

# PREVINA-SE DA COVID-19

## RETORNO SEGURO AO TRABALHO PRESENCIAL

### USANDO A MÁSCARA

O uso da máscara de proteção individual é obrigatório para todos os servidores, colaboradores e visitantes.

#### Utilização correta

- Posicione a máscara no rosto de forma a cobrir toda a região queixo, boca e nariz;
- A máscara deve ser bem ajustada ao rosto, sem espaços frouxos;
- Evite tocar ou ajustar sua máscara enquanto estiver usando-a ou quando retirá-la;
- Se você tocar a máscara, lave bem suas mãos com água e sabão.

#### Troca no período adequado



Pano

**Máscara de Pano:** troque a cada 2h ou 4h, de acordo com o nível de suor e sujeira. Observe o desgaste do tecido e lave sempre após o uso. Armazene a máscara usada em um depósito ou sacola até chegar em casa. As máscaras de pano devem ter, no mínimo, três camadas;



Cirúrgica

**Máscara cirúrgica:** trocar a cada 4h ou quando estiver suja e/ou suada;



N95

**Máscara N95:** trocar a cada 15 dias, se não estiver suja. Siga as recomendações de proteção.