



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE ALFENA

PLANO DE CONTINGÊNCIA

COVID-19

1 – Enquadramento

1.1 O que é o coronavírus – COVID-19

Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções, do qual faz parte o COVID-19. Normalmente estas infeções estão associadas ao sistema respiratório, podendo ser semelhantes a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

Considera-se que o COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias;
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (por exemplo, as nebulizações)

1.2 Principais sintomas

Os sintomas são semelhantes a uma gripe, como por exemplo:

- Febre
- Tosse
- Falta de ar (dificuldade respiratória)
- Cansaço

1.3 Período de incubação

O período de incubação situa-se entre 2 a 12 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

2 – Plano de contingência

2.1 Estrutura de comando e controlo

A coordenação global deste plano é da diretora do agrupamento, coadjuvada pelos restantes membros da direção.

Esta estrutura é coordenada pela Coordenadora de Educação para a saúde.

Em cada um dos estabelecimentos que fazem parte deste agrupamento cabe ao coordenador de estabelecimento coordenar o plano.

2.2 Funções dos diferentes elementos da estrutura

À Direção / coordenadora da educação para a saúde compete:

- Garantir a normalidade, na medida do possível, do funcionamento dos serviços e das atividades letivas;
- Em caso de necessidade, contactar a linha de SNS24 (808242424) e informar a autoridade de saúde local das pessoas que integram os respetivos grupos de alunos do caso suspeito.
- Implementar as medidas que o Delegado de Saúde vier a aconselhar.
- Definir e coordenar as estratégias de atuação;
- Divulgar o plano de contingência por toda a comunidade educativa;
- Identificar tarefas que possam ser temporariamente suspensas;
- Gerir o processo de comunicação interno e externo.

Ao coordenador de Estabelecimento compete:

- Assegurar-se de que são cumpridas as formalidades expressas no plano;
- Assegurar que o Encarregado de Educação foi contactado;
- Comunicar à sede do Agrupamento a existência de algum caso suspeito.

Ao assistente operacional compete:

- Assegurar convenientemente a limpeza, arejamento e desinfeção dos espaços de acordo com a formação recebida das Forças Armadas;

- Utilizar as medidas e instrumentos de proteção (Equipamento de Proteção Individual-EPI);
- Contactar o Encarregado de Educação e registar o contacto em documento próprio;
- Conduzir o aluno à área de isolamento seguindo o percurso definido;
- Permanecer na área de isolamento e ligar para a linha SNS 24 e agir em conformidade com as orientações recebidas.

Ao docente compete:

- Cumprir e fazer cumprir os códigos de conduta;
- Chamar o funcionário para levar o aluno para a área de isolamento comunicando ao respetivo coordenador.

2.3 Medidas de prevenção e controlo

- Apetrechamento dos diversos espaços escolares com materiais e equipamentos necessários para a prática de medidas de higiene e hábitos de prevenção da pandemia;
- Distribuição e afixação de informação oficial acerca de procedimentos individuais e coletivos que visam minimizar o contágio;
- Disponibilização, na página do Agrupamento, de informação considerada relevante que poderá ser consultada por toda a comunidade educativa;
- Criação de uma área de isolamento, em cada estabelecimento de ensino, devidamente equipada de acordo com as orientações emanadas pela DGS (orientação n.º 006/2020).
 - Na Escola Secundária a área de isolamento é a sala de primeiros socorros.
 - Na Eb do Barreiro a área de isolamento é a sala nº 3.
 - Na Eb de Cabeda a área de isolamento é a sala nº 3.

- Na Eb do Lombelho a área de isolamento é a sala de primeiros socorros.
- Na Eb da Codiceira a área de isolamento é a sala nº 2.

Medidas de higiene:

- A limpeza e desinfeção de superfícies em ambiente escolar em contexto de pandemia COVID-19, devem ser seguidas as orientações da DGEStE com orientação da DGS e a colaboração das Forças Armadas (documento em anexo 1);

2.4 Caso suspeito

De acordo com a DGS define-se como suspeito quem apresente como critérios clínicos infeção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos.

2.4.1 Procedimentos em caso suspeito

Quem apresente critérios compatíveis com a definição de caso suspeito ou com sinais e sintomas de COVID-19, informa a Direção do Agrupamento via telefónica.

Caso se encontre na escola, dirige-se para a área de isolamento, definida no plano de contingência. Já na área de isolamento contacta a linha SNS 24 -808 24 24 24.

Se o suspeito for aluno, este deve ser acompanhado à área de isolamento por um assistente operacional devidamente equipado com o EPI. O acompanhante deve ligar para a linha SNS 24 e seguir as indicações fornecidas.

Após a avaliação, o SNS 24 informa o seguinte:

- **Se não se trata de um caso suspeito de COVID-19:** define os procedimentos adequados à situação clínica;

- **Se se trata de caso suspeito de COVID-19:** o SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da DGS, para validação da suspeição.

Desta validação o resultado poderá ser:

- 1. Caso suspeito não validado:** este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do aluno, docente ou trabalhador não docente.
- 2. Caso suspeito validado:** A DGS ativa o INEM, o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge e a Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.

A Diretora informa de imediato o Delegado Regional de Educação e a autoridade de saúde local.

2.5 Procedimentos perante um caso suspeito validado

A Autoridade de Saúde Local informa dos resultados dos testes laboratoriais e:

- Se o caso for não confirmado: este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do Plano de Contingência;
- Se o caso for confirmado: a área de isolamento deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde.

A Escola deve:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de isolamento;

- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;
- Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do local onde se encontrava o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco plástico que, após ser fechado, deve ser segregado e enviado para o operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

2.6 Procedimento de vigilância de contactos próximos

Considera-se “contacto próximo” quem não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto próximo com o caso confirmado de COVID-19.

O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

1. Alto risco de exposição:

- Quem partilhou os mesmos espaços (sala, gabinete, secção, zona até dois metros) do caso;
- Quem esteve face a face com caso confirmado ou em espaço fechado com o mesmo;
- Quem partilhou com o caso confirmado loiça, toalhas ou outros objetos ou equipamentos que possam estar contaminados com expectoração, sangue, gotículas respiratórias.

2. Baixo risco de exposição (casual) é definido como:

- Quem teve contacto esporádico com o caso confirmado;
- Quem prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção.

2.7 Medidas organizacionais de regresso às aulas em regime presencial no contexto da pandemia COVID-19

2.7.1 Organização escolar

- As atividades letivas foram distribuídas por dois turnos: no turno da manhã funcionarão as turmas do 11º ano com início às 9:00 e término às 12:25; no turno da tarde funcionarão as turmas do 12º ano com início às 14:00 e término às 16:35.
- A entrada e saída da escola será faseada com intervalos de cinco minutos para evitar concentração dos alunos no recinto escolar.
- As aulas de cada turma foram concentradas de modo a minimizar o número de vezes que os alunos se deslocam à escola.
- As turmas foram divididas em turnos e privilegiadas as salas mais amplas e arejadas de forma a respeitar a distância mínima de segurança. A cada grupo/turno foi atribuída uma sala e irão ocupar sempre o mesmo lugar.
- As turmas foram distribuídas por quatro entradas e definidos os percursos a seguir até à sala de aula de cada grupo/turno assinalados por diferentes cores.
- Foi definido um percurso para área de isolamento assinalado por uma cor diferente.
- Em cada entrada e sala existe uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA).
- Os alunos permanecem na sala de aula durante os intervalos.
- O bufete e outros espaços não essenciais encontram-se encerrados.

- Para minimizar o contacto dos alunos com diferentes superfícies as salas estarão abertas.
- O fornecimento de refeições ao turno da manhã será feito em regime de *take away* e para o turno da tarde ...
- A marcação de refeições deve ser feita *online* até ao dia anterior, o quiosque encontra-se fora de serviço.

2.7.2 Códigos de conduta

Neste regresso parcial às aulas presenciais devem manter-se os esforços para conter a propagação do novo coronavírus.

Neste sentido, reforçam-se as medidas de prevenção diária que deverão ser implementadas por toda a comunidade educativa, dentro e fora do recinto escolar:

- Utilizar máscaras no interior da escola (dentro e fora da sala de aula, exceto nas situações em que a especificidade da função não o permita) e no percurso casa-escola-casa (especialmente quando utilizados transportes públicos);
- Evitar tocar na parte da frente da máscara;
- Ao entrar na escola, desinfetar as mãos com uma solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- 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, antes e após as aulas, antes e após o uso da casa de banho e sempre que estejam sujas;

- Usar lenços de papel (de utilização única) para assoar, deitá-los num caixote do lixo depois de utilizados e lavar as mãos, com água e sabão, de seguida;
- Tossir ou espirrar para a zona interior do braço, com o cotovelo fletido, e nunca para as mãos;
- Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca;
- Manter o distanciamento físico, dentro e fora do espaço escolar;
- Evitar tocar em bens comuns e em superfícies como corrimãos, maçanetas, interruptores, etc;
- Divulgar/promover, nos espaços educativos, campanhas de sensibilização para as boas práticas de higiene, uso, colocação e remoção de máscara, bem como de distanciamento físico e etiqueta respiratória.
- Proibido deixar resíduos sólidos ou outros no espaço escolar.

2.8 Reabertura da Educação Pré-Escolar

2.8.1 Organização escolar

- As crianças devem ser entregues à porta do estabelecimento de educação pré-escolar pelo seu encarregado de educação, ou por pessoa por ele designada, e recebidas por um profissional destacado para o efeito, evitando assim a circulação de pessoas externas no interior do recinto;
- As crianças devem trocar o calçado que levam de casa por outro apenas utilizado no espaço do Jardim de Infância. Este calçado extra permanece no estabelecimento de educação, devendo ser higienizado, todos os dias, após a saída da criança.

Os profissionais deverão cumprir a mesma orientação;

- Pessoas externas ao processo educativo (p. ex.: fornecedores) só excecionalmente podem entrar no estabelecimento de educação e, sempre, de forma segura, com máscara, evitando o contacto com as crianças;
- Sempre que aplicável, devem ser assegurados especiais cuidados na troca de fraldas, com higienização das mãos dos profissionais e das crianças, bem como da bancada, antes e depois da muda de fralda;
- Sempre que aplicável, as peças de roupa suja devem ir para casa em saco plástico, fechado;
- Caso haja equipamentos de ar condicionado ou similares, estes nunca devem ser ligados em modo de recirculação do ar;
- Todos os espaços que não são necessários ao bom funcionamento das atividades devem estar encerrados. Esta medida não se aplica às salas de refeições;
- Foi privilegiada a utilização das salas ou espaços mais amplos e arejados;
- Foram definidos circuitos de circulação interna, permitindo uma melhor orientação espacial de crianças e adultos e, ao mesmo tempo, uma higienização mais eficaz do espaço e dos equipamentos;
- Foram removidos, das salas, os acessórios não essenciais à prática das atividades pedagógicas, reforçando a limpeza e desinfeção dos que lá permanecem;

- Durante as refeições, os lugares devem estar marcados, de forma a assegurar o máximo de distanciamento físico possível entre crianças;
- Antes e depois das refeições, as crianças devem lavar as mãos acompanhadas, para que o façam de forma correta;
- Não devem ser partilhados quaisquer equipamentos ou alimentos;
- Os equipamentos e utensílios da criança a devolver aos encarregados de educação devem ser colocados em saco descartável, quando aplicável;
- As pausas da equipa para almoço deverão ocorrer de modo a garantir o afastamento físico entre profissionais;
- Também nas salas de refeições, todos os funcionários devem utilizar máscara, enquanto acompanham as crianças;
- Foi pedido aos encarregados de educação que não deixem as crianças levar de casa brinquedos ou outros objetos não necessários;
- Deve-se evitar concentrações nas idas à casa de banho;
- Sempre que possível, e que tal não comprometa a segurança das crianças (portas com barreira de segurança e janelas que não estejam ao alcance), deve manter-se as janelas e/ou portas das salas abertas, de modo a permitir uma melhor circulação do ar;
- Caso se aplique, assegurar os apoios presenciais mobilizados para as crianças acompanhadas pelos técnicos e/ou docentes da Intervenção Precoce. Este trabalho deve ser acompanhado pela equipa

multidisciplinar de apoio à educação inclusiva (EMAEI), em estreita articulação com o educador e com as equipas locais;

- Em ambiente escolar, a extensão dos horários, no âmbito das Atividades de Animação e Apoio às Famílias (AAAF) e da Componente de Apoio à Família (CAF), deverá seguir as presentes orientações.

ANEXO 1

Informação da Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas

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

1. Medidas gerais

Os estabelecimentos de ensino devem assegurar-se que os profissionais de limpeza 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**).

Salienta-se, ainda, a importância de cada estabelecimento de ensino ter um plano de limpeza e desinfeção, devendo 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 desinfecção dos espaços e superfícies deve ser efetuada, no mínimo, com frequência diária e sempre que se mostrar necessário, de acordo com a técnica abaixo descrita.

As frequências de referência são:

- 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.

4. Produtos e técnicas de desinfecção de espaços escolares

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 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.

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; 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 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.
- **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.

• **Refeitórios:**

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.

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. <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>

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.

ANEXO I

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 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 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.