

qwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdf
ghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmq
wertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfg
hijklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqw
ertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghj
klzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwer
tyuiopasdfghjklzxc

PLANO DE HIGIENIZAÇÃO E LIMPEZA

Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19)



ESCOLA SECUNDÁRIA DE BARCELINHOS

vbnmqwertyuionasdfghijklzxcvbnmqwertyuio


Anexo 6

Plano de higienização e limpeza

INTRODUÇÃO

1. A limpeza e desinfecção de superfícies, conforme a Orientação 014/2020 da DGS, é uma prática recomendada para a prevenção de transmissão da COVID-19 em ambientes comunitários.
2. O vírus SARS-CoV-2 pode sobreviver em diferentes superfícies, durante horas (cobre e papelão) a alguns dias (plástico e aço inoxidável).
3. Todas as superfícies podem ser fonte de contaminação, mas o risco deste contágio varia consoante a frequência de manipulação, de toque ou de utilização.
4. As superfícies com maior risco de contaminação são as de toque frequente, ou seja, as superfícies manipuladas ou tocadas, por muitas pessoas, e com muita frequência ao longo do dia. São exemplos destas superfícies: maçanetas de portas, interruptores de luz, telefones, tablets, teclados e ratos de computadores, principalmente quando usados por várias pessoas, botões de elevadores, torneiras de lavatórios, manípulos de autoclismos, mesas, bancadas, cadeiras, corrimãos, dinheiro, controlos remotos, entre outros.
5. No espaço escolar existem áreas que, devido à sua utilização por um maior número de pessoas, e, muitas vezes, por períodos de tempo mais prolongados, podem ser mais facilmente contaminadas e representar um eventual maior risco para a transmissão do vírus. Assim, algumas áreas devem ser alvo de medidas adicionais de cuidados de limpeza e desinfecção, sempre que estejam em utilização.
6. Apresenta-se um plano de higienização que tem por referência a Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares, com a orientação da DGS e a colaboração das Forças Armadas, sobre “Limpeza e desinfecção de superfícies em ambiente escolar, no contexto da pandemia COVID-19”

HIGIENE PESSOAL

Área/Superfície	Frequência	Produto	Dosagem	Método de utilização
 <p>Mãos</p>	Sempre que necessário	Sabonete Líquido Sabão sólido	Uma dose	Esfregar e enxaguar
		Toalhas Papel / Rolo	O necessário	Secar
		Gel desinfetante Univerplast - 5000 Ou solução séptica de base alcoólica HFCC-900	Utilizar apenas quando não tiver oportunidade de lavar as mãos. Uma dose	Aplicar o produto numa mão em forma de concha para cobrir toda a superfície e esfregar muito bem.

Nota importante:

Se se optar por usar luvas descartáveis, deve lavar as mãos antes de colocá-las e mudar de luvas sempre que mudar de tarefa.

INSTALAÇÕES SANITÁRIAS

Área/Superfície	Frequência	Produto	Dosagem	Método de utilização
Lavatórios, e torneiras, manípulo do autoclismo	Sempre que necessário, no mínimo de hora a hora (3 x durante a manhã)	Detergente / Desinfetante	Pulverizar puro	Aplicar deixar atuar 6/8 minutos, esfregar com uma pano e enxaguar
Sanitários	No mínimo de hora a hora (3x durante a manhã)	Detergente / Desinfetante	Aplicar puro	Aplicar, deixar atuar 5 minutos enxaguar
Pavimentos	Mínimo 3 vezes por dia	Detergente / Desinfetante	Aplicar puro	Aplicar, deixar atuar 5 minutos enxaguar
		Hipoclorito de sódio- solução diluída 0,5 %	Diluição: Para 5 litros de água 500 ml de Hipoclorito	Logo após a diluição, aplicar uniformemente nas superfícies deixar atuar 10 minutos enxaguar com água quente e deixar secar.
Espelhos, vidros e recipientes do lixo	Sempre que necessário	Detergente	Pulverizar puro	Aplicar deixar atuar passar pano (adequado), enxaguar e secar

obs: no final de toda a higienização aplicar o desinfetante nas torneiras e botão de descarragar o autoclismo. o balde e esfregona de limpeza das casas de banho deve se exclusivo para esse efeito

SALAS DE AULA

Area/Superfície	Frequência	Produto	Dosagem	Método de utilização
Pavimentos e parapeitos das janelas	Mínimo 1 vez ao dia (após a saída dos alunos)	Detergente	Diluir uma a três tampas em 10 litros de água quente	Aplicar, deixar atuar 5 minutos e enxaguar.
		Finalizar com Hipoclorito de sódio 0,5%	Diluição: Para 5 litros de água 50ml de Hipoclorito	Aplicar uniformemente nas superfícies deixar atuar 10 minutos enxaguar com água quente e deixar secar.
Mesas e cadeiras	Mínimo 1 vez ao dia (após a saída dos alunos)	Detergente	Aplicar puro	Aplicar deixar a temperatura 5 minutos, passar esponja, enxaguar e deixar secar.
		Hipoclorito de sódio 0,5%	Diluição: Para 5 litros de água 50ml de Hipoclorito	aplicar uniformemente nas superfícies deixar atuar 10 minutos enxaguar com água quente e deixar secar.
Puxadores e equipamentos de toque	Mínimo 1 vez ao dia (após a saída dos alunos)	Hipoclorito de sódio 0,5%	Diluir 50ml em 5 litros de água	Embeber o papel ou tecido não tecido com o produto e passar na superfície a desinfetar
Interruptores, computadores, teclados e comandos	Mínimo 1 vez ao dia (após a saída dos alunos)	Solução de álcool gel FHC-2500	Aplicar puro	Pulverizar e aplicar uma pano seco e limpo

Obs: Genericamente e atendendo ao facto de na mesma sala permanecer sempre a mesma turma a limpeza e higienização da sala e respetivos equipamentos far-se-á após o término das aulas e uma vez por dia. Nos casos de troca de turma a sala é higienizada no intervalo.

SALA DE PROFESSORES/BIBLIOTECA/GABINETES/CORREDORES

Área/Superfície	Frequência	Produto	Dosagem	Método de utilização
Pavimentos	Mínimo 1 vez ao dia	Detergente	Diluir uma a três tampas em 10 litros de água quente	Aplicar, deixar atuar 5 minutos e enxaguar.
		Finalizar fazendo a desinfecção com Hipoclorito de sódio 0,05%	Diluição: Para 5 litros de água 50ml de Hipoclorito	Aplicar uniformemente nas superfícies deixar atuar 10 minutos enxaguar com água quente e deixar secar.
Mesas, superfície e balcões	No final de cada período de trabalho, ou sempre que se justifique	Detergente	Pulverizar puro	Aplicar deixar a temperatura 5 minutos, passar esponja, enxaguar e deixar secar.
		Finalizar fazendo a desinfecção com Hipoclorito de sódio 0,05%	Diluição: Para 5 litros de água 50ml de Hipoclorito	aplicar uniformemente nas superfícies deixar atuar 10 minutos enxaguar com água quente e deixar secar.
Sofás e cadeiras estofadas	Mínimo 1 vez ao dia	Bioálcool – FHC -2500	Pulverizar puro	Aplicar puro com pulverizador e passar pano seco e próprio para o efeito
Puxadores e equipamentos de toque	Uma vez por hora	Hipoclorito de sódio 0,05%	Diluir 40ml em 5 litros de água	Embeber o papel ou tecido não tecido com o produto e passar na superfície a desinfetar
Equipamento informático, teclados e telefones	Várias vezes e sempre após mudança de utilizador	Solução de álcool gel FHC-2500	Pulverizar puro	Aplicar puro com pulverizador e passar pano seco e próprio para o efeito

CANTINA

Área/Superfície	Frequência	Produto	Dosagem	Método de utilização
Pavimentos e paredes	Mínimo 2 vezes por dia	Detergente finalizar com Hipoclorito de sódio	Diluir 1/3 tampas em 10 litros de água	Aplicar, deixar atuar 5 minutos e enxaguar
			Diluição: Para 5 litros de água 50ml de Hipoclorito	Aplicar uniformemente nas superfícies, deixar atuar 10 minutos, enxaguar com água quente e deixar secar
Superfícies e frigoríficos	No final de cada tarefa ou sempre que se justifique	Detergente	Pulverizar puro	Aplicar, deixar atuar 5 minutos, passar esponja, enxaguar e secar
Mesas e cadeiras	Após utilização	finalizar com Hipoclorito de sódio	Diluição: Para 5 litros de água 40ml de Hipoclorito	Aplicar uniformemente nas superfícies, deixar atuar 10 minutos, enxaguar com água quente e deixar secar
Puxadores	1 vez por hora	Hipoclorito de sódio	Diluição: Para 5 litros de água 40ml de Hipoclorito	Embeber o papel ou tecido não tecido com o produto e passar na superfície a desinfetar

Sempre que iniciar uma tarefa deve:

Lavar e desinfetar as mãos, manter a farda limpa e usar touca. Quando manusear os produtos é necessário o uso de luvas.

QUEM DEVE LIMPAR

- 1- As instalações sanitárias são limpas ao longo do dia pelas assistentes operacionais de serviço em cada um dos espaços;
- 2- A biblioteca é higienizada durante o período de funcionamento, no que diz respeito, fundamentalmente, ao equipamento informático e superfícies utilizadas em função da frequência de utilização do espaço. No final do dia todo o espaço é limpo e desinfetado pela funcionária de serviço na biblioteca;
- 3- As salas de aula, são, genericamente ocupadas pela mesma turma e são limpas e higienizadas após o término das atividades letivas, por um grupo de assistentes operacionais por cada bloco;
- 4- Nos casos em que há ocupação do mesmo espaço (sala de aula, laboratório ou sala específica) por diferentes turmas o mesmo é higienizado no intervalo entre as aulas.
- 5- Os corrimões e equipamentos de toque frequente são higienizados ao longo do dia nos diferentes espaços, pelos funcionários afetos a cada espaço.
- 6- Os espaços comuns, átrios, corredores, escadarias e instalações sanitárias são limpos e higienizados no final do dia (após o término das aulas) pelos funcionários de serviço em cada local, de acordo com distribuição de serviço previamente estabelecidos.

ANEXOS

1- Procedimentos de Limpeza e desinfecção

Quando se vai desinfetar uma área, as principais preocupações a ter em conta são:

- Equipamentos de Proteção Individual (EPI): Deve ser usado equipamento que proteja o profissional, quer dos produtos utilizados, quer de eventual contaminação existente na área onde irá operar, e que evite, ainda, que este traga agentes contaminadores do exterior para a área da desinfecção.
- Entrada na “área suja”: O profissional deve entrar nos locais a limpar já totalmente equipado com o EPI envergado e com o material de limpeza, levando também consigo sacos prontos para a recolha dos resíduos; Ao entrar na “área suja”, deve abrir janelas e arejar a área, sempre que possível.
- Operação dentro da “área suja”: Começar a limpar de alto para baixo e das zonas mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída; 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; À medida que se vai 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”: No final da limpeza, esperar para ter o espaço totalmente arejado e só depois fechar as janelas; Limpar os frascos e produtos de limpeza antes de sair; Limpar as luvas e calçado por fora sem os retirar; colocar o saco sujo dentro de outro limpo e fechar o saco; Sair da área e fechar a porta, sempre que possível; Terminadas as limpezas, colocar os EPI reutilizáveis, em embalagem própria hermeticamente fechada, para os transportar até à zona de desinfecção/lavagem do material e os EPI descartáveis nos sacos de resíduos.
- 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 deixar os sacos de resíduos em espaços públicos, ou zonas onde possam ser mexidos.

2- Produtos e Técnicas de desinfecção de espaços escolares

A limpeza e desinfecção de espaços escolares interiores utiliza os seguintes produtos e técnicas:

a) Agentes de desinfecção:

Solução de hipoclorito de sódio pronta a usar (já diluída) com a concentração de 0,05%. Se tiver de diluir o hipoclorito de sódio ou outro produto com igual poder desinfetante e álcool a 70° (para superfícies que não suportam o hipoclorito de sódio), siga as indicações do anexo

b) Método de aplicação:

A limpeza deve ser húmida com:

- i. Balde e esfregona para o chão;
- ii. Panos de limpeza descartáveis ou panos reutilizáveis (laváveis) de microfibras, se houver condições para serem lavados e desinfetados pelo calor, em máquina de lavar;
- iii. Sempre que possível, deixar as superfícies humedecidas, até que sequem, ao ar, para que o desinfetante possa atuar eficazmente.

c) Ordem de limpeza dos espaços fechados (Salas de aula, salas de professores, entre outros):

A limpeza deve começar de alto para baixo, das zonas mais limpas para as mais sujas, e das mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída. O chão deverá ser o último a ser limpo.

Ter especial cuidado na limpeza de objetos mais tocados (ex: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; bancadas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas.

d) Procedimento gerais:

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

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

e) Procedimentos específicos

- Superfícies e equipamentos que devem ser alvo de especial atenção: maçanetas de portas; interruptores de luz; telefones; botões de elevadores (se existirem); torneiras; manípulos de autoclismos; corrimãos; materiais de computadores, tais como teclados, ecrãs e rato; equipamentos eletrónicos ou outros existentes que sejam de manuseamento frequente.
- Chão (último a limpar): deve ser lavado com água e detergente comum, seguido da desinfecção com solução de hipoclorito de sódio pronta a usar, ou solução diluída em água fria no momento da utilização, conforme anexo IV e instruções do fabricante.
- Instalações sanitárias: devem ser lavadas, preferencialmente, com produto que contenha na composição detergente e desinfetante (2 em 1) porque é de mais fácil e rápida aplicação e desinfecção. O balde e a esfregona utilizados nas casas de banho não devem ser usados noutros espaços. Deve-se utilizar panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas.

A limpeza das casas de banho deve seguir a seguinte sequência:

1. Iniciar a limpeza pelos lavatórios (primeiro as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;
2. De seguida, passar para a limpeza dos sanitários:
 - 2.1. Parte interior: Aplicar o produto detergente com base desinfetante, deixando atuar durante, pelo menos, 5 minutos; Esfregar bem por dentro com o piaçaba; Puxar o autoclismo com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique limpo; Volte a puxar a água.
 - 2.2. Parte exterior: Espalhar o detergente/desinfetante na parte superior da sanita e sobre a tampa; Esfregar com o pano: primeiro a tampa e só depois a parte exterior da sanita (parte superior e os lados); Passar o pano só com água; Deixar secar ao ar; Limpar e desinfetar bem o botão do autoclismo no final.

No final da limpeza, deve voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras.

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

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

Notas:

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