

PLANO DE LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DAS INSTALAÇÕES

Técnicas de limpeza

O serviço de limpeza deve seguir as seguintes técnicas:

- ✦ A limpeza deve ser sempre húmida - não usar aspiradores a seco, salvo se forem aspiradores com tanque de água que recolhe a sujidade na água; este depósito deve ser despejado e lavado entre cada uma das áreas a aspirar;
- ✦ Deve ser realizada sempre no sentido de cima para baixo e, das áreas mais limpas, para as mais sujas:
 - Paredes e teto;
 - Superfícies acima do chão (bancadas, mesas, cadeiras, corrimãos, outros);
 - Equipamentos existentes nas áreas;
 - Instalações sanitárias;
 - Chão – é o último a limpar.

Materiais de limpeza

- ✦ Devem existir materiais de limpeza distintos de acordo com o nível de risco das áreas a limpar;
- ✦ Os panos de limpeza devem ser diferenciados, para cada uma das áreas de acordo com o nível de risco, nomeadamente: um pano para bancadas, mesas, cadeiras, cadeirões, entre outros; um pano para mesas/carros onde se manuseiam alimentos; nas casas de banho, um pano para limpar os lavatórios e um para o exterior das sanitas. A parte interior da sanita não precisa de pano. Deve ser esfregada com o próprio piaçaba e com detergente de base desinfetante. Logo que são utilizados, os panos são lavados e desinfetados, separadamente;
- ✦ 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. O balde e esfregona devem ser diferentes, para as áreas atrás referidas. Por exemplo: o balde e esfregona usados nas casas de banho, não devem ser usados nas áreas de alimentação, ou em outros espaços públicos.

Frequência de limpeza

- ✦ A limpeza/desinfeção de superfícies de toque frequente (maçanetas, interruptores de luz, telefones, teclados de computadores, botões de elevadores, torneiras de lavatórios, manípulos de autoclismos, mesas, bancadas, cadeiras, corrimãos, entre outros) devem ser realizada de 4 a 6 vezes ao dia;

- ✚ Chão: lavar com água quente e detergente comum, seguido da desinfecção com solução de lixívia diluída em água, no mínimo 2 vezes ao dia;
- ✚ Instalações sanitárias (casas de banho: lavar e desinfetar o chão 3 vezes ao dia.

Handwritten mark

Produtos de limpeza e desinfecção

- ✚ É necessário ter as fichas de dados de segurança dos produtos (fichas técnicas), as quais se encontram em pasta própria arquivadas;
- ✚ Devem ser cumpridas as indicações do fabricante e instruções nos rótulos dos produtos e nas fichas de segurança;
- ✚ Os produtos químicos devem estar devidamente rotulados, fechados e conservados nas suas embalagens de origem;
- ✚ Os produtos químicos devem ser armazenados fora das áreas onde são manuseados os alimentos, em local fechado e devidamente identificado e fora do alcance de crianças ou pessoas com necessidades especiais;
- ✚ Os desinfetantes mais utilizados são a lixívia e o álcool a 70%;
- ✚ As partes metálicas das superfícies ou as que não são compatíveis com a lixívia devem ser desinfetadas com álcool a 70% ou outro produto compatível, para evitar corrosão ou danificação;
- ✚ Ao aplicar lixívia ou outro produto semelhante, não secar as superfícies, abrir as janelas para arejar e renovar o ar, ajudando também a secar mais rapidamente.

Uso de equipamentos de proteção individual pelas funcionárias de limpeza

- ✚ Os funcionários que limpam as áreas de alimentação não são os mesmos que limpam as casas de banho;
- ✚ Nesta fase de possível disseminação do vírus, aconselha-se a que os profissionais de limpeza usem:
 - Bata impermeável, embora possa também ser usado um avental impermeável por cima da farda (não usar a roupa que traz de casa);
 - Uma máscara comum bem ajustada à face. A máscara deve ser mudada sempre que estiver húmida (mínimo de 4-6 horas);
 - 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 é lavada no local de trabalho, em máquina com ciclo de lavagem e desinfecção.

Limpeza e desinfecção das superfícies de áreas comuns

Na limpeza e desinfecção das superfícies de áreas comuns deve seguir as seguintes indicações:



- ✚ 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 99 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/fornecedor;
- ✚ Enxaguar as superfícies só com água quente;
- ✚ Deixar secar ao ar.

→ Instalações sanitárias

- ✚ Utilizar panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas;
- ✚ Seguir a sequência:
 - Iniciar a limpeza pelos lavatórios (primeiro as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;
 - Limpar as sanitas;
 - Limpar o chão.
- ✚ Limpeza da sanita:
 - Parte interior: limpar o interior da sanita apenas com o piaçaba:
 - Se houver urina ou fezes, descarregar primeiro o autoclismo;
 - Não deitar lixívia ou produto com amoníaco sobre a urina, porque provoca uma reação gasosa nociva para a saúde;
 - Aplicar o produto detergente com base desinfetante; deixar 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.
 - Parte exterior:
 - Espalhar o detergente/desinfetante na parte de cima da sanita e sobre os tampos;
 - Esfregar com o pano: primeiro os tampos e só depois, a parte exterior da sanita (em cima e nos lados);
 - Passar com pano só com água;

- Deixar secar ao ar;
- Limpar e desinfetar bem o botão do autoclismo. Pode desinfetar também com álcool a 70%-80%.

✚ No final da limpeza, deve voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras;

✚ Não esquecer de limpar frequentemente as maçanetas das portas das casas de banho.

Limpeza e desinfecção de superfícies da área de isolamento onde esteve uma pessoa suspeita ou confirmada de COVID-19

✚ 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;

✚ 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;

✚ 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), devem seguir as 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.

✚

Medidas implementadas a 19/04/2021

Serão seguidas todas as medidas para Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI) constantes na Orientação n.º 009/2020 de 11/03/2020 atualizada a 15/04/2021, nomeadamente:

Nos procedimentos com as arrastadeiras, urinóis e bacias de higiene dos/as utentes:

- ✚ Como na Instituição não existe máquina de lavar e desinfetar pelo calor, as arrastadeiras, urinóis e bacias de higiene dos/as utentes devem ser lavados separadamente e desinfetados na instalação sanitária de apoio ao quarto. A limpeza deve ser feita primeiro com água quente e detergente, seguida de desinfecção com solução de hipoclorito de sódio (lixívia) ou outro desinfetante apropriado para estes materiais, respeitando as instruções do fabricante, terminando com enxaguamento com água corrente quente e secagem ao ar;
- ✚ Se não houver local para colocar estes materiais a escorrer, devem ser secos com papel descartável ou panos específicos apenas para esta função. Estes panos devem ser lavados diariamente em máquina de lavar roupa, na zona de lavandaria, a temperatura elevada (80-90°C).

Gestão dos resíduos:

Tratando-se de situações pontuais, com casos isolados de COVID-19, os resíduos produzidos pelos residentes ou cuidadores/profissionais que lhes prestem assistência:

- ✚ Devem ser colocados num contentor de resíduos (caixote do lixo) de abertura não manual com saco de plástico, no quarto/sala em que a pessoa se encontra em isolamento. Todos os resíduos produzidos pela pessoa com infeção por SARS-CoV-2 devem ser colocados exclusivamente neste contentor;
- ✚ Os resíduos nunca devem ser calcados, nem deve ser apertado o saco para sair o ar. O saco de plástico apenas deve ser cheio até 2/3 da sua capacidade e deve ser bem fechado com dois nós bem apertados ou, preferencialmente, com um atilho ou adesivo;

- ✚ O saco bem fechado com os resíduos deve ser colocado dentro de um segundo saco de plástico, que também deve ser bem fechado com dois nós apertados ou, preferencialmente, com um atilho, abraçadeira ou adesivo;
- ✚ Os procedimentos de fecho dos sacos de plástico com os resíduos devem ser efetuados com EPI em concordância com a Norma 007/2020, da DGS, para reduzir o risco de contaminação;
- ✚ Após retirar as luvas enrolando-as no sentido de dentro para fora (fazendo um “embrulho” sem tocar na parte de fora) e de as colocar no (novo) saco de plástico para os resíduos, deve proceder à lavagem das mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, secando-as bem, em seguida;
- ✚ Os sacos de plástico com os resíduos devem ser descartados seguindo as boas práticas, com o máximo cuidado para prevenção de contaminação, nunca encostando o saco à roupa ou ao corpo;
- ✚ Estes resíduos não devem ser separados para reciclagem nem colocados no ecoponto;
- ✚ Lavar sempre as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, secando-as bem, após qualquer manuseamento dos sacos e dos contentores de resíduos;
- ✚ Os contentores de resíduos de pessoas com infeção por SARS-CoV-2 devem ser lavados e desinfetados, de acordo com o seguinte procedimento:
- Lavar primeiro com água e detergente;
 - Aplicar a lixívia diluída em água na proporção de uma medida de lixívia para 49 medidas iguais de água;
 - Deixar atuar durante 10 minutos;
 - Enxaguar apenas com água quente e deixar secar ao ar.

H

- ✚ Os sacos de plástico com os resíduos de um/a utente com infeção por SARS-CoV-2 nunca devem ser colocados no contentor de resíduos (caixote do lixo) em uso geral na instituição. Devem ser colocados em contentor ou recetáculo próprio e enviados para autoclavagem ou incineração em unidade licenciada para o tratamento de resíduos hospitalares;

- ✚ Tratando-se de um surto de COVID-19, os resíduos produzidos pelos/as residentes ou cuidadores/profissionais que lhes prestem assistência:
 - Devem ser mantidos segregados e serem encaminhados como resíduos hospitalares de risco biológico (Grupo III, Despacho nº 242/96, publicado a 13 de agosto) para um operador de tratamento de resíduos hospitalares devidamente licenciado para tal, sob responsabilidade do órgão de gestão da instituição em causa;

 - Nos procedimentos para recolha, transporte e tratamento e resíduos hospitalares COVID-19 aplica-se a Orientação 012/2020 da DGS, bem como o Despacho nº 242/96, publicado a 13 de agosto para a gestão destes resíduos (Grupos III e IV);

 - Para identificação dos operadores de gestão licenciados para receção de resíduos hospitalares perigosos, poderá ser consultado o SILOGR – Sistema de Informação de Licenciamento de Operações de Gestão de Resíduos, constante no sítio da internet da Agência Portuguesa do Ambiente. Esta aplicação permite pesquisar por combinação da natureza geográfica (distrito/e ou concelho) e códigos da Lista Europeia de Resíduos.

- ✚ Em todas as situações, os resíduos corto-perfurantes (Grupo IV) devem ser colocados em contentor próprio para o efeito e obrigatoriamente incinerados.

Nespereira, 19 de Abril de 2021

O Presidente da Direção,



(Luís Miguel Tavares Leitão)

