



2019/2020



COVID-19

PLANO DE HIGIENIZAÇÃO

Versão 1.0



Índice

1. Equipamento de proteção individual (EPI) para efetuar a limpeza;	.	.	.	3
2. O que deve ser limpo/desinfetado (zonas, superfícies, estruturas);	.	.	.	3
3. Como deve ser limpo/desinfetado (equipamento e instruções do procedimento);	.	.	.	3
4. Com que produtos deve ser limpo/desinfetado (detergente/desinfetante utilizado);	.	.	.	5
5. Quando deve ser limpo/desinfetado (periodicidade de higienização);	.	.	.	7
6. Quem deve limpar/desinfetar (responsável pela execução da operação)	.	.	.	7



1. O Estabelecimento tem um Plano de higienização seguindo a Orientação nº 024/2020 de 08/05/2020 e por referência a Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares, com a orientação da DGS e a colaboração das Forças Armadas, sobre “Limpeza e desinfeção de superfícies em ambiente escolar, no contexto da pandemia COVID-19”
2. O plano de higienização está afixado em local visível e é do conhecimento dos profissionais envolvidos.
3. Os profissionais de limpeza conhecem bem os produtos a utilizar (detergentes e desinfetantes), as precauções a ter com o seu manuseamento, diluição e aplicação em condições de segurança, como se proteger durante a realização do seu trabalho e como garantir uma boa ventilação dos espaços durante a limpeza e desinfeção.

Neste plano de higienização vai constar:

1. Equipamento de proteção individual (EPI) para efetuar a limpeza;
2. O que deve ser limpo/desinfetado (zonas, superfícies, estruturas);
3. Como deve ser limpo/desinfetado (equipamento e instruções do procedimento);
4. Com que produtos deve ser limpo/desinfetado (detergente/desinfetante utilizado);
5. Quando deve ser limpo/desinfetado (periodicidade de higienização);
6. Quem deve limpar/desinfetar (responsável pela execução da operação).



1- Equipamento de proteção individual (EPI) para efetuar a limpeza

1. Bata ou avental impermeável por cima da farda (não usar roupa que traz de casa);
2. Máscara;
3. Protetor ocular, caso se justifique;
4. Luvas resistentes aos desinfetantes (de usar e deitar fora);
5. Utilizar uma farda limpa todos os dias e um calçado próprio só para as limpezas.

2- O que deve ser limpo/desinfetado (zonas)

Ordem de limpeza das zonas fechadas:

1. Cozinha
2. Refeitórios
3. Casas de banho
4. Salas de aula
5. Salas de professores
6. Secretaria
7. Espaços comuns

3- Como deve ser limpo/desinfetado (equipamento e instruções do procedimento)

1. 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.
2. 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.

Procedimento gerais

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



Procedimentos específicos

1. Superfícies e equipamentos que devem ser alvo de **especial atenção**: **maçanetas de portas; interruptores de luz; telefones; torneiras; manípulos de autoclismos; corrimãos; materiais de computadores, tais como teclados, ecrãs e rato; equipamentos eletrônicos ou outros existentes que sejam de manuseamento frequente.**
2. **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 e instruções do fabricante.
3. **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.

Limpeza das casas de banho deve seguir a seguinte sequência:

- a) Iniciar a limpeza pelos lavatórios (primeiro as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;
- b) De seguida, passar para a limpeza dos sanitários:

Parte interior:

- a) - Aplicar o produto detergente com base desinfetante, deixando atuar durante, pelo menos, 5 minutos;
- b) - Esfregar bem por dentro com o piaçaba;
- c) - Puxar o autoclismo com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique limpo;
- d) - Volte a puxar a água.

Parte exterior:

- a) - Espalhar o detergente/desinfetante na parte superior da sanita e sobre a tampa;
- b) - Esfregar com o pano: primeiro a tampa e só depois a parte exterior da sanita (parte superior e os lados);
- c) - Passar o pano só com água;
- d) - Deixar secar ao ar;
- e) - Limpar e desinfetar bem o botão do autoclismo no final.
- f) No final da limpeza, deve voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras.

O chão deve ser lavado como descrito anteriormente.



Refeitórios:

Respeitar os planos de limpeza de refeitórios existentes, utilizando agentes de limpeza e desinfecção aprovados pela legislação em vigor para o setor alimentar.

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

1. - Usar sempre máscara, durante as fases de preparação, confeção e distribuição dos alimentos;
2. - 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;
3. - Higienizar frequentemente as mãos com água e sabão ou com solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
4. - Cumprir a etiqueta respiratória.

4- Com que produtos deve ser limpo/desinfetado (detergente/desinfetante utilizado)

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

1. 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 70º (para superfícies que não suportam o hipoclorito de sódio).

Preparação da solução à base do 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.

2 - 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.

Materiais de limpeza

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

MATERIAIS 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 forem panos reutilizáveis, devem ser de microfibras e que aguentem a lavagem e desinfecção pelo calor em máquina de lavar.
Balde		O balde e esfregona para o chão são habitualmente reutilizáveis, pelo que se deve garantir uma limpeza e desinfecção destes equipamentos no final de cada utilização;
Esfregona		O balde e esfregona usados nas casas de banho não devem ser usados nas áreas de alimentação, ou em outros espaços



5- Quando deve ser limpo/desinfetado (periodicidade de higienização)

A desinfecção dos espaços e superfícies deve ser efetuada, no mínimo, com frequência diária e sempre que se mostrar necessário, de acordo com a técnica abaixo descrita.

As frequências de referência são:

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, 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 servir.

6- Quem deve limpar/desinfetar (responsável pela execução da operação).

Zonas	Pessoal da Limpeza	Ajudante de Cozinha	Cozinheira	Pessoal não docente
Casas de banho	√	√		√
Zonas e objetos de uso comum	√	√	√	√
Salas de aula	√			√
Sala dos professores	√			
Refeitório	√	√	√	√
Cozinha	√	√	√	
Secretaria	√			
Espaços comuns	√	√	√	√