



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MIRANDA DO CORVO

PLANO DE HIGIENIZAÇÃO



7 outubro de 2020 (versão 3)

LIMPEZA E DESINFEÇÃO DE SUPERFÍCIES EM AMBIENTE ESCOLAR

NO CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19

1. 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 AO (Assistente Operacional) 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 o **anexo I**.

✓ **Entrada na “área suja”:**

O AO 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.

2. 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;
- ✓ **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.

3. 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 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 IV**.

b) Método de aplicação:

A limpeza deve ser húmida com:

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

Sobre materiais de limpeza consultar o **anexo III**.

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 a 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.

3.1 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;
- Deixar secar ao ar, sempre que possível.

3.2 Procedimentos específicos

3.2.1 Superfícies e equipamentos que devem ser alvo de especial atenção: maçanetas de portas; interruptores de luz; telefones; botões de elevadores; torneiras; manípulos de autoclismos; corrimãos; materiais de computadores, tais como teclados, ecrãs e rato; comando do projetor, equipamentos eletrónicos ou outros existentes que sejam de manuseamento frequente.

3.2.2 Chão (último a limpar): deve 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 **anexo IV** e instruções do fabricante.

3.2.3 Refeitório: 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 (SABA);
- Cumprir a etiqueta respiratória.

3.2.4 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 desinfeção. 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.

Miranda do Corvo, 7 de outubro de 2020

O Diretor

José Manuel Simões

Aprovado, por unanimidade, no CP de 7 de outubro de 2020

O Presidente do Conselho Pedagógico

José Manuel Simões

ANEXO I

Equipamentos de proteção individual (EPI) para efetuar limpeza

- Avental impermeável por cima da bata (não usar roupa que traz de casa);
- Máscara;
- Protetor ocular (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 II

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




ANEXO III

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 desinfeção 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 desinfeção 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
-----------	---	---

ANEXO IV

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.

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MIRANDA DO CORVO

ESCOLA SEDE - ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA JOSÉ FALCÃO



Agrupamento de Escolas
Miranda do Corvo

PLANO DE HIGIENIZAÇÃO

ÁREA	O QUE deve ser limpo/desinfetado	COMO deve ser limpo/desinfetado COM QUE deve ser limpo/desinfetado	TIPO DE HIGIENIZAÇÃO		QUANDO deve ser limpo/desinfetado				QUEM DEVE limpar/desinfetar	ONDE REGISTA
			Limpeza	Desinfecção	Após utilização	Diária	Semanal	Mensal		
SALAS DE ALULA	Secretárias	1. lavar com água e detergente tipo <i>Flash</i> ou similar								FM 01 - Folha semanal
	Cadeiras	2. desinfetar com a solução à base de hipoclorito de sódio e água na proporção 1/99	X	X	X				AO	
	Bancada	3. deixar atuar durante 10 min								
	Maçaneta porta	4. enxaguar apenas com água quente e deixar secar ao ar								
	Interruptor de luz	1. borrifar com a solução composta (água + detergente tipo <i>Flash</i> ou similar)	X	X	X				AO	
	Teclado/rato computador	2. passar com um pano embebido em álcool								
	Comando projetor									
	Quadro	Lavar com água	X		X				AO	
	Janelas/parapeito	Lavar com detergente ou limpa vidros	X				X		AO	
	Pavimento	1. lavar com água e detergente tipo <i>Flash</i> ou similar 2. desinfetar com a solução à base de hipoclorito de sódio e água na proporção 1/9 3. deixar atuar durante 10 min	X	X	X				AO	
Paredes/Tetos	1. remover teias de aranha 2. desinfetar com a solução à base de hipoclorito de sódio e água na proporção 1/99 3. deixar atuar durante 10 min	X					X	AO		
BLOCO A/B/C	Pavimento	1. lavar com água e detergente tipo <i>Flash</i> ou similar 2. desinfetar com a solução à base de hipoclorito de sódio e água na proporção 1/9 3. deixar atuar durante 10 min	X	X		X			AO	FM 02 - Folha Mensal
	Telefone do piso	1. borrifar com a solução composta (água + detergente tipo <i>Flash</i> ou similar)	X	X	X				AO	
	Interruptor de luz	2. passar com um pano embebido em álcool								
	Corrimão	1. lavar com água e detergente tipo <i>Flash</i> ou similar 2. desinfetar com a solução à base de hipoclorito de sódio e água na proporção 1/99 3. deixar atuar durante 10 min 4. enxaguar apenas com água quente e deixar secar ao ar			Após cada intervalo	X			AO	
CASAS DE BANHO	Sanitários	1. lavar com água e detergente tipo <i>Flash</i> ou similar								FM 03 - Folha mensal
	Torneira lavatório	2. desinfetar com a solução à base de hipoclorito de sódio e água na proporção 1/99	X	X	Após cada intervalo	X			AO	
	Manipulo de autoclismo	3. deixar atuar durante 10 min								
	Lavatório	4. enxaguar apenas com água quente e deixar secar ao ar								
	Puxadores portas individuais									
	Pavimento	1. lavar com água e detergente tipo <i>Flash</i> ou similar 2. desinfetar com a solução à base de hipoclorito de sódio e água na proporção 1/9 3. deixar atuar durante 10 min	X	X	Após cada intervalo	X			AO	
Espelhos	Lavar com detergente ou limpa vidros	X			X			AO		
DIREÇÃO	Secretárias	1. lavar com água e detergente tipo <i>Flash</i> ou similar								FM 04 - Folha Mensal
	Móvel entrada	2. desinfetar com a solução à base de hipoclorito de sódio e água na proporção 1/99	X	X		X			AO	
	Maçaneta porta	3. deixar atuar durante 10 min								
	Pavimento	4. enxaguar apenas com água quente e deixar secar ao ar								
	Janelas/parapeito	Lavar com detergente ou limpa vidros	X				X		AO	
	Teclado/rato computador	1. borrifar com a solução composta (água + detergente tipo <i>Flash</i> ou similar)	X	X		X			AO	
	Interruptor de luz	2. passar com um pano embebido em álcool								
SALA DE PROFESSORES	Mesas	1. lavar com água e detergente tipo <i>Flash</i> ou similar								FM 05 - Folha Mensal
	Cacifos/estantes	2. desinfetar com a solução à base de hipoclorito de sódio e água na proporção 1/99	X	X		X			AO	
	Maçaneta porta	3. deixar atuar durante 10 min								
	Pavimento	4. enxaguar apenas com água quente e deixar secar ao ar								
	Janelas/parapeito	Lavar com detergente ou limpa vidros	X				X		AO	
	Teclado/rato computador	1. borrifar com a solução composta (água + detergente tipo <i>Flash</i> ou similar)	X	X		X			AO	
	Interruptor de luz	2. passar com um pano embebido em álcool								
SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS	Secretárias	1. lavar com água e detergente tipo <i>Flash</i> ou similar 2. desinfetar com a solução à base de hipoclorito de sódio e água na proporção 1/99 3. deixar atuar durante 10 min	X	X		X			AO	FM 06 - Folha Mensal
	Pavimento	4. enxaguar apenas com água quente e deixar secar ao ar								
	Teclado/rato computador	1. borrifar com a solução composta (água + detergente tipo <i>Flash</i> ou similar)	X	X		X			AO	
	Interruptor de luz	2. passar com um pano embebido em álcool								
	Janelas/parapeito	Lavar com detergente ou limpa vidros	X				X		AO	
BIBLIOTECA	Secretárias	1. lavar com água e detergente tipo <i>Flash</i> ou similar	X	X	X				AO	FM 07 - Folha Mensal
	Estantes	2. desinfetar com a solução à base de hipoclorito de sódio e água na proporção 1/99 3. deixar atuar durante 10 min	X	X			X		AO	
	Pavimento	4. enxaguar apenas com água quente e deixar secar ao ar	X	X		X			AO	
	Teclado/rato computador	1. borrifar com a solução composta (água + detergente tipo <i>Flash</i> ou similar)	X	X	X				AO	
	Interruptor de luz	2. passar com um pano embebido em álcool	X	X		X			AO	
	Janelas/parapeito	Lavar com detergente ou limpa vidros	X				X		AO	
	Porta de vidro		X			X			AO	

REFETÓRIO	Mesas	1. desinfetar com a solução à base de hipoclorito de sódio e água na proporção 1/99		X	X	X			AO	FM 08 - Folha Mensal
	Cadeiras								AO	
	Teclado/rato computador								AO	