

FESTAS DE FINAL DE ANO EM TEMPO DE PANDEMIA

COMO CONTER OS RISCOS

GRAACC

Estamos terminando o ano de 2020 e com ele o desejo de nos confraternizarmos e reunirmos pessoas queridas fica ainda mais forte após passarmos tanto tempo em isolamento. Entretanto precisamos lembrar que ainda estamos vivendo uma grande circulação do vírus SARS CoV-2 e muitos ainda estão adoecendo e precisando de atenção e cuidados hospitalares.

No momento atual perdemos os nossos hospitais de campanha e muitos profissionais de saúde adoeceram diminuindo a frente de trabalho.

Portanto, mais do que nunca, deveremos retomar nossos cuidados e mantermos vigilantes nesse período de fim de ano.

Nenhuma medida é capaz de impedir totalmente a transmissão da Covid-19.

O ideal é comemorar apenas com as pessoas que vivem na mesma casa ou através de encontros virtuais.

Mas se ainda assim se optar por reuniões presenciais, elaboramos um guia com algumas orientações para diminuir os riscos e auxiliar na segurança.

Desejamos a todos um excelente fim de ano com muita paz e sabedoria nesse momento delicado pelo qual estamos passando.

BOA LEITURA!

GRAACC

PESSOAS QUE DEVEM EVITAR ENCONTROS



1. Está com sintomas relacionados à Covid-19 ou já tem o diagnóstico da doença

2. Ainda está no período de 14 dias desde que teve os primeiros sintomas relacionados à Covid-19 (mesmo que não tenha feito um teste de diagnóstico)

3. Está aguardando o resultado de um teste molecular para saber se está com Covid-19

4. Manteve contato com alguém que teve a doença nos últimos 14 dias.

GRAACC

CONVIDADOS



Se houver alguém que apresente suspeita ou diagnostico para Covid-19, esta pessoa, nem as que convivem próximas a ela, devem participar de comemorações.

Pessoas que convivem com alguém do grupo de risco devem evitar participar das festas.

Limitar o número de pessoas para que se mantenha o distanciamento entre elas (2metros)

GRAACC

CONVIDADOS



Todos os convidados devem ser orientados a levar suas próprias máscaras e usá-las corretamente (cobrindo nariz e boca) durante o período da reunião

Evite música alta para que as pessoas não tenham que gritar ou falar alto o que promove a disseminação do vírus.

Oriente os convidados a não se sentarem todos reunidos na hora da ceia. Organize espaços separados para pessoas que moram juntas.

GRAACC

LOCAL



Prefira fazer a ceia do lado de fora da casa ou em um local com ótima ventilação.

Evite o uso do ar condicionado.

Mantenha janelas e portas abertas.

Disponibilize álcool em gel nos ambientes.

GRAACC

USO DA MÁSCARA



O uso da máscara diminuiu o risco de contaminação. Portanto:

- Todos devem usar máscaras durante o período da festa. Só devem ser retiradas na hora das refeições.

- Guarde as máscaras em um saco ou envelope durante as refeições.

- Tenha máscaras limpas ou descartáveis disponível para os convidados.

- Oriente que os convidados tragam sua máscara e mais algumas de reserva.

GRAACC

USO DA MÁSCARA



-Peça para que substituam a máscara toda vez que estiver com sujeira, úmida ou pelo tempo de uso.

-Fique atento ao elástico da máscara. Ela não pode estar frouxa e deve cobrir nariz e boca sem passagem de ar. Prefira as descartáveis, com tripla proteção.

-Ensine seus convidados a colocar a máscara com segurança.

GRAACC

HIGIENZAÇÃO SEMPRE DE FORMA CORRETA



Tenha disponível dispensadores de álcool em gel para os convidados.

Reserve uma pia de banheiro para higiene das mãos com sabonete líquido e papel toalha descartável. Evite o uso de toalha de tecido.

Limpe com frequência os locais com contato frequente e itens compartilhados – corrimão, bancadas, mesas. Deixe o borrifador de álcool 70% ou de outro saneante a vista para isso.

Incentive os convidados a higienizar constantemente as mãos.

Utilize lixeiras com pedal e sempre lave as mãos após o descarte do lixo.

GRAACC

DISTANCIAMENTO



Limite o número de convidados de acordo com o tamanho do espaço, permitindo que as pessoas mantenham distância de 2 metros entre si (mais ou menos a distância de dois braços esticados)

Tenha cuidado com a proximidade com os maiores de 60 anos.

Não abrace nem beije ninguém, mesmo utilizando máscara, e não dê aperto de mãos.

GRAACC

DISTANCIAMENTO



Evite música alta para que as pessoas não tenham que falar alto, para diminuir expelir gotículas de saliva.

Oriente os convidados a não se sentarem todos reunidos na hora da ceia.

Organize espaços separados para pessoas que moram juntas.

GRAACC

PREPARANDO AS REFEIÇÕES



Lave as mãos antes de preparar a comida e use máscara durante o preparo.

Limite o número de pessoas no ambiente em que a comida estiver sendo preparada ou manuseada.

Caso ofereça bebidas, disponibilize-as em embalagens individuais (latas ou garrafas), arrumadas em baldes com gelo, para que as pessoas possam se servir sozinhas.

Ofereça condimentos, molhos para salada ou temperos embalados individualmente, sempre que possível.

Evite o compartilhamento de utensílios para servir a comida.

GRAACC

DURANTE AS REFEIÇÕES



Mantenha o distanciamento entre as pessoas: reduza o número de cadeiras nas mesas e coloque-as alternadas (evite colocar uma pessoa de frente para outra) e mantenha distância de 1,5m entre as pessoas (de maneira prática, esse distanciamento equivale a 2 braços esticados).

Não compartilhe objetos: Pratos, talhares, copos e taças. Tenha atenção redobrada aos copos – use marcadores ou anote o nome com caneta apropriada. Prefira objetos descartáveis.

Não compartilhe petiscos: Evitar os aperitivos compartilhados (tigelas com amendoins, castanhas, frutas etc).

GRAACC

DURANTE AS REFEIÇÕES



Montagem dos pratos: Idealmente, deixe apenas uma pessoa realizar a montagem dos pratos e entregar aos convidados. Essa pessoa deve estar usando máscara e realizar a higienização das mãos antes da manipulação dos alimentos. Não é indicado o uso de luvas, pois elas dificultam a higiene de mãos.

Evite o serviço tipo “buffet” e as filas no momento de servir os pratos. Se a opção for esta, coloque dispensadores de álcool em gel no início e no fim da mesa.

Após o evento, lave toda a louça em água corrente e com detergente, ou use a máquina de lavar louças.

GRAACC

IMPORTANTE



Não recomendamos a realização de exame PCR ou qualquer outro para diagnóstico de Covid-19 antes das confraternizações, já que pode trazer uma falsa sensação de segurança.

O exame não detecta 100% dos casos, ou seja, ter um exame negativo não afasta a possibilidade de ter a COVID-19.

Após ter contato com o vírus, você pode levar até 14 dias para manifestar a doença – nesse período, o exame pode estar negativo, mas você pode transmitir a doença.

GRAACC

IMPORTANTE



Pessoas assintomáticas também podem transmitir o vírus, por isso o uso de máscara e distanciamento é tão importante!

Caso você apresente algum sintoma após a celebração por favor sinalize para as outras pessoas envolvidas para que se tomem as devidas providencias

GRAACC

GRAACC

COMBATENDO E VENCENDO O CÂNCER INFANTIL

Fontes:
- Cartilha sobre cuidados no final de ano da Fiocruz
- Dicas para se preparar para as confraternizações no final de ano durante a pandemia do AC Camargo Center
- Home page CDC – Atlanta CDC https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/holidays/winter.html