



Plano de Contingência

**Limpeza e desinfeção de superfícies em ambiente escolar, n
o contexto da pandemia CoVid19**

2020- 2021

LIMPEZA E DESINFEÇÃO DE SUPERFÍCIES EM AMBIENTE ESCOLAR NO CONTEXTO DA PANDEMIA COVID- 19

Apresentam-se de seguida a indicações para limpeza e desinfeção dos estabelecimentos de ensino emanados na Orientação 14/2020 da DGS e no documento “LIMPEZA E DESINFEÇÃO DE SUPERFÍCIES EM AMBIENTE ESCOLAR NO CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19” Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas.

Medidas Gerais

Os profissionais de limpeza estão sensibilizados para o cumprimento das regras de utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) (anexo I) e de lavagem correta das mãos (anexo II).

Os estabelecimentos de ensino do agrupamento têm um plano de limpeza e desinfeção, que contempla:

- O conhecimento da informação útil e necessária, através da afixação da mesma em local visível e acessível aos funcionários;
- Registo da limpeza com identificação das pessoas responsáveis e a frequência com que é realizada;
- 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 IV).

Materiais de limpeza

Em relação aos materiais de limpeza, os estabelecimentos têm:

- Materiais de limpeza distintos (de uso exclusivo) de acordo com o nível de risco das áreas a limpar;
- Os panos de limpeza de microfibra;
- Cada zona tem o seu balde e esfregona de modo a evitar o transporte de potenciais agentes patológicos ou materiais contaminados.
- Todas as sanitas estão munidas do seu piaçaba, usado para limpar a zona interna da mesma.

Procedimento

Aquando da limpeza e desinfeção de uma área, deve ter-se em consideração os seguintes aspetos:

- **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 de limpeza 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.

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.

Produtos e técnicas de desinfecção

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 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.

c) Ordem de limpeza dos espaços fechados

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.

- i. Paredes e teto (se aplicável)
- ii. Superfícies acima do chão (bancadas, mesas, cadeiras, corrimãos, outros);
- iii. Equipamentos existentes nas áreas;
- iv. Instalações sanitárias;
- v. Chão – é o último a limpar.

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;
- 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.

3. 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:

- 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.
- Fraldário:
 - As superfícies devem ter uma capa plástica coberta intacta (sem rasgões ou fendas);
 - O profissional de limpeza que limpa o fraldário deve: Limpar e desinfetar primeiro a cobertura plástica dos dois lados—lavar e desinfetar o colchão no sentido de cima para baixo e deixar secar ao ar na posição horizontal;
 - De seguida, lavar e desinfetar o tampo do móvel e as partes laterais e da frente do fraldário; passar depois com pano só com álcool a 70% porque tem uma ação mais rápida ou deixe secar ao ar. Pode também fazer uma limpeza e desinfecção deste espaço com toalhetes humedecidos em desinfetante compatível. Siga as instruções dos rótulos dos produtos utilizados sobre: diluições, regras de segurança na utilização, entre outras.
- Mobiliário e brinquedos:
 - Os brinquedos de plástico ou de borracha suscetíveis da criança levar à devem ser lavados com água e detergente e se possível passar com álcool a 70°;
 - Os brinquedos que possam ser lavados e desinfetados em máquina, devem sê-lo preferencialmente; os que não suportem a temperatura elevada, mas possam ser lavados em máquina de lavar roupa, devem ser lavados a temperatura baixa (fria ou morna) e depois submetidos a um ciclo final de desinfecção com produto compatível com os brinquedos; verificar as instruções do fabricante para ter a certeza de que a máquina atinge a temperatura certa;
 - Os brinquedos que não podem ser lavados em máquina, mas podem ser imersos, devem ser lavados num recipiente específico para o efeito, com uma solução detergente e desinfetante compatível; deixar atuar durante 5 minutos; enxaguar apenas com água e por a secar de preferência em máquina se tolerarem o calor;
 - Os brinquedos que não podem ser imersos e têm de ser limpos manualmente devem ser retirados das salas ou espaços onde as crianças estejam. No caso, de existirem, passar com um toalhete humedecido em desinfetante sobre todas as partes do brinquedo. Pode também humedecer um pano apenas em álcool a 70% ou um pano bem torcido humedecido em solução de lixívia na diluição de uma medida de lixívia em 200 medidas iguais de água. Passar com um pano só com água de seguida e deixar secar ao ar;
 - Os brinquedos que aguentem a secagem em máquina de secar devem ser secos por este método preferencialmente.
- Áreas de preparação e confeção de alimentos
 - Os materiais de limpeza são específicos para estas áreas e seguem as regras definidas pela legislação em vigor;

- Existem panos diferentes de limpeza para as bancadas e utensílios destas; as mesas, cadeiras e outro mobiliário; material específico para o chão;
 - Os produtos detergentes e desinfetantes a utilizar não contaminam eventualmente os alimentos);
 - Não é usado spray para borrifar com desinfetante nas áreas onde há alimentos em confeção ou em exposição.
- Limpeza e desinfecção de superfícies da área de isolamento onde esteve uma pessoa suspeita ou confirmada de COVID-19

Na limpeza e desinfecção das superfícies de áreas de quarentena ou isolamento, de suspeito ou doente confirmado, deve seguir as seguintes indicações:

- Esperar pelo menos 20 minutos depois de a pessoa doente, ou suspeita de estar doente sair da área de isolamento/quarentena e, só depois, iniciar os procedimentos de limpeza em segurança;
 - Preparar a solução de lixívia (hipoclorito de sódio) com concentração original de 5% ou mais de cloro livre. A lixívia deve ser diluída na altura de utilizar. A solução diluída deve ser a 0,1%, na proporção de 1 parte de lixívia para 49 partes iguais de água (Consulte o Anexo I);
 - Lavar primeiro as superfícies com água e detergente;
 - Em seguida, espalhar uniformemente a solução de lixívia nas superfícies;
 - Deixar atuar a lixívia nas superfícies durante pelo menos 10 minutos – ler as instruções do fabricante/fornecedor. Esta etapa é fundamental;
 - Dê seguida enxaguar as superfícies só com água quente;
 - Deixar secar ao ar.
- Limpeza e desinfecção de superfícies que contenham sangue ou outros produtos orgânicos

Na limpeza e desinfecção das superfícies de áreas que contenham sangue ou outros produtos orgânicos (vómito, urina, fezes), deve seguiras seguintes indicações:

- Utilizando luvas resistentes, avental impermeável e óculos de proteção, absorver o mais possível o derrame com papel absorvente para não espalhar os líquidos;
- Aplicar de seguida a solução de lixívia na diluição de 1 parte de lixívia em 9 partes iguais de água;
- Deixar atuar durante pelo menos 10 minutos; tapar a zona afetada com toalhetes para que as pessoas não pisem e colocar o dispositivo de alerta para zona em limpeza de manutenção;
- Lavar a área suja com água e detergente comum; enxaguar só com água e deixar secar ao ar.

ANEXOS

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 só para as limpezas. A farda deve ser lavada na escola e preferencialmente em máquina com ciclo de lavagem e desinfecção pelo calor- não deve ser levada para casa, para ser lavada pelos funcionários.

ANEXO II

SEQUÊNCIA DA COLOCAÇÃO DO EPI

1

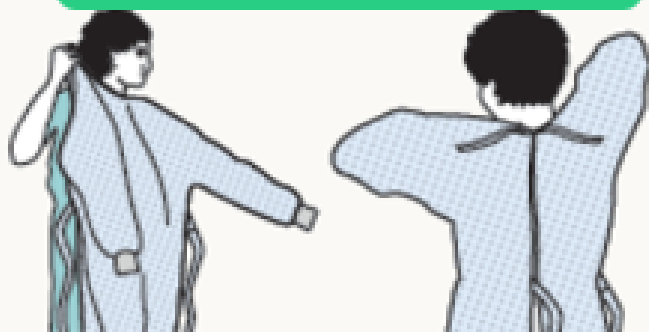
Amarre o cabelo
Remova anéis ou joias

2

Higienize as mãos
antes de colocar o EPI

3

Coloque a bata impermeável ou
avental



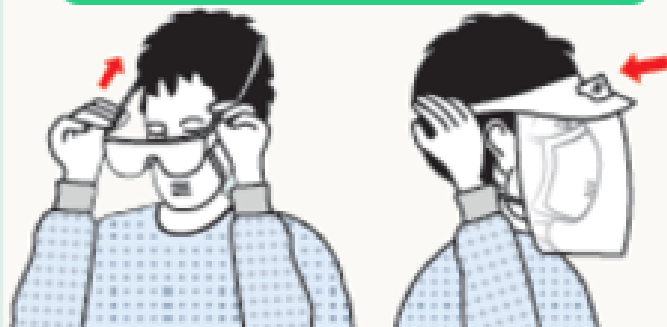
4

Coloque a máscara



5

Coloque a Proteção Ocular



6

Coloque as luvas



ANEXO III

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.



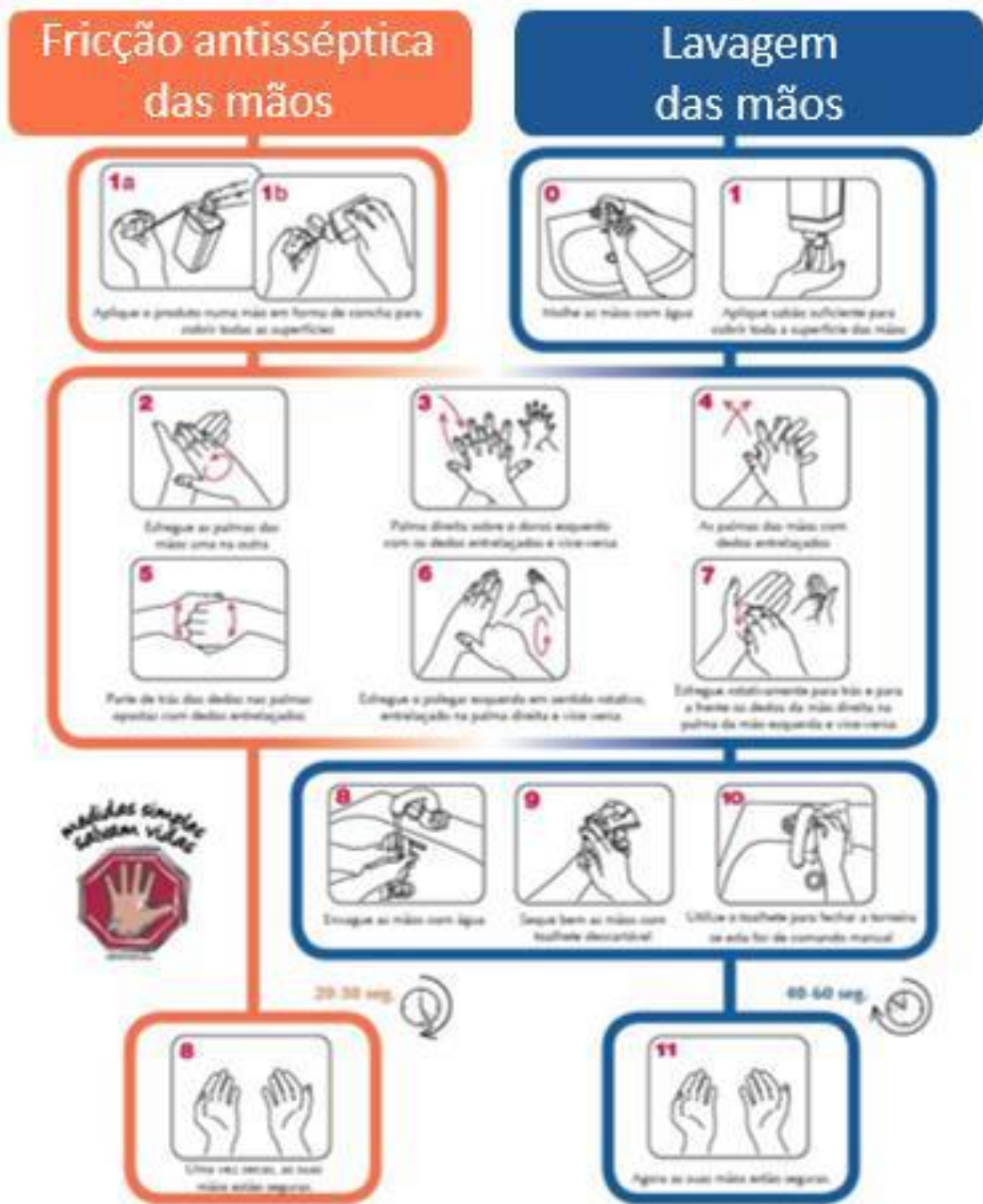
5

Higienize as mãos com água e sabão ou SABA



ANEXO IV

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



ANEXO V

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.

ANEXO VI

Diluição de lixívia para desinfecção da área de isolamento em estabelecimentos públicos:

lixívia na concentração original de cloro livre a 5%, na diluição de 1/50, ou seja, 1 parte de lixívia em 49 partes iguais de água.

Aplica-se também às instalações sanitárias e áreas de toque frequente.

Concentração original da lixívia	Para obter 1 litro de solução de lixívia a 1000 ppm, pronta a utilizar	
%	Volume de lixívia	Volume de água
5	20 mililitros	980 mililitros

Concentração original da lixívia	Para obter 5 litros de solução de lixívia a 1000 ppm, pronta a utilizar	
%	Volume de lixívia	Volume de água
5	100 mililitros	4,900 litros

Concentração original da lixívia	Para obter 10 litros de solução de lixívia a 1000 ppm, pronta a utilizar	
%	Volume de lixívia	Volume de água
5	200 mililitros	9,800 litros

ANEXO VII

1. Desinfecção com lixívia das superfícies comuns em estabelecimentos públicos:

lixívia a 5% de cloro livre na forma original, na diluição de 1/100 ou seja, 1 parte de lixívia em 99 partes iguais de água:

Concentração original da lixívia	Para obter 1 litro de solução de lixívia pronta a utilizar	
%	Volume de lixívia	Volume de água
5	10 mililitros	990 mililitros

Concentração original da lixívia	Para obter 5 litros de solução de lixívia pronta a utilizar	
%	Volume de lixívia	Volume de água
5	50 mililitros	4,950 litros

Concentração original da lixívia	Para obter 10 litros de solução de lixívia pronta a utilizar	
%	Volume de lixívia	Volume de água
5	100 mililitros	9,900 litros

2. Diluição de lixívia para desinfecção das áreas comuns no domicílio de uma pessoa com COVID-19:

lixívia com uma concentração original de 5%, na diluição de 1 parte de lixívia em 99 partes iguais de água.





Para diluir a lixívia em casa, de forma mais simples, e conforme a quantidade de solução de lixívia que deseja preparar, recomenda-se:

- 5 colheres de sopa de lixívia em 3,8 litros de água,
- Ou
- 4 colheres de chá de lixívia em 1 litro de água.

ANEXO VIII

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

ANEXO VIII

Mapa de limpeza

HIGIENE DOS EQUIPAMENTOS E INSTALAÇÕES

Instalação: _____

Ano: _____

Mês: _____

Dia	Hora	Hora	Responsável	Hora	Hora	Responsável	Hora	Hora	Responsável	Verificação
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		
	:	:		:	:		:	:		

PROTOCOLO DE LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE EDIFÍCIOS E EQUIPAMENTOS

Tendo em conta a legislação em vigor sobre o combate à propagação do Vírus COVID-19, considera-se imprescindível a implementação de regras de higienização permanentes e realizadas com maior exigência e frequência.

O COVID-19 representa um risco biológico genérico, para o qual é necessário adotar medidas que sigam a lógica da precaução e implementem as prescrições do legislador e as indicações da DGS.

É necessário garantir a limpeza diária e a higienização periódica de todos os ambientes. Para isso será elaborado um cronograma bem definido, a ser documentado por meio de um cadastro atualizado regularmente.

O plano de limpeza inclui:

- locais de trabalho e salas de aula;
- ginásios;
- áreas comuns;
- as áreas de bar e refeitórios;
- casas de banho e vestiários/balneários;
- equipamentos e estações de trabalho ou laboratório para uso misto;
- material didático e lúdico;
- superfícies comuns com alta frequência de contato (por exemplo, painéis de botões, corrimãos, puxadores de portas, interruptores, telefones, computadores).

A higienização dos locais e equipamentos deve ser realizada de acordo com o cronograma ou, em tempo útil e conforme a necessidade, na presença de pessoa com sintomas ou confirmação de positividade para o vírus. Neste segundo caso, para limpeza e higienização, tendo o cuidado de submeter qualquer ambiente de trabalho, serviço e passagem ao procedimento extraordinário. Nesse sentido, as instituições de ensino irão:

- **garantir as operações de limpeza diária e profunda, dos estabelecimentos de ensino e material didático e lúdico, depois de cada uso ou, no limite, no final de cada período do dia (manhã/tarde);**
- assegurar ventilação adequada em todos os cômodos, mantendo as janelas externas dos sanitários constantemente (ou tanto quanto possível) abertas.
- Instalações que tenham janelas serão limpas depois de cada intervalo entre aulas. Dentro do possível, as águas residuais de limpeza, serão vertidas nos ralos de esgoto, e quando possível com adição de líquidos viricidas. Enquanto o tempo de aula decorrer, nos espaços não utilizados por alunos, docentes e não docentes, deverá ser assegurada a ventilação dos mesmos;
- limpezas regulares de superfícies e objetos de uso comunitário após cada período de permanência dos alunos em sala de aula (corredores, escadarias,

corrimões, puxadores de porta e espaços internos ocupados durante os intervalos);

- limpeza dos espaços de bar e das cantinas, imediatamente a seguir aos intervalos entre grupos de alunos;
- limpeza de vestiários durante os intervalos de utilização entre turmas/grupos;
- limpeza de equipamentos e estações de trabalho ou laboratório, para uso misto é feita durante os intervalos de utilização entre turmas/grupos

Nota final:

- **Para o processo de higienização em cada sala de aula, utilizar material detergente, com ação viricida, que deverá estar disponível, num recipiente individual, juntamente com rolo de papel ou pano de microfibra, de forma a permitir higienizar os materiais e/ou equipamentos utilizados em contexto de aula;**
- **Segundo as orientações emanadas pela DGS o principal foco de contágio são os contactos com gotículas com a presença do vírus covid-19 logo a higienização das mãos revela-se um fator fulcral para a prevenção da infeção / contágio pelo vírus, assim como o uso da máscara. Nesta condição, é determinante a entrada das pessoas no estabelecimento escolar, com a máscara, e a possibilidade de higienização das mãos logo na entrada do estabelecimento bem como na entrada de qualquer pavilhão (devido aos intervalos entre aulas).**
- **Se possível, sempre que necessário, a medição da temperatura corporal, será efetuada através de equipamento que não necessite de contacto físico com as pessoas.**