

1. OBJETIVO

Transmitir orientações e procedimentos de **limpeza de higienização diária** com o objetivo de prevenir a propagação da COVID 19.

2. PROCEDIMENTOS QUANDO OS COLABORADORES CHEGAM AO LOCAL DE TRABALHO

- ✓ Manter a distância de segurança de pelo menos **2 metros**;
- ✓ Levar a farda separada acondicionada num saco fechado;
- ✓ Para guardar os pertences ter em atenção que em espaços inferiores a **5 m2 só deve estar 1 pessoa**. Ter em atenção esta regra também quando se vai recolher o material;
- ✓ Estas regras deverão ser cumpridas também aquando das **pausas**.

3. EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPI's) E BOAS PRATICAS DE SEGURANÇA PARA COLABORADORES

- ✓ **EPI's mínimos** por colaborador:

Luvas de borracha de punho alto ou de Nitrilo



Máscara sempre que estejam em espaços fechados e caso se verifique aglomeração de pessoas



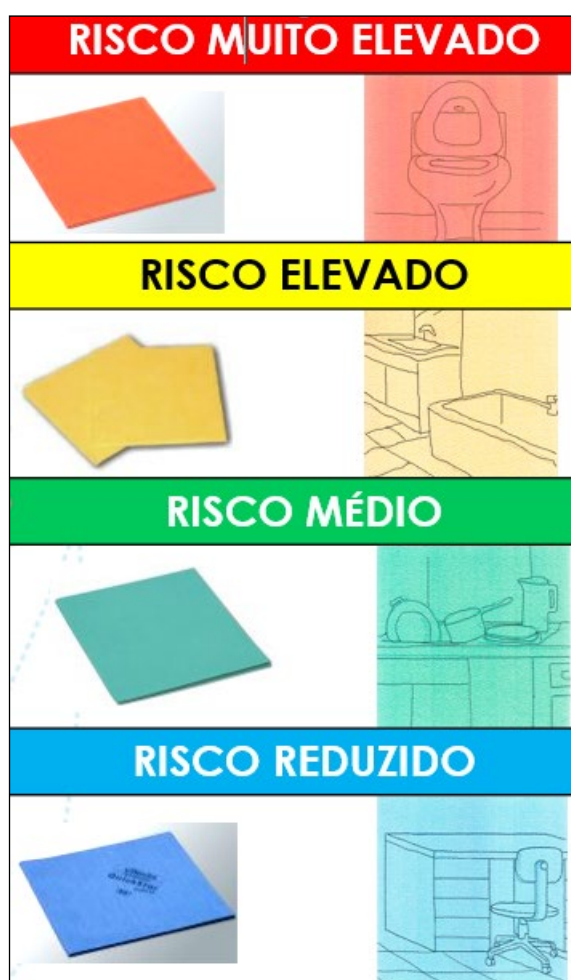
- ✓ Como colocar os EPI's:
 - ◆ 1º Lavar as mãos com água e sabão durante 20/40 segundos;
 - ◆ 2º Colocar a máscara;
 - ◆ 3º Lavar as mãos novamente e colocar as luvas, evitando tocar na cara, nariz e olhos.
- ✓ Outros EPI's consoante as exigências operacionais como por exemplo: Avental ou Bata descartável; Touca; Óculos; Viseira; Proteção do calçado.

4. PRODUTOS A UTILIZAR NOS ESPAÇOS A DESINFETAR

- ✓ Recomenda-se a utilização de produtos que contenham na sua composição, **detergente e desinfetante** em simultâneo. Podem ter várias apresentações: líquida, gel, espuma ou spray.
- ✓ Aplicar o produto conforme instruções contidas na **Ficha Técnica e de Segurança**.

5. PANOS DE LIMPEZA A UTILIZAR

- ✓ É recomendável a utilização dos **panos de limpeza** diferenciados por um **código de cores**, para cada uma das áreas, de acordo com o nível de risco (de acordo com a instrução I.OP.(V).20-Código de Cores dos Panos de Limpeza):



- ✓ Não misturar os panos aquando da sua utilização.

6. LIMPEZA DE CASAS DE BANHO

- ✓ Seguir o método descrito na instrução I.OP.(V).19-Limpeza Instalações Sanitárias, **reforçando a higienização** das seguintes zonas:
 - ◆ Puxadores;
 - ◆ Autoclismo;

- ◆ Torneiras;
 - ◆ Caixotes de lixo;
 - ◆ Doseadores;
 - ◆ Dispensadores de papel;
 - ◆ Interruptores;
 - ◆ Corrimões (casa de banho dos “Deficientes”);
 - ◆ Fraldário;
 - ◆ Balneários (incluindo cacifes e bancos).
- ✓ **Renovar a água dos baldes** sempre que se justificar (como por exemplo quando a água está suja ou quando se muda de zona de intervenção).

7. LIMPEZA DE OUTRAS ÁREAS E SUPERFÍCIES

Seguir o método descrito nas instruções I.OP.(V).21-Limpeza de mobiliário e equipamentos de escritório, I.OP.(V).22-Técnicas de limpeza de pavimentos, I.OP.(V).23-Lavagem de pavimentos com esfregona ou mopa e I.OP.(V).27-Limpeza de Vidros, **reforçando a higienização** das seguintes zonas:

- ✓ Telefones,



- ✓ Limpeza de superfícies e objetos mais sujeitos a contacto;
✓ Refeitórios (incluindo equipamentos sempre que aplicável);



- ✓ Desinfeção de Equipamentos;
(ex: computador, impressoras, etc.)
sempre que aplicável;



- ✓ Maçanetas das portas;
- ✓ Corrimãos de escadas, passadeiras e elevadores (botões);
- ✓ Torneiras;
- ✓ Torniquetes;
- ✓ Interruptores;
- ✓ Portas.

✓ **Renovar a água dos baldes** sempre que se justificar.

✓ **Não é recomendável a aspiração diária** uma vez que a utilização do aspirador de pó põe em movimento no ar, gotículas, nas quais o vírus pode estar contido transformando-as em aerossóis.

✓ O balde e esfregona deverão ser utilizados das **zonas mais limpas para as mais sujas** (como por exemplo as casas de banho deverão ser limpas por último).



8. LIMPEZA DO MATERIAL APÓS A SUA UTILIZAÇÃO

- ✓ No final da limpeza **desinfetar os panos e os equipamentos** (como por exemplo as autolavadoras, os cabos das mopas, das vassouras, esfregonas, escadotes).
- ✓ **Os panos devem ser lavados por código de cores.**
- ✓ **O balde e as esfregonas** também deverão ser **limpos e desinfetados** no final de cada utilização.

9. LIMPEZA DA FARDA E COMO RETIRAR OS EPI's APÓS A SUA UTILIZAÇÃO

- ✓ **A roupa de trabalho deve ser lavada, à temperatura mais alta** que puder suportar (pelo menos a 60°C durante 30 minutos, ou entre 80-90°C, com 10 minutos de contacto do calor com a roupa). Se a roupa não puder ser lavada a quente, deve ser lavada na máquina a temperatura entre 30-40°C, com um desinfetante apropriado ao tipo de roupa. Caso não seja possível lavar em máquina de lavar utilizar um detergente com propriedades desinfetantes. Os **EPI's reutilizáveis** deverão ser lavados tal como a restante roupa mas separadamente.
- ✓ Depositar os **EPI's descartáveis no contentor de lixo indiferenciado** após a utilização.
- ✓ A remoção dos EPI's; deve ser realizada com gestos suaves **evitando qualquer contato entre o EPI e qualquer área do corpo.**
- ✓ Para **remover os EPI's** proceder da seguinte forma:
 - ◆ 1º Remover as luvas;
 - ◆ 2º Lavar as mãos com água e sabão durante 20/40 segundos;
 - ◆ 3º Retirar a máscara;
 - ◆ 4º Voltar a lavar as mãos com água e sabão.

10. COMUNICAÇÃO/DIVULGAÇÃO DESTA INSTRUÇÃO

A divulgação desta instrução pode ser efetuada das seguintes formas:

- ✓ Afixação no local/quarto de material;
- ✓ Pelos Supervisores/Gestores de Clientes;
- ✓ Pelo Cliente;
- ✓ Por email, SMS ou telefone;
- ✓ Através do site da SERLIMA.