

PLANO DE HIGIENIZAÇÃO

- COVID 19 -



O Plano de Higienização tem por referência a Orientação nº 024/2020, de 08/05, da Direção-Geral de Saúde, a Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares e a colaboração das Forças Armadas sobre “Limpeza e desinfeção de superfícies em ambiente escolar, no contexto da pandemia COVID-19”.

Agrupamento de Escolas Dr. Ferreira da Silva

Cucujães, 2020-05-16

Índice

1. INTRODUÇÃO	3
2. TÉCNICAS DE LIMPEZA	3
3. MATERIAIS DE LIMPEZA	4
4. PROCEDIMENTOS	4
5. FREQUÊNCIA DA LIMPEZA	5
6. OPERACIONALIDADE E EXECUÇÃO	6
7. ANEXOS	7

1. INTRODUÇÃO

Atendendo às regulações supranacionais como “O Roteiro Europeu para o Levantamento Progressivo das Medidas de Contenção da COVID-19” e às regulações nacionais expressas na Resolução do Conselho de Ministros n.º 33-C/2020, de 30 de abril, o Governo aprovou uma estratégia gradual de levantamento de medidas de confinamento no âmbito do combate à pandemia da doença COVID-19, nos termos da qual definiu como primeiro passo de desconfinamento do sistema educativo, o regresso dos alunos dos 11.º e 12.º anos e dos 2.º e 3.º anos dos cursos de dupla certificação do ensino secundário às atividades letivas presenciais, a partir de 18 de maio de 2020.

Assim, impõe-se que sejam assegurados procedimentos, através da implementação, em cada unidade orgânica, de um plano de medidas que, sob as orientações da DGS, mitigue a possibilidade de contágio, garantindo a segurança da comunidade educativa através de condições específicas de funcionamento, incluindo regras de lotação, utilização de equipamentos de proteção individual, agendamento e distanciamento físico que acrescem às condições gerais para o levantar de medidas de confinamento.

Neste âmbito, ressalva a importância das condições de higiene, a serem asseguradas pelos assistentes operacionais do agrupamento de escolas, como fator crucial para travar a possibilidade de contágio, garantindo a segurança da comunidade educativa.

2. TÉCNICAS DE LIMPEZA

A limpeza deve ser sempre húmida não devendo usar-se aspiradores em zonas públicas. Deve ser realizada sempre no sentido de cima para baixo e, das áreas mais limpas, para as mais sujas, de acordo com a seguinte ordem:

- 1.º **Paredes e teto** (se aplicável);
- 2.º **Superfícies acima do chão** (bancadas, mesas, cadeiras, corrimãos, outros);
- 3.º **Equipamentos existentes nas áreas;**
- 4.º **Instalações sanitárias;**
- 5.º **Chão** – é o último a limpar, devendo ser lavado com água e detergente comum, seguido da desinfeção com solução de hipoclorito de sódio pronta a usar, ou solução diluída em água fria no momento da utilização, conforme instruções do fabricante (ver anexo 4 da Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da Direção-Geral de Saúde).

Devem aplicar-se os seguintes procedimentos:

1. Lavar primeiro as superfícies com água e detergente e, em seguida, espalhar uniformemente a solução de hipoclorito de sódio nas superfícies;

2. Deixar atuar o desinfetante nas superfícies durante, pelo menos, 10 minutos, sempre que possível;
3. Enxaguar as superfícies só com água;
4. Deixar secar ao ar, sempre que possível.

3. MATERIAIS DE LIMPEZA

Quanto aos materiais a usar na limpeza devem cumprir-se os seguintes critérios:

- ✓ Os materiais de limpeza são distintos (de uso exclusivo) de acordo com o nível de risco das áreas a limpar;
- ✓ Os panos de limpeza serão diferenciados por cores, para cada uma das áreas:
 - Bancadas, mesas, cadeiras, uma cor;
 - Mesas de refeição e áreas de preparação de alimentos, outra cor;
 - Casas de banho, um pano só para limpar o lavatório, de cor diferenciada do pano para lavagem exterior das sanitas;
- ✓ A parte interior da sanita não precisa de pano. Deve ser esfregada com o próprio piaçaba e com detergente de base desinfetante;
- ✓ O balde e esfregona para o chão são habitualmente reutilizáveis, pelo que se deve garantir uma limpeza e desinfeção destes equipamentos no final de cada utilização. O balde e esfregona devem ser diferentes, para as áreas atrás referidas. Por exemplo: o balde e esfregona usados nas casas de banho, não devem ser usados nas áreas de alimentação, ou em outros espaços públicos.
- ✓ Sobre a distribuição destes materiais, semanalmente, o Encarregado Operacional ou quem o substituir, procederá à sua distribuição, de acordo com o enunciado.

4. PROCEDIMENTOS

Equipamentos de Proteção Individual – EPI – (Máscara, Protetor Ocular; Luvas descartáveis, Avental Impermeável e protetor de calçado descartável).

Este equipamento visa proteger as assistentes operacionais, quer dos produtos utilizados, quer de eventual contaminação existente na área onde irão operar, e que evite, ainda, que “transportem” agentes contaminadores do exterior para a área da desinfeção. Sobre a utilização do EPI devem observar as imagens do anexo I da Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da Direção-Geral de Saúde (já divulgadas por todos).

Entrada na “área suja”:

As assistentes operacionais devem entrar nos locais a limpar totalmente equipadas com o EPI envergado e com o material de limpeza, levando também consigo sacos prontos para a recolha

dos resíduos. Ao entrar na “área a desinfetar” devem abrir as janelas e arejar a área, sempre que possível.

Operação dentro da “área suja”:

1. Começar a limpar de alto para baixo e das zonas mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída;
2. Ter um cuidado especial na limpeza de objetos mais tocados (ex: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas;
3. À medida que vão limpando, depositar os materiais descartáveis em sacos apropriados (de cor diferente dos habituais, ou devidamente identificados), tendo o cuidado de não contaminar o exterior do saco.

Saída da “área suja”

1. No final da limpeza, esperar para ter o espaço totalmente arejado e só depois fechar as janelas;
2. Limpar os frascos e produtos de limpeza antes de sair;
3. Limpar as luvas e calçado por fora sem os retirar;
4. Colocar o saco sujo dentro de outro limpo e fechar o saco;
5. Sair da área e fechar a porta, sempre que possível;
6. Terminadas as limpezas, colocar os EPI reutilizáveis, em embalagem própria hermeticamente fechada, para os transportar até à zona de desinfeção/lavagem do material e colocar os EPI descartáveis nos sacos de resíduos.

Os sacos de resíduos devem ser colocados no contentor (“caixote do lixo”) dos resíduos indiferenciados. Estes resíduos não devem, em caso algum, ser colocados no contentor de recolha seletiva, nem depositados no ecoponto. Nunca devem ser deixados em espaços públicos, ou zonas de acesso fácil.

5. FREQUÊNCIA DA LIMPEZA

A desinfeção dos espaços e superfícies deve ser efetuada da seguinte forma:

1. **Casas de banho** – pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
2. **Zonas e objetos de uso comum** – corrimãos, maçanetas das portas, interruptores, zonas de contacto frequente – pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
3. **Salas de aula** – no final de cada utilização e sempre que haja mudança de turma;
4. **Salas de professores** – de manhã e à tarde;

5. **Refeitórios** – logo após a utilização de um grupo e antes de outro entrar na área, especialmente as mesas e zonas de self-service.

6. OPERACIONALIDADE E EXECUÇÃO

Os assistentes operacionais, destacados para cada setor, são os responsáveis pela execução da limpeza da área que lhes for atribuída pela Direção, incluindo todos os espaços da escola (de acordo com as normas enunciadas), à exceção do refeitório. A limpeza desta área compete aos funcionários da empresa de preparação e confeção de alimentos ao serviço na escola devendo estes utilizar agentes de limpeza e desinfeção aprovados pela legislação em vigor para o setor alimentar.

Os profissionais da área de preparação e confeção dos alimentos devem:

- ✓ Usar sempre máscara, durante as fases de preparação, confeção e distribuição dos alimentos;
- ✓ Lavar as mãos com água e sabão imediatamente antes e após a manipulação de alimentos crus ou antes e após a utilização da casa de banho;
- ✓ Higienizar frequentemente as mãos com água e sabão ou com solução antisséptica de base alcoólica;
- ✓ Cumprir a etiqueta respiratória.

Cucujães, 16.05.2020

António de Almeida Figueiredo
Diretor

7. ANEXOS

ANEXO 1

Equipamentos de proteção individual (EPI) para efetuar limpeza

- ✓ Bata ou avental impermeável por cima da farda (não usar roupa que traz de casa);
- ✓ Máscara;
- ✓ viseira;
- ✓ Luvas resistentes aos desinfetantes (de usar e deitar fora);
- ✓ Utilizar uma farda limpa todos os dias e um calçado próprio só para as limpezas.

SEQUÊNCIA DA COLOCAÇÃO DO EPI

1

Amarre o cabelo
Remova anéis ou joias

2

Higienize as mãos
antes de colocar o EPI

3

Coloque a bata impermeável ou
avental



4

Coloque a máscara



5

Coloque a Proteção Ocular



6

Coloque as luvas



SEQUÊNCIA DA REMOÇÃO DOS EPI

O EPI deve ser removido numa ordem que minimize o potencial de contaminação cruzada

Sequência de remoção dos EPI

1

Luvas :
A parte externa das luvas está contaminada



Higienize as mãos com água e sabão ou SABA

2

Bata ou avental :
A parte da frente da bata está contaminada



3

PROTETOR OCULAR:
A parte exterior dos Óculos ou da Viseira está contaminada



4

MÁSCARA

Higienize novamente as mãos.
Não toque na frente da máscara porque está contaminada.



5

Higienize as mãos com água e sabão ou SABA



ANEXO 2

Técnica de Higienezação das mãos com solução antisséptica de base alcoólica (SABA) ou água e sabão



ANEXO 3

Materiais de limpeza

Devem existir materiais de limpeza distintos (de uso exclusivo), de acordo com o nível de risco das áreas a limpar.

MATERIAIS DE LIMPEZA	IMAGEM	COMENTÁRIOS
Pulverizador manual (bem rotulado)		Não usar pulverizadores nas áreas de exposição e preparação de alimentos
Panos de limpeza		Os panos de limpeza devem ser, preferencialmente, de uso único e descartável; Se forma panos reutilizáveis, devem ser de microfibras e que aguentem a lavagem e desinfeção pelo calor em máquina de lavar.
Balde		O balde e a esfregona para o chão são habitualmente reutilizáveis, pelo que se deve garantir uma limpeza e desinfeção destes equipamentos no final de cada utilização;
Esfregona		

ANEXO 4

Preparação da solução à base de hipoclorito de sódio (diluição de 1/100)

Concentração original do hipoclorito de sódio de 5% de cloro ativo	Quantidade final de solução pretendida 1000ppm	Volume de hipoclorito de sódio	Volume de água
	1 Litro	10 mililitros	990 mililitros
	5 litros	50 mililitros	4,950 litros
	10 litros	100 mililitros	9,900 litros

Notas:

1 - Preferir sempre a solução de hipoclorito de sódio adquirida no mercado, já pronta a usar, sem ter de fazer diluições.

2 - Diluição: deitar primeiro no balde a quantidade de água que se pretende e adicionar, de seguida, a quantidade do desinfetante, para evitar acidentes por salpicos. Seguir sempre as instruções do fabricante inscritas nos rótulos dos produtos para as diluições.

3 - Segurança no uso de desinfetantes e seu acondicionamento: rotular bem os frascos dos desinfetantes; não colocar desinfetantes em garrafas de água; manter os desinfetantes em local inacessível a crianças.

ANEXO 5

HIGIENIZAÇÃO DAS ÁREAS DE TRABALHO



Verificar os detergentes e desinfetantes e diluições



Utilizar sempre **limpeza húmida**



Limpar zonas de toque frequente (interruptores da luz, telefones, teclados, corrimãos e maçanetas)



Panos e baldes/esfregona exclusivo por zonas e no fim desinfetar tudo imergindo em solução de lixívia* durante 10 minutos



Registrar a data e hora da limpeza

HIGIENIZAÇÃO DE SUPERFÍCIES

LIMPAR no sentido de **cima para baixo** e das

áreas **mais limpas para as mais sujas**:

- Paredes (até a altura do braço)
- Superfícies acima do chão (bancadas, mesas, cadeiras, corrimãos)
- Equipamentos existentes nas áreas
- Chão

- 1 • Lavar as superfícies com água e detergente
- 2 • Espalhar uniformemente a solução de lixívia* nas superfícies e esperar 10 minutos
- 3 • Enxaguar as superfícies só com água (quente)
- 4 • Lavar o chão com água quente e detergente comum, seguido da desinfecção com solução de lixívia* diluída e deixar secar ao ar

* Solução de lixívia - 50ml lixívia comum/5 litros água

EQUIPAR-SE COM:

- Avental impermeável
- Máscara cirúrgica ou máscara reutilizável
- Luvas resistentes de uso único
- Calçado próprio só para limpezas

PROCEDIMENTOS:

RECOLHA DE RESÍDUOS



ANEXO 6

LIMPEZA DAS INSTALAÇÕES SANITÁRIAS



Utilizar detergente misto



Limpar zonas de toque frequente com álcool 70% (torneiras, botão autoclismo, botão secador de mãos e maçanetas)



Registar a data e hora da limpeza



Utilizar sempre limpeza húmida



Panos e baldes/esfregona exclusivos (Pano exclusivo para sanita); no fim desinfetar tudo imergindo em solução de lixívia* durante 10 minutos



EQUIPAR-SE COM:

- Avental impermeável
- Máscara cirúrgica ou máscara reutilizável
- Luvas resistentes de uso único
- Calçado próprio só para limpezas
- Óculos/viseira de proteção**

PROCEDIMENTOS:

LIMPAR no sentido de cima para baixo e das áreas mais limpas para as mais sujas:

1. Lavar as paredes com detergente misto e passar um pano só com água
2. Lavar as bancadas e lavatórios com detergente misto, iniciando com a lavagem das torneiras e finalizando com o ralo. Passar por água
3. Lavar o mobiliário e equipamentos com detergente misto, enxaguando de seguida com um pano
4. Lavar a zona de duche com detergente misto, não esquecendo de desenroscar o chuveiro
5. Aplicar o desinfetante misto na sanita, após uma descarga inicial do autoclismo
6. Deixar atuar durante 10 minutos e esfregar bem por dentro com o piaçaba
7. Descarregar o autoclismo ainda com o piaçaba dentro da sanita. Desinfetar suporte piaçaba
8. Com um pano limpo e exclusivo da sanita, lavar a parte externa da sanita com o desinfetante misto, começando pelo tampo, seguindo-se a parte de cima da sanita e todas as partes exteriores. Passar com pano com água e deixar secar
9. Lavar o chão com água quente e detergente comum, seguido da desinfecção com solução de lixívia* e deixar secar ao ar
10. Desinfetar o botão do autoclismo, do secador de mãos, torneiras e maçanetas das portas com álcool 70%

* Solução de lixívia - 50ml lixívia comum/5 litros água

**Utilizar apenas em caso de haver derrame de produtos orgânicos

RECOLHA DE RESÍDUOS

Os resíduos nunca devem ser calcados, nem deve ser apertado o saco para sair o ar.

O saco de plástico apenas deve ser cheio até 2/3 da sua capacidade e deve ser bem fechado com 2 nós bem apertados

O saco fechado deve ser colocado dentro de um segundo saco de plástico, que será fechado de modo igual ao primeiro

Descartar no contentor dos resíduos urbanos

Na presença de DERRAME de sangue, secreções respiratórias, vômitos, fezes ou urina.

1. Absorver os líquidos com papel absorvente;
2. Aplicar lixívia diluída em água na proporção de uma medida de lixívia, para 9 medidas iguais de água;
3. Deixar atuar durante 10 minutos;
4. Recolher o papel absorvente para o saco dos resíduos;
5. Lavar o local com água e detergente;
6. Enxaguar só com água quente;
7. Deixar secar ao ar e abrir as janelas para ventilação do espaço.



ANEXO 7

