTRIBUIDORES**

As pessoas que participarão das entregas, incluindo os motoristas, devem estar sem sintomas de gripe (tosse, febre, nariz escorrendo, dor de garganta), lavar as mãos com água e sabão antes de carregar os meios de transporte. Depois de carregar os alimentos, devem lavar as mãos novamente antes de entrar no carro, caminhão, caminhonete ou aeronave que foi previamente higienizada.

Atenção com os calçados que devem ser higienizados também, antes de entrar em qualquer meio de transporte utilizado

Os entregadores devem usar máscaras cirúrgicas ou caseiras, e sempre que possível, devem usar aventais e gorros. Todos esses equipamentos devem ser descartados após cada entrega.

De preferência, os entregadores não devem ter contato direto com os indígenas. O ideal é combinar previamente um local próximo fora ou na entrada da aldeia, onde os materiais deverão ser descarregados, evitando assim qualquer contato físico com as pessoas da comunidade.

## **4) Retirada e distribuição dos alimentos nas comunidades e aldeias**

Evitar fazer filas ou aglomerações para a retirada dos produtos, que, se possível, deve ser feito somente depois que a equipe de entrega for embora.

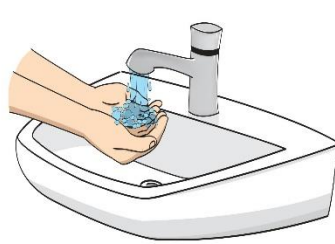
Após a distribuição, escolher um local para desembalar os produtos, preferencialmente fora do domicílio ou em um canto isolado da residência onde não se faz alimentação.

Limpe as mãos com água e sabão antes de pegar os alimentos e durante a manipulação, não colocar a mão no rosto. Ao terminar, lavar novamente as mãos.

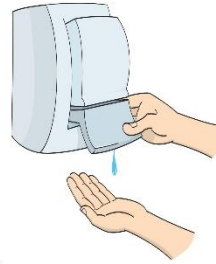
**Brasília, 07 de abril de 2020**

# HIGIENIZE AS MÃOS: SALVE VIDAS

## Higienização Simples das Mãos



1. Abra a torneira e molhe as mãos, evitando encostar na pia.



2. Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante).



3. Ensaboe as palmas das mãos, friccionando-as entre si.



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



5. Entrelace os dedos e fricione os espaços interdigitais.



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



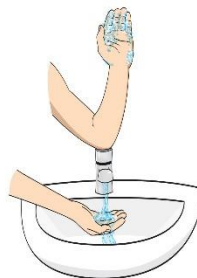
7. Esfregue o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda (e vice-versa), utilizando movimento circular.



8. Friccione as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fechada em concha (e vice-versa), fazendo movimento circular.



9. Esfregue o punho esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita (e vice-versa), utilizando movimento circular.



10. Enxágüe as mãos, retirando os resíduos de sabonete. Evite contato direto das mãos ensaboadas com a torneira.



11. Seque as mãos com papel-toalha descartável, iniciando pelas mãos e seguindo pelos punhos.

Para a técnica de Higienização Anti-séptica das mãos, seguir os mesmos passos e substituir o sabonete líquido comum por um associado a anti-séptico.

## ANEXO 2

# VOCÊ PRECISA SABER

## 1º PASSO

### › Água sanitária = HIPOCLORITO DE SÓDIO

### › Qual a concentração ideal e mais efetiva para “matar” o Coronavírus?

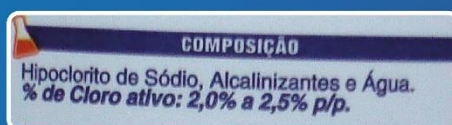
A concentração de Hipoclorito de Sódio mais efetiva para “matar” Coronavírus é de 0,1% a 0,5%.

Antimicrobial agent	Concentration	Coronaviruses tested
Ethanol	70%	HCoV-229E, MHV-2, MHV-N, CCV, TGEV
Sodium hypochlorite	0.1–0.5% 0.05–0.1%	HCoV-229E SARS-CoV
Povidone-iodine	10% (1% iodine)	HCoV-229E
Glutaraldehyde	2%	HCoV-229E
Isopropanol	50%	MHV-2, MHV-N, CCV
Benzalkonium chloride	0.05%	MHV-2, MHV-N, CCV
Sodium chlorite	0.23%	MHV-2, MHV-N, CCV
Formaldehyde	0.7%	MHV-2, MHV-N, CCV

Assim é  
**EFETIVA**  
e mata

### › Qual a concentração de hipoclorito vendido em supermercados e mercearias?

A concentração de Hipoclorito de Sódio na Água Sanitária de supermercado é de 2% a 2,5%.



Observe no Rótulo da Embalagem se a concentração é de 2,0% a 2,5%



**HIGIENIZAÇÃO  
FAÇA CERTO**

contagem.mg.gov.br | [f /PrefeituraContagem](https://www.facebook.com/PrefeituraContagem)



Secretaria de  
Saúde



# COMO FAZER A SOLUÇÃO DE HIPOCLORITO PARA “MATAR” O CORONAVÍRUS?

## 2º PASSO

› Compre Água Sanitária no supermercado e verifique no rótulo a concentração e o registro no ministério da saúde.

Em caso de contato com os olhos e a pele, lave imediatamente. Em caso de ingestão, não provoque vômito ou o médico, levando a embalagem ou o rótulo do produto. Em local arejado e procure um Serviço de Saúde ou Centro de Intoxicação.  
**TELEFONE PARA EMERGÊNCIAS TOXICOLÓGICAS: DIS 3633**  
**Composição:** Hipoclorito de Sódio e Água.  
**Princípio Ativo:** Hipoclorito de Sódio.  
**Teor de Cloro Ativo:** 2,0% a 2,5% p/p.  
**PRODUTO À BASE DE CLORO**

**Composição:** Hipoclorito de Sódio, Hidróxido de Sódio, Cloreto de Sódio e Água. **Teor de cloro ativo: 2,0 a 2,5% P/P**  
**FABRICADO POR:**  
INDÚSTRIA BRASILEIRA

› Nunca compre Água Sanitária caseira pois ela não fará efeito algum.



**HIGIENIZAÇÃO  
FAÇA CERTO**

[contagem.mg.gov.br](http://contagem.mg.gov.br)

[f/PrefeituraContagem](https://www.facebook.com/PrefeituraContagem)



Secretaria de Saúde



# COMO FAZER A DILUIÇÃO?

## 3º PASSO

› **Água Sanitária: Verifique se a concentração é de 2,0% a 2,5% e se tem o registro do Ministério da Saúde.**



**Água Sanitária**  
Concentração 2,0% - 2,5%



**Água Filtrada**

Importante: Utilize o mesmo copo que você colocou a marca para garantir que os volumes sejam iguais.



Importante: A Água Sanitária que você irá utilizar para higienização contra o Coronavírus é com a concentração de 0,1% a 0,5% de Hipoclorito de Sódio.



**HIGIENIZAÇÃO  
FAÇA CERTO**

[contagem.mg.gov.br](http://contagem.mg.gov.br)

[f/PrefeituraContagem](https://www.facebook.com/PrefeituraContagem)



Secretaria de Saúde



# COMO GUARDAR A ÁGUA SANITÁRIA DILUÍDA

## 4º PASSO

› Guarde em frasco escuro e vedado para não perder o teor de cloro ativo.



Embalagens opacas não permitem a passagem da luz do sol



Embalagens transparentes perdem o efeito - **NÃO PODE**

Utilize um frasco com borrifador para facilitar a aplicação



Se você não tiver borrifador utilize um frasco **DE PLÁSTICO** de desodorante



**HIGIENIZAÇÃO  
FAÇA CERTO**

[contagem.mg.gov.br](http://contagem.mg.gov.br) | [f/PrefeituraContagem](https://www.facebook.com/PrefeituraContagem)

SUS

Secretaria de Saúde

**PREFEITURA  
CONTAGEM**



# O QUE DEVO HIGIENIZAR COM ÁGUA SANITÁRIA DILUÍDA

## 5º PASSO

› O Coronavírus é passado de mão em mão e muitas vezes fica em locais que nós não percebemos.

Higienize o piso de sua casa com a solução diluída de 0,1% a 0,5%. Vai ficar com odor característico de cloro, mas não passe o desinfetante logo em seguida, ele poderá tirar o efeito.



Solado de calçados quando você chegar da rua, não entre com eles em casa;



Chaves e cadeados;



Bolsas e Malas;



Maçaneta e soleira da porta (1,5m para dentro e para fora);



Manetes, luvas e capacete da moto;



Direção, marcha e freios de veículos;



Ferramentas de trabalho;



Lave as mãos após receber compras;



Controles remotos de tvs garagem e portões,



Celulares com álcool gel 70%;



**HIGIENIZAÇÃO  
FAÇA CERTO**

[contagem.mg.gov.br](http://contagem.mg.gov.br)

[f/PrefeituraContagem](https://www.facebook.com/PrefeituraContagem)

SUS

Secretaria de Saúde

**PREFEITURA  
CONTAGEM**



**CORONAVÍRUS**

# **HIGIENIZAÇÃO FAÇA CERTO**

[contagem.mg.gov.br](http://contagem.mg.gov.br) |  /PrefeituraContagem



Secretaria de  
Saúde

