

Funcionários de processamento de carne e aves

O que você pode fazer no trabalho e em casa para se proteger da COVID-19

Versão acessível: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/meat-poultry-processing-workers-employers.html>



FIQUE EM CASA se estiver doente.

- Fique isolado em um quarto, o mais afastado possível das outras pessoas de sua casa.
- Converse com um médico e seu supervisor sobre [quando você poderá voltar ao trabalho](#).

Fique atento a estes sintomas:

- Febre
- Tosse
- Falta de ar ou dificuldade para respirar
- Calafrios
- Dor muscular
- Perda repentina de paladar ou olfato
- Dor de garganta



Tente manter uma distância de 6 pés (2 metros) das outras pessoas no seu trabalho e em público.

- Evite ficar perto de outras pessoas em vestiários, áreas de descanso, corredores e entradas e saídas.
- Mantenha-se afastado de outras pessoas enquanto fala.
- Não compartilhe bebidas ou alimentos com colegas de trabalho.



Use uma máscara de pano sobre a boca e o nariz enquanto estiver no local de trabalho ou em público.

- Vista sua máscara justa ao rosto, porém de forma confortável, ajustando-a nas laterais.
- Ao retirar a máscara, evite tocar nos olhos, nariz ou boca e lave as mãos imediatamente.
- Lave ou substitua a máscara após o uso.
- Substitua a máscara quando estiver úmida ou suja.
- Tente manter uma distância de 6 pés (2 metros) das outras pessoas, mesmo se estiver usando uma máscara de pano.
- Continue usando o equipamento de proteção individual (EPI) exigido para o seu trabalho normal.



[cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)



Não toque seus olhos, nariz ou boca:

- Com as mãos não lavadas
 - Enquanto estiver usando luvas
 - Ao ajustar ou retirar a máscara do rosto ou os óculos de segurança
-



Lave suas mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos ou use um desinfetante para mãos à base de álcool que contenha pelo menos 60% de álcool:

- Antes e depois dos turnos e pausas do trabalho
 - Após assoar o nariz, tossir ou espirrar
 - Após usar o banheiro
 - Antes de comer
 - Antes e após preparar refeições
 - Após colocar, tocar ou retirar a máscara de pano
-



Cubra o rosto ao tossir e espirrar.

- Cubra a boca e o nariz com um lenço de papel ou com a parte interna do cotovelo.
- Jogue os lenços usados no lixo.
- [Lave suas mãos](#) ou use desinfetante para mãos logo após espirrar ou tossir.