



ebi de Angra do Heroísmo

PLANO DE LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO

COVID - 19

2020_2021

Este plano de limpeza e desinfeção resulta da consulta de planos idênticos existentes, com adaptações derivadas das orientações da Direção Regional de Saúde e da Direção Regional da Educação, do Governo da Região Autónoma dos Açores.

1. Medidas gerais

A Escola Básica Integrada de Angra do Heroísmo – EBIAH deve assegurar-se que os seus Assistentes Operacionais estão sensibilizados para o cumprimento das regras de utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) (de acordo com anexo I) e de lavagem correta das mãos (de acordo com anexo II), bem como limpeza e desinfeção de superfícies.

O Plano de Limpeza e Higienização deve salvaguardar:

- A afixação de informação útil em local visível e acessível aos funcionários;
- O conhecimento sobre a utilização correta dos produtos de limpeza (detergentes e desinfetantes), de acordo com as Fichas de Dados de Segurança do produto;
- A disponibilidade de materiais de limpeza e desinfeção adequados (anexo III).

2. Procedimento

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 desinfeção. Sobre EPI, consultar anexo I.

• 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 desinfeção/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.

3. Frequência de limpeza

A desinfeção 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:

- Casas de banho – pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
- 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;
- Salas de aula – no final de cada utilização, sempre que haja mudança de turma;
- Balneários - no final de cada utilização, sempre que haja mudança de turma;
- Salas de professores – de manhã e à tarde;
- Refeitórios – logo após a utilização de um grupo e antes de outro entrar na área, especialmente as mesas e zonas de self-service.

4. Produtos e técnicas de desinfeção de espaços escolares

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

a) Agentes de desinfeção:

Solução de hipoclorito de sódio (lixívia) 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), siga as indicações do anexo IV.

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.

a) 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.

b) Procedimentos 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;
- Deixar secar ao ar, sempre que possível.

c) 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.

3. O chão deve ser lavado como descrito anteriormente.

• Refeitórios:

1.1. Higiene pessoal

- Reforçar, através de formação aos funcionários/manipuladores de alimentos e da afixação de informação, as boas práticas de higiene das mãos, de etiqueta respiratória e de procedimentos de colocação de máscara cirúrgica;
- Promover, em função das condições existentes, a máxima distância possível entre colaboradores/fornecedores e informar para a importância de não existir contacto físico (p. ex. abraços e apertos de mão);
- Estabelecer e afixar em local visível um plano de limpeza e desinfeção reforçado (maior frequência);
- Efetuar formação aos colaboradores sobre 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 os procedimentos de limpeza dos espaços e como garantir uma boa ventilação dos mesmos durante a limpeza e desinfeção.

1.2. Higiene de instalações e equipamentos

- Reforçar os planos de higiene e limpeza de todas as áreas da Unidade de Restauração Coletiva, de acordo com as orientações da Direção Geral da Saúde (DGS), nomeadamente as referentes à limpeza e desinfeção de superfícies (Orientação n.º 014/2020), dando especial atenção às superfícies que são tocadas frequentemente (p. ex.: maçanetas, torneiras, mesas, bancadas, cadeiras, corrimãos, interruptores);

- Assegurar que é cumprida a seguinte técnica de limpeza:
 - i. A limpeza deve ser sempre húmida;
 - ii. Deve ser realizada sempre no sentido de cima para baixo e das áreas mais limpas para as mais sujas: paredes e teto (se aplicável); superfícies acima do chão (bancadas, mesas, cadeiras, corrimãos, outros); equipamentos existentes; instalações sanitárias; o chão deve ser o último a limpar.
 - iii. Lavar o chão com água quente e detergente comum, seguido da desinfecção com solução de lixívia diluída em água. A frequência de limpeza deve ser, no mínimo, 2 vezes ao dia;
 - iv. Garantir a limpeza e a desinfecção, no final de cada utilização, dos equipamentos de higienização para o chão (por ex.: balde e esfregona), que são habitualmente
 - v. reutilizáveis. Estes equipamentos devem ser diferentes, para as diferentes áreas;
 - vi. Limpar com mais frequência os puxadores de portas e armários (cerca de 1 vez por hora);
 - vii. Lavar as instalações sanitárias, preferencialmente, com produto que contenha na composição detergente e desinfetante por ser de mais fácil aplicação e desinfecção. A frequência de limpeza do chão deve ser, no mínimo, 3 vezes ao dia.

2. Procedimentos na produção de refeições

2.1. Receção e armazenamento de matérias-primas

- Elaborar um plano para a receção de produtos alimentares;
- Definir e/ou controlar o horário de receção dos produtos alimentares de modo a que o horário da receção não coincida com períodos de maior volume de trabalho e a evitar que se verifique a receção de produtos alimentares de diferentes fornecedores em simultâneo;
- Impedir que o fornecedor entre na unidade, deixando todo o material na entrada que será rececionado por um colaborador, preferencialmente sem contacto com o fornecedor;
- Limitar o acesso ao interior das instalações de profissionais externos ao serviço;
- Evitar a receção de faturas e guias em papel e, se possível, optar pelo formato eletrónico;
- Providenciar luvas de nitrilo ou de latex ao colaborador que receciona a mercadoria e manuseia as embalagens, devendo ser descartadas após cada utilização;
- Providenciar batas descartáveis e equipamento de proteção individual (EPI) (farda, touca e máscara) aos colaboradores que rececionam a mercadoria. Estes deverão ser retirados após a realização de cada tarefa;

Reforçar todos os cuidados de higiene, de acordo com as recomendações da DGS, aos colaboradores responsáveis pela receção dos produtos alimentares;

Promover a frequente higienização das mãos antes e após a receção das matérias primas com água quente e detergente desinfetante, durante 20 segundos;

- Promover a higienização frequente dos equipamentos e carros de transporte;
- Assegurar a verificação das características dos produtos alimentares relativamente à sua higiene e salubridade, no momento da receção/aquisição;
- Promover a retirada de todas as caixas e embalagens possíveis na entrada da unidade de restauração coletiva, antes de armazenar os produtos;
- Prever medidas de desinfeção e zonas de “quarentena” para os produtos alimentares rececionados;
- Armazenar os produtos alimentares com a maior brevidade possível, particularmente os produtos que necessitam de refrigeração ou congelação, de modo a não interromper a cadeia de frio;
- Prever áreas alternativas para o armazenamento dos produtos alimentares durante o período da pandemia, garantindo, além da existência de quantidades suficientes, as adequadas condições de conservação, higiene e segurança alimentar, bem como a sua correta rotação (FIFO/FEFO).

2.2. Preparação e confeção de alimentos

As seguintes boas práticas de higiene devem ser cumpridas pelos colaboradores com atividades na cozinha:

- Garantir que os colaboradores lavam as mãos frequentemente com água quente e detergente desinfetante durante 20 segundos, atendendo às instruções emanadas pela DGS, e, principalmente:
 - antes e depois de manusear alimentos; e após utilizar as instalações sanitárias;
 - após mexer em dinheiro, produtos tóxicos e manusear lixo; o antes e depois de comer ou fumar.É sugerido a afixação de cartazes sensibilizadores em espaços estratégicos da cozinha.

- Garantir que, após a lavagem das mãos, os colaboradores têm especial cuidado para não tocar com a mão limpa na torneira, fechando-a com uma toalha de papel;

Garantir a lavagem frequente dos utensílios, das tábuas de corte e das superfícies da cozinha, com água quente e sabão, antes e depois de preparar cada tipo de alimento; Garantir que os colaboradores utilizam EPI exclusivo para o local de trabalho e de utilização única (farda, touca, máscara e calçado adequado, diferente do utilizado no exterior);

- A farda deve ser lavada na própria instituição, quando possível. O programa de lavagem deve integrar pré-lavagem, lavagem a temperatura de 70 a 90°C e, posteriormente, um ciclo de desinfecção química também em máquina. A farda não deve ser levada para lavagem para o domicílio dos colaboradores;
- Garantir que durante a realização das atividades, os colaboradores cumprem a etiqueta respiratória;
- Garantir que durante a realização das atividades, os colaboradores não falam desnecessariamente, cantam, assobiam, espirram, tosem, comem, ou praticam outros gestos, que possam contaminar os alimentos.

Relativamente ao uso de luvas descartáveis, o colaborador deve saber que:

- O uso de luvas para preparar e manusear alimentos não substitui a adequada e frequente higienização das mãos;
- Os alimentos prontos para comer não devem ser tocados com as próprias mãos e devem ser utilizados utensílios adequados, como guardanapos, espátulas, pinças, luvas de uso único ou equipamentos de distribuição. As luvas não substituem a lavagem das mãos ou a higiene das mãos;
- Se utilizar luvas, deve mudá-las com frequência e efetuar a higienização das mãos antes da sua colocação e após a sua remoção;
- O mesmo par de luvas pode ser utilizado apenas durante uma tarefa e deve ser substituído se danificado ou se o colaborador interromper a tarefa. Se um colaborador estiver a executar uma mesma tarefa continuamente, as luvas devem ser substituídas a cada quatro horas ou sempre que necessário. Em termos de segurança alimentar devem ser garantidos o cumprimento dos seguintes procedimentos:
 - Garantir que se recorre a utensílios e tábuas de corte diferentes para alimentos crus e alimentos cozinhados;
 - Garantir a separação entre os alimentos cozinhados ou prontos a consumir e os alimentos crus, durante a preparação;

Garantir o armazenamento dos alimentos em embalagens ou recipientes fechados, para evitar contacto;

Garantir a lavagem e/ou desinfecção correta dos alimentos. Ter especial atenção às frutas e aos hortícolas (lavagem prolongada com água corrente e abundante; no caso dos hortícolas de folha, a lavagem deve ser efetuada folha a folha), principalmente se se destinarem ao consumo em cru.

Sempre que necessário, desinfetar com produtos próprios;
- Promover a preferência de toalhas ou toalhetes de papel que permitam uma única utilização;

Nos processos de higienização das instalações, equipamentos, utensílios, devem seguir as seguintes condutas:

- Garantir que os materiais de limpeza são específicos para estas áreas e seguem as regras definidas pela legislação em vigor;
- Garantir a desinfecção adequada das bancadas de trabalho e das mesas com produtos de limpeza apropriados;
- Garantir a existência de panos de limpeza diferentes para as bancadas e respetivos utensílios. Estes panos podem ser diferenciados por um código de cores, para cada uma das áreas. Deve dar-se atenção à limpeza das mesas, das cadeiras e outro mobiliário, bem como à do material específico para o chão.
- Garantir que a louça é lavada a temperaturas elevadas, idealmente a 80-90°C;
- Garantir que os produtos a utilizar (detergentes e desinfetantes) não contaminam, eventualmente os alimentos, bem como a sua correta utilização;

Ao nível dos géneros alimentícios, estes devem ser manuseados e armazenados de forma adequada, tendo em conta as seguintes diretrizes:

- Não devem ser descongelados à temperatura ambiente, mas sim no frigorífico; • Quando retirados do frio devem ser preparados o mais rapidamente possível:
 - ✦ Confeccionados acima dos 75°C;
 - ✦ Depois de cozinhados devem ser mantidos quentes (acima de 60°C) até serem servidos e não devem ser mantidos à temperatura ambiente mais de 2 horas;
- Os alimentos cozinhados e/ou mais perecíveis devem ser refrigerados rapidamente (preferencialmente abaixo de 5°C);
- Garantir o empratamento das refeições a temperaturas adequadas;

Aumentar a monitorização dos procedimentos de controlo da qualidade dos alimentos, nomeadamente o controlo da temperatura.

2.3.3. Os utilizadores do refeitório

- Obrigatoriedade de lavagem e desinfeção das mãos, antes e após o consumo de qualquer refeição; o É sugerido, a afixação informação emanada pela DGS/DRS no espaço do refeitório alertando para as boas práticas de higiene, de lavagem das mãos e fornecer orientações para a utilização de soluções à base de álcool (colocar no início da linha de *self*/à entrada do refeitório);
- Assegurar a utilização de máscara facial pelos alunos até à entrada no refeitório, sendo que esta deverá ser retirada apenas no interior, no momento de ingestão da refeição;
- Garantir a utilização obrigatória de máscara facial por parte dos funcionários e o cumprimento estrito das mediada de etiqueta respiratória;
- Entrega do tabuleiro a cada aluno realizada por funcionário, à entrada da linha do refeitório;
- Proibir a partilha de comida.

2.3.4. Final da refeição

- Lavagem de toda a loiça, incluindo os tabuleiros, em máquina, após cada utilização;
- Garantir que a limpeza das mesas seja feita entre os utilizadores de refeitórios;
- Higienizar sempre o espaço, antes e depois de cada refeição, incluindo entre turnos.

Respeitar os planos de limpeza de refeitórios existentes, utilizando 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 (SABA);
- Cumprir a etiqueta respiratória.

2.2.2. Medidas de prevenção diária

2.2.2.1. Higiene das mãos

- Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante, pelo menos, 20 segundos.
- Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, após o uso da casa de banho e sempre que as mãos estejam sujas.

- Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar.
- Deitar os lenços usados num caixote do lixo e lavar as mãos de seguida.
- Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido, e não para as mãos.
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca com as mãos sujas ou contaminadas com secreções respiratórias.

Referências:

- Australian Government. Department of Health Information for universities, higher education and vocational education facilities, their students and staff.

Disponível online em: <https://www.health.gov.au/resources/publications/coronavirus-covid-19-information-for-universities-higher-education-and-vocational-education-facilities>

- CDC: Interim Guidance for Administrators of U.S. Institutions of Higher Education. [cdc.gov/COVID19.https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidance-ihe-response.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidance-ihe-response.html)

- CDC: How To Clean and Disinfect Schools To Help Slow the Spread of Flu. July 31, 2018. Disponível online em: <https://www.cdc.gov/flu/school/cleaning.htm>

- CDC. Illinois Department of Public Health. Pandemic COVID-19 Checklist: K-12 School Administrators.

Disponível online em: <https://www.cdc.gov/nonpharmaceutical-interventions/pdf/pan-flu-checklist-k-12-school-administrators-item2.pdf>

- CDC: Interim Guidance for Administrators of US Institutions of Higher Education. Plan, Prepare, and Respond to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19).

Disponível online em: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/guidance-administrators-college-higher-education.pdf>

- Department of Health New York. Andrew M. Cuomo et al. Interim Cleaning and Disinfection Guidance for Primary and Secondary Schools for COVID-19. April 8, 2020. Disponível online em: <https://www.44thward.org/news/interim-cleaning-and-disinfection-guidance-for-chicago-public-schools-primary-and-secondary-schools-for-covid-19/>

- Norma n.º 007/2020, de 29 de março da DGS - Equipamentos de Proteção Individual (EPI). <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/normas-e-circulares-normativas/norma-n-0072020-de-29032020.aspx>

- Orientação n.º 014/2020, de 21 de março, da DGS - Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares. <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0142020-de-21032020.aspx>

- <https://www.aeprosa.pt/387/plano-de-limpeza-e-higienizacao>

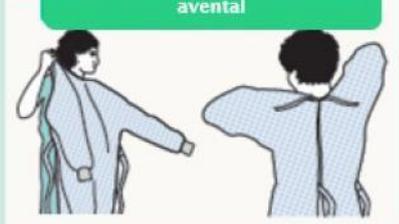
ANEXO I

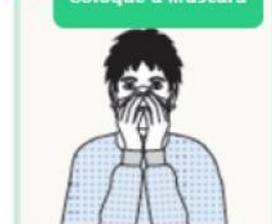
Equipamentos de proteção individual (EPI) para efetuar limpeza

- Bata ou avental impermeável por cima da farda (não usar roupa que traz de casa);
- Máscara;
- Protetor ocular;
- Luvas resistentes aos desinfetantes (de usar e deitar fora);
- Utilizar uma farda limpa todos os dias e um calçado próprio 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
a avental


- 4 Coloque a máscara


- 5 Coloque a Proteção Ocular


- 6 Coloque as luvas



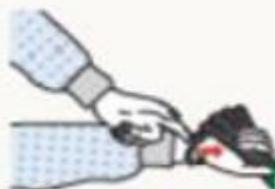
SEQUÊNCIA DA REMOÇÃO DOS EPI

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 Higienização das mãos com solução antisséptica de base alcoólica (SABA) ou água e sabão.



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)		<p>Não usar pulverizadores nas áreas de exposição e preparação de alimentos</p>
Panos de limpeza		<p>Os panos de limpeza devem ser, preferencialmente, de uso único e descartável;</p> <p>Se forem panos reutilizáveis, devem ser de microfibras e que aguentem a lavagem e desinfecção pelo calor em máquina de lavar.</p>
Balde		<p>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;</p>
Esfregona		<p>O balde e esfregona usados nas casas de banho não devem ser usados nas áreas de alimentação, ou em outros espaços</p>

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.

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.

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

EQUIPAR-SE COM:

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

PROCEDIMENTOS:

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

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
NÃO COLOCAR NO ECOPONTO



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)



Registrar 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:

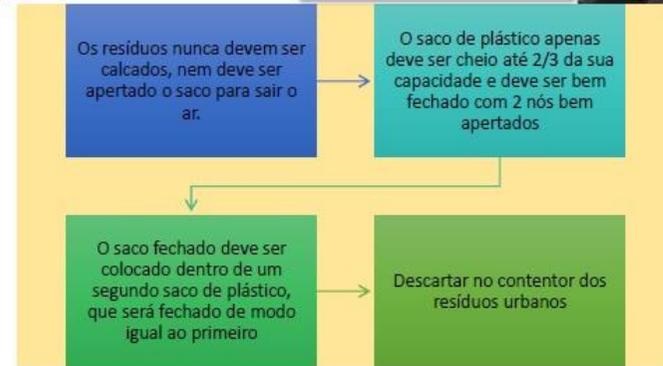
LIMPAR no sentido de cima para baixo e das áreas mais limpas para as mais sujas:

- 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



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



LIMPEZA DOS REFEITÓRIOS E ÁREAS DE PREPARAÇÃO E CONFEÇÃO DE ALIMENTOS



Verificar detergentes, desinfetantes e diluições



As mesas e cadeiras devem ser limpas **entre cada refeição**, com um toalhete de papel, com detergente misto ou álcool 70%, por cada área



EQUIPAR-SE COM:

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



Limpar zonas de toque frequente (interruptores, corrimãos e maçanetas), 6 vezes ao dia.



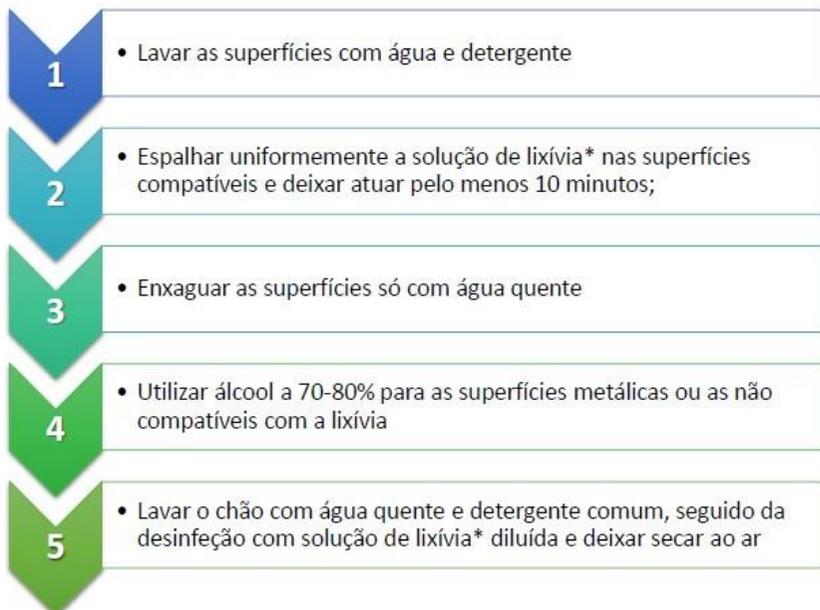
Panos e baldes/esfregona exclusivos; no fim desinfetar tudo imergindo em solução de lixívia* durante 10 minutos



Desinfetar a linha de refeições com toalhetes embebidos em álcool 70%, a cada 20 minutos.

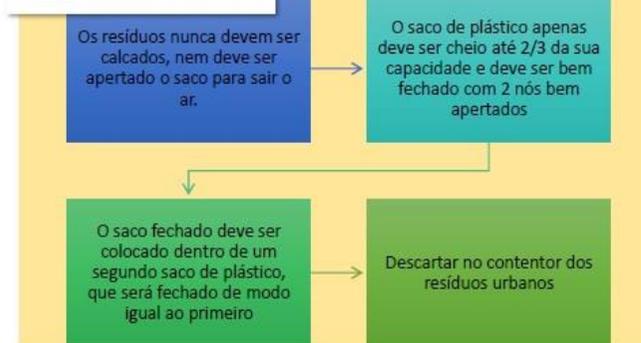
PROCEDIMENTO:

LIMPAR no sentido de cima para baixo e das áreas mais limpas para as mais sujas, evitando o horário da refeição:



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

RECOLHA DE RESÍDUOS



Áreas de preparação e confeção de alimentos:

1. Higienização das mãos com água quente e detergente a cada 20 minutos
2. Utilização de utensílios adequados para evitar o contacto direto com géneros alimentícios
3. Utilização obrigatória de máscara cirúrgica ou reutilizável sempre que contate com alimentos já confeccionados
4. Todos os procedimentos de base devem ser relembrados e todos os procedimentos de limpeza e desinfecção devem ser escrupulosamente seguidos

