



152500 – AGRUPAMENTO DE ESCOLAS D. PEDRO I

CORONAVIRUS19 (COVID-19)

SETEMBRO 2020

## Plano de higienização da Escola Básica D. Pedro I



R. NOVA DO FOJO – 4400-232 CANIDELO | TEL.: 227718160

[ed.dpedro1@dpedro.net](mailto:ed.dpedro1@dpedro.net) | [secretaria@dpedro.net](mailto:secretaria@dpedro.net)

# Índice

1 - Introdução .....	3
2 - Plano de higienização .....	4
O que deve ser limpo/desinfetado (zonas, superfícies, estruturas); .....	4
Como deve ser limpo/desinfetado (equipamento e instruções do procedimento); .....	5
Com que produtos e técnicas deve ser limpo/desinfetado (detergente/desinfetante utilizado);	6
Quando deve ser limpo/desinfetado (periodicidade de higienização/frequência); .....	8
Limpeza e desinfecção de superfícies da sala de isolamento onde esteve um indivíduo suspeito ou confirmado de COVID-19; .....	9
Limpeza de superfícies que contenham sangue ou outros produtos orgânicos; .....	10
Medidas gerais - preventivas; .....	10
Quem deve limpar/desinfetar; .....	11
Anexo I.....	12
Anexo II .....	14
Anexo III .....	15
Anexo IV .....	16

## **1 - Introdução**

O Plano de Higienização da Escola Básica D. Pedro I, tem por referência a Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares, com a orientação da Direção-Geral de Saúde (DGS) e a colaboração das Forças Armadas, sobre “Limpeza e desinfeção de superfícies em ambiente escolar, no contexto da pandemia COVID-19”.

Para aumentar a capacitação do pessoal não docente responsável pela limpeza e desinfeção do edifício escolar e pela gestão de resíduos, da Escola Básica D. Pedro I, foram utilizadas as informações veiculadas por parte das Forças Armadas, no âmbito das ações de desinfeção e sensibilização, nomeadamente em matéria de correto uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) (**anexo I**), lavagem correta da mãos (**anexo II**) e materiais de limpeza e desinfeção (**anexo III**). Relativamente, aos materiais de limpeza, foram, ainda, dados a conhecer 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.

O Plano de Higienização da Escola Básica D. Pedro I é do conhecimento dos profissionais envolvidos, estando afixado nos locais de estilo e na página da escola, seguindo as seguintes orientações:

- 1. O que deve ser limpo/desinfetado (zonas, superfícies, estruturas);**
- 2. Como deve ser limpo/desinfetado (equipamento e instruções do procedimento);**
- 3. Com que produtos e técnicas deve ser limpo/desinfetado (detergente/desinfetante utilizado);**
- 4. Quando deve ser limpo/desinfetado (periodicidade de higienização);**
- 5. Quem deve limpar/desinfetar (responsável pela execução da operação).**

## 2 - Plano de higienização

### 1. O que deve ser limpo/desinfetado (zonas, superfícies, estruturas)

- ✓ 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.
- ✓ O vírus SARS-CoV-2 pode sobreviver em diferentes superfícies, durante horas (cobre e papelão) a alguns dias (plástico e aço inoxidável).
- ✓ Todas as superfícies podem ser fonte de contaminação, mas o risco deste contágio varia consoante a frequência de manipulação, de toque ou de utilização.
- ✓ 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, quer em contexto de aula, quer nas demais rotinas relativas à presença e funcionamento diário da escola. 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, raquetes, bolas, cordas, entre outros.
- ✓ 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, nomeadamente:
  - a. Áreas de isolamento de casos suspeitos de COVID-19 na escola;
  - b. Instalações sanitárias;
  - c. Balneários;
  - d. Salas de professores;
  - e. Salas de aulas;
  - f. Salas de informática;
  - g. Refeitório;
  - h. Gabinetes técnicos;
  - i. Serviços administrativos;
  - j. Biblioteca.

☒ Para além dos cuidados de limpeza e desinfeção, os espaços devem ser ventilados, de acordo com as suas características, por forma a permitir a renovação do ar interior, idealmente, através de ventilação natural pela abertura de portas e janelas. Em caso de utilização de ar condicionado, esta deve ser feita em modo de extração e nunca em modo de recirculação do ar. O equipamento deve ser alvo de uma manutenção regular adequada.

## **2. Como deve ser limpo/desinfetado (equipamento e instruções do procedimento)**

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

### **a. 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**.

### **b. 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.

### **c. 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.

### **d. 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.

**e. 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. Com que produtos deve ser limpo/desinfetado (detergente/desinfetante utilizado) e técnicas**

- ☒ A limpeza e desinfeção de espaços escolares interiores utilizam 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:

- 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 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.

**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; 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:

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

#### **1. 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.

#### **2. 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.
- g. O chão deve ser lavado como descrito anteriormente.

#### **4. Quando deve ser limpo/desinfetado (periodicidade de higienização/frequência)**

☒ 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.

##### **a. As frequências de referência são:**

- Casas de banho – pelo menos duas vezes de manhã e duas de tarde.
- Zonas e objetos de uso comum – corrimãos, maçanetas das portas, interruptores, zonas de contacto frequente – pelo menos duas vezes de manhã e duas de tarde.
- Salas de aula – no final de cada utilização, sempre que haja mudança de turma.
- Salas de professores – duas vezes de manhã e duas de tarde.

## **b. Refeições**

**Refeitórios** – logo após a utilização de um grupo e antes de outro entrar na área, especialmente as mesas e zonas de self-service.

1. Durante o período de refeições, devem ser respeitadas as seguintes medidas de distanciamento e higiene:

- a. A deslocação para a sala de refeições, caso aplicável, deve ser desfasada ou por turnos, para evitar o cruzamento de alunos;
- b. Os lugares devem estar marcados, de forma a assegurar o máximo de distanciamento físico possível entre alunos;
- c. Deve ser realizada, entre trocas de turno, a adequada limpeza e desinfeção das superfícies utilizadas.

2. Não devem ser partilhados quaisquer equipamentos ou alimentos.

3. As pausas da equipa para almoço deverão ocorrer de modo a garantir o afastamento físico entre profissionais.

## **5. Limpeza e desinfeção de superfícies da sala de isolamento, onde esteve um indivíduo suspeito ou confirmado de COVID-19.**

- ✓ Esperar pelo menos 20 minutos depois de a pessoa doente ou suspeita de estar doente sair da sala de isolamento e, só depois, iniciar os procedimentos de limpeza em segurança.
- ✓ Preparar a solução de lixívia em 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 uma parte de lixívia para 49 partes iguais de água.
- ✓ 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.
- ✓ De seguida enxaguar as superfícies só com água quente.
- ✓ Deixar secar ao ar.
- ✓ Deve ser feito o acondicionamento dos resíduos produzidos pelo caso suspeito em dois sacos de plástico, resistentes, com dois nós apertados, preferencialmente com um

adesivo/atilho e colocação dos mesmos em contentores de resíduos coletivos após 24 horas da sua produção (nunca em ecopontos).

## **6. Limpeza de superfícies que contenham sangue ou outros produtos orgânicos (vómito, urina, fezes)**

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 uma parte de lixívia para 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.

## **7. Medidas Gerais - preventivas**

- Os alunos, bem como o pessoal docente e não docente, com sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 não se devem apresentar no estabelecimento de educação pré-escolar. Quem tiver sintomas deve contactar a Linha SNS24 (808 242 424) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito e proceder de acordo com as indicações fornecidas pelos profissionais de saúde.
- Sempre que aplicável, as peças de roupa suja ou usada (ou pertences pessoais) devem ir para casa em saco plástico fechado.
- Todo o pessoal docente e não docente, bem como os encarregados de educação, devem ser devidamente informados relativamente às normas de conduta a obedecer, no atual contexto, e que visam a prevenção e o controlo da transmissão da COVID-19.
- Deve reforçar-se, igualmente, a lavagem/desinfecção frequente das mãos por parte do pessoal docente e não docente e também das crianças, designadamente aquando da entrada no estabelecimento de educação, antes e após as refeições, antes e após a ida à casa de banho, e sempre que regressem do espaço exterior.
- Deve ser maximizado o distanciamento físico entre os alunos quando estão em mesas, sem comprometer o normal funcionamento das atividades pedagógicas.

- Privilegiar as atividades que decorram no exterior (pátios, logradouros, jardins), em regime rotativo dos grupos.
- Remover, das salas, os acessórios não essenciais à prática das atividades pedagógicas, reforçando a limpeza e desinfecção dos que lá permanecem.
- Deve-se evitar concentrações nas idas à casa de banho.
- Privilegiar atividades que recorram a materiais mais facilmente higienizáveis, evitando aqueles que, pelas suas características, apresentam maior risco de contaminação.
- Sempre que possível, assegurar que os objetos partilhados entre alunos são devidamente desinfetados entre utilizações.
- Se uma criança se encontrar atestadamente em grupo de risco, deve ser assegurado o apoio individualizado, envolvendo a EMAEI no acompanhamento da criança em estreita articulação com o docente e a família.

#### **8. Quem deve limpar/desinfetar (responsável pela execução da operação)**

- ☐ As operações de limpeza de desinfecção estão afetas a uma equipa de assistentes operacionais cujo responsável é a Assistente Operacional Teresa Ferreirinha.

## 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.

### SEQUÊNCIA DA COLOCAÇÃO DO EPI



## ANEXO I

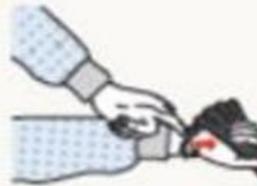
### SEQUÊNCIA DA REMOÇÃO DOS EPI

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

### Fricção antisséptica das mãos



Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



2

Frictione as palmas das mãos uma na outra



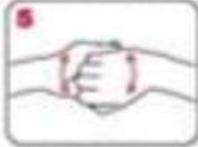
3

Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice-versa



4

As palmas das mãos com dedos entrelaçados



5

Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com dedos entrelaçados



6

Frictione o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice-versa



7

Frictione rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice-versa



8

Enxágua as mãos com água



9

Seque bem as mãos com toalha descartável



10

Utilize a toalha para fechar e torcer a tampa de um recipiente manual

20-30 seg.



8

Limpe as mãos secas, as suas mãos estão seguras

60-60 seg.



11

Agarre as suas mãos estão seguras

### 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.

<b>MATERIAIS LIMPEZA</b>	<b>IMAGEM</b>	<b>COMENTÁRIOS</b>
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 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.