



REPÚBLICA  
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO



**COVID-19**

PLANO DE HIGIENIZAÇÃO  
DO AGRUPAMENTO



Agrupamento de Escolas de Cabeceiras de Basto



**Agrupamento de Escolas de Cabeceiras de Basto**  
**Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto**

## **PLANO DE HIGIENIZAÇÃO**

### **PREÂMBULO**

Pretende-se com este regulamento/Plano definir as principais regras relativas ao planeamento das atividades de limpeza e desinfeção dos espaços da Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto.

Para garantir a qualidade de serviço prestado e a segurança de toda a comunidade escolar torna-se necessário definir um conjunto de regras de limpeza e desinfeção que garantam uma uniformização de procedimentos e monitorização posterior das práticas, corrigindo atempadamente desvios.

### **1. Objetivo**

O presente plano visa estabelecer regras de higienização por forma a garantir uma boa prática de limpeza e desinfeção.

### **2. Destinatários**

O presente plano é aplicável aos Assistentes Operacionais e abrange as operações de limpeza e desinfeção das instalações da Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto.



**Agrupamento de Escolas de Cabeceiras de Basto**  
**Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto**

### 3. Responsáveis

Os responsáveis pela definição de etapas e monitorização de atividades de higienização e limpeza são as constantes no quadro infra:

<b>Etapas</b>	<b>Responsáveis</b>
Plano de Limpeza da Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto	Diretora
Limpeza e Desinfecção	Assistentes Operacionais
Registos	Assistentes Operacionais
Controlos	Coordenador Operacional
Pedidos de Materiais	Assistentes Operacionais Coordenador Operacional
Registo de não conformidades	Elemento da comunidade escolar que o detetar

### 4. Procedimento

a) As assistentes operacionais devem trocar de roupa e calçado à chegada e à saída da Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto, nos balneários do pavilhão gimnodesportivo.

Os assistentes operacionais devem trocar de roupa e calçado à chegada e à saída da Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto, na sala EVTR1.

b) Os assistentes operacionais abrem janelas e portas das salas de aula e de outros locais antes da sua utilização.

**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 desinfecção.



## **Agrupamento de Escolas de Cabeceiras de Basto**

### **Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto**

#### **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.



## **Agrupamento de Escolas de Cabeceiras de Basto**

### **Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto**

#### **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.

#### **5. 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;

#### **6. 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 70º (para superfícies que não suportam o hipoclorito de sódio).



**Agrupamento de Escolas de Cabeceiras de Basto**  
**Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto**

**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 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.

**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.



## **Agrupamento de Escolas de Cabeceiras de Basto**

### **Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto**

#### **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.
- **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.



**Agrupamento de Escolas de Cabeceiras de Basto**  
**Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto**

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.

Cabeceiras de Basto, 14 de maio de 2020

A Diretora





**Agrupamento de Escolas de Cabeceiras de Basto**  
**Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto**

Área a higienizar (EXEMPLOS)	Produto	Material	Método	Frequência
<b>Salas/ Espaços Administrativos/Espaços Comuns</b>				
<b>Mesas de trabalho</b>	Solução detergente/ desinfetante	Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	No final de cada utilização, sempre que houver mudança de turma.
<b>PC e periféricos</b>	Solução detergente/ desinfetante	Toalhetes de papel	Aplicar no toalhete de papel e passar nas superfícies	No final de cada utilização, sempre que houver mudança de professor.
<b>Puxadores dos armários</b>	Solução detergente/ desinfetante	Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Duas vezes de manhã e duas vezes de tarde.
<b>Corrimão</b>	Solução detergente/ desinfetante	Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Duas vezes de manhã e duas vezes de tarde.
<b>Pavimento</b>	Solução detergente/ desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	Duas vezes por dia.
<b>Salas de aula</b>	Solução detergente/ desinfetante	Balde e esfregona Toalhetes de papel	Passar pelo pavimento Passar pelas superfícies	No final de cada utilização, sempre que houver mudança de turma.
<b>Puxadores das portas</b>	Solução detergente/ desinfetante	Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Duas vezes de manhã e duas vezes de tarde.
<b>Balcão da receção</b>	Solução detergente/ desinfetante	Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Duas vezes de manhã e duas vezes



**Agrupamento de Escolas de Cabeceiras de Basto**  
**Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto**

Área a higienizar (EXEMPLOS)	Produto	Material	Método	Frequência
				de tarde.
<b>Instalações Sanitárias</b>				
<b>WC's</b>	Solução detergente/ desinfetante	Balde e esfregona Toalhetes de papel	Passar pelo pavimento Passar pelas superfícies	Duas vezes de manhã e duas vezes de tarde.
<b>Pavimento</b>	Solução detergente/ desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	Duas vezes de manhã e duas vezes de tarde.
<b>Puxadores das portas</b>	Solução detergente/ desinfetante	Toalhetes de papel	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Duas vezes de manhã e duas vezes de tarde.

