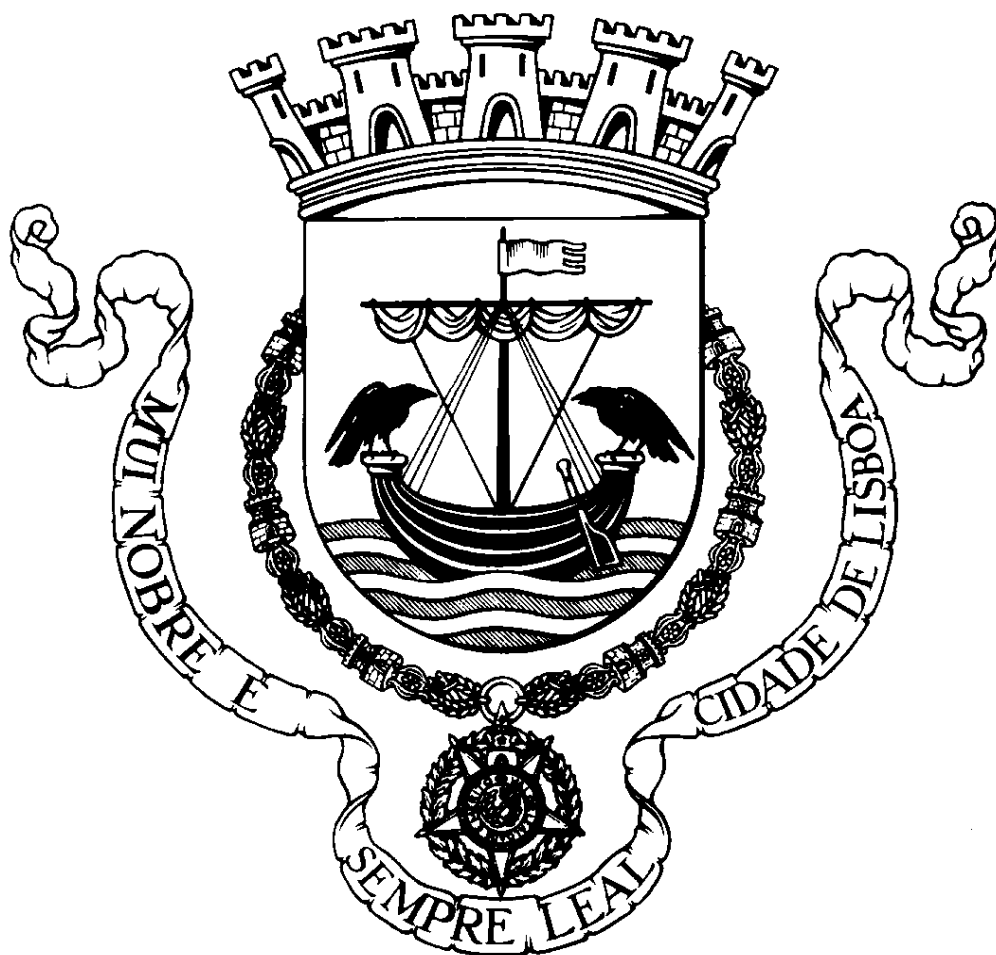


MANUAL DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO DA CML



Março 2021



Índice

1. Objetivo	2
1.1. Objetivos Específicos	2
2. Definições e Conceitos	3
3. Classificação das Áreas em Função do Risco de Infecção	4
4. Métodos de Higienização	5
4.1. Limpeza	5
4.2. Desinfecção	8
4.3. Detergentes e Desinfetantes	9
4.3.1. Detergentes	9
4.3.2. Desinfetantes	10
4.4. Técnicas de Limpeza	11
4.4.1. Limpeza de Superfície	12
4.4.2. Limpeza do Pavimento	13
4.4.3. Limpeza de Instalações Sanitárias e Balneários	16
4.4.4. Limpeza da zona de armazenagem de Equipamentos de Proteção molhados	17
4.5. Técnica de Desinfecção para as Situações de Derrame	17
4.6. Materiais e Equipamentos de Limpeza	18
5. Equipamento de Proteção Coletiva e Individual dos Profissionais de Limpeza	22
6. Conclusão	23
Anexo I: Plano de Limpeza e Desinfecção (modelo)	24
Anexo I: Plano de Limpeza e Desinfecção (modelo)	25



1. OBJECTIVO GERAL

Implementar uma cultura de segurança, no que concerne à limpeza das instalações da CML, de modo que a higienização e desinfeção, quando aplicável, seja executada de forma eficaz e sistemática. Para que tal seja concretizável cada instalação tem, obrigatoriamente, que ter um Plano de Limpeza e Desinfeção, que deverá contemplar as informações referidas no modelo que se encontra no Anexo I.

1.1 OBJECTIVOS ESPECÍFICOS

- Promover uma boa higienização (limpeza e desinfeção) das instalações e equipamentos onde se encontram instaladas as Unidades Orgânicas da CML de acordo com a natureza das estruturas e o risco potencial de infeção;
- Facilitar a supervisão da higienização das instalações.



2. DEFINIÇÕES E CONCEITOS

- Limpeza – É a remoção de todo o material estranho (sujeidade, matéria orgânica) de objetos e superfícies, através de ação mecânica, com utilização de água e detergentes.
- Desinfecção – Processo que provoca destruição da totalidade ou da maior parte dos microrganismos patogénicos em objetos inanimados com a exceção de esporos bacterianos, com utilização de desinfetantes.
- Descontaminação – É o tratamento dado ao material/equipamentos/superfícies para tornar seguro o seu manuseamento.
- Desinfetante – É um agente químico capaz de destruir microorganismos nos objetos inanimados (matérias, equipamentos ou superfícies), ou reduzi-los para níveis não prejudiciais à.
- Agente infeccioso – São seres microscópicos que não são visíveis a olho nú (vírus, fungos, bactérias, etc).
- Contaminação – Transferência do agente infeccioso para um organismo, objeto ou circunstância.
- Matéria Orgânica – São secreções ou excreções do organismo (sangue, urina, fezes, etc).



3. CLASSIFICAÇÃO DAS ÁREAS EM FUNÇÃO DO RISCO DE INFECÇÃO

O risco de infeção das diferentes áreas das instalações está relacionado com a especificidade da atividade desenvolvida em cada área da instalação e a sua classificação é identificada como área semi-crítica ou não crítica.

Áreas	Definição	Exemplos	Frequência da limpeza
Semi-críticas	São áreas que oferecem algum risco de contaminação.	- Instalações Sanitárias; - Balneários; - Vestiários.	Conforme estipulado no Plano de higienização
Não Críticas	São áreas que, teoricamente, não apresentam riscos de contaminação.	- Salas de serviço administrativo e similares; - Salas de espera; - Salas de reuniões; - Corredores e átrios; - Entradas exteriores dos serviços; - Refeitórios, copas e bares.	1 vez ao dia e quando necessário

Quadro 1 – Classificação das áreas de acordo com o risco de infeção

Em relação à frequência da limpeza é necessário ter em consideração que esta é relativa devendo ser adaptada às circunstâncias e à quantidade de utilizadores. Nas áreas consideradas como semi-críticas, e mesmo nas classificadas como não críticas, há superfícies que necessitam de limpeza mais frequente do que outras. As superfícies ambientais de contacto frequente com as mãos (exemplo: bancadas, balcões, manípulos de portas...), necessitam de uma limpeza mais frequente do que as superfícies ambientais de baixo contacto, que têm um contacto mínimo com as mãos (exemplo: tetos).



4. MÉTODO DE HIGIENIZAÇÃO

Tão importante é o procedimento, como o modo como este se realiza. Para realizar a higienização das instalações, o profissional deverá:

- Usar equipamento de proteção individual adequada;
- Usar material adequado ao procedimento e à área a higienizar (baldes, panos, rodo, sacos e outro);
- Preparar a diluição correta para a lavagem e substituir águas entre salas;
- Iniciar a lavagem pelas superfícies altas (de cima para baixo) e posteriormente os pavimentos (da zona mais limpa para a mais suja), do fundo da sala para a porta.

As superfícies altas e pavimentos deverão ser desinfetados em situações de derrame de fluido e quando exista desinfeção periódica/programada.

Deve ainda ter-se em consideração as seguintes Recomendações: lavar antes de desinfetar e nunca juntar detergente ao desinfetante, isto porque,

... “Mais vale uma boa lavagem, do que uma má desinfeção”...

4.1 LIMPEZA

A **limpeza** consiste no processo de remoção da sujidade por meios químicos e meios mecânicos efetuada às instalações (incluindo pavimento, janelas, teto, varandas, mobiliário, equipamentos e outras estruturas similares) num determinado período de tempo.

Neste âmbito, os meios de limpeza podem ser caracterizados da seguinte forma:

- **Meio químico** - é proveniente da ação de produtos com propriedades de *dissolução*, *dispersão* e *suspensão* da sujidade;



- **Meio mecânico** - é proveniente da ação obtida pelo ato de esfregar manualmente ou pela pressão de uma máquina de lavar, no sentido de permitir remover a sujidade;

Assim, não se espera que diferentes superfícies (ex: superfície em pele de cadeiras, as paredes ou os pavimentos) recebam o mesmo meio/tipo de limpeza, mas sim que cada superfície seja limpa com a utilização do método e do produto mais adequado.

Por outro lado, uma mesma superfície poderá carecer de uma diferente frequência de limpeza, o que depende da sua utilização, facto que deverá ser considerado no processo de gestão e planeamento do serviço de limpeza.

A limpeza tem várias **funções**, que se podem sintetizar em duas vertentes distintas:

- **Vertente microbiológica** - consiste na remoção de grande parte dos microrganismos e da matéria orgânica que favorece a sobrevivência e proliferação desses microrganismos, o que contribui para uma maior segurança, ou seja, prevenir as infeções dos trabalhadores e/ou utilizadores.
- **Vertente não microbiológica** - consiste em manter a aparência cuidada, restabelecer a função e evitar a deterioração das superfícies.

De acordo com a abrangência e objetivos a atingir, podem estabelecer-se diferentes frequências de limpeza:

- **Limpeza corrente:** é aquela que se realiza diariamente, ou conforme estipulado no Plano de Higiene, e que inclui a limpeza e a arrumação simplificadas;
- **Limpeza de conservação ou semanal:** é a limpeza que embora não necessite de ser realizada todos os dias, pela sua importância na conservação de um bom ambiente, não deve ser descurada, devendo por isso ser realizada pelo menos uma vez por semana;
- **Limpeza imediata:** é aquela que é realizada quando ocorrem salpicos e/ou derrames (ex: sangue ou outra matéria orgânica) em qualquer período do dia, podendo ser solicitada pelos trabalhadores ou sempre que constatada pelo funcionário do serviço de limpeza;

- **Limpeza global:** trata-se de uma limpeza mais completa e de fundo, que contempla estruturas por vezes de difícil acesso e/ou limpeza (ex. luminárias);

Recomenda-se ainda, para que se obtenha uma adequada limpeza das superfícies, a lavagem com **água quente e detergente**.

A frequência da limpeza, como se pode constatar no Quadro 2, é estipulada de acordo com a classificação das áreas. No entanto, as técnicas de limpeza e os produtos empregues, para cada tipo de material, são sempre iguais em qualquer área da instalação, quer seja considerada ou não *área crítica*.

Área	Prioridade da limpeza	Frequência Mínima			
		Limpeza Corrente	Limpeza de Conservação	Limpeza imediata	Limpeza Global
Semi-Crítica (Instalações Sanitárias, Balneários e Vestiários)	Média	Conforme estipulado no plano de higienização (limpeza e desinfeção ^(a))	É efetuada 1 vez por semana	É efetuada sempre que ocorram situações de derrame ou salpicos de sangue ou outra matéria orgânica.	É efetuada 1 vez por mês.
Não Crítica	Baixa	É efetuada 1 vez por semana	É efetuada 1 vez por semana		É efetuada de 3 em 3 meses.

Quadro 2 – Prioridade e frequência mínima de limpeza de acordo com a classificação das áreas.

^(a) O plano de limpeza e desinfeção de cada área deve referir a frequência e definir o momento de limpeza



No sentido de facilitar o entendimento relativo às áreas que deverão ser englobadas nos vários tipos de limpeza, apresenta-se uma síntese no Quadro 3.

Limpeza corrente (diária ou conforme especificado no Plano de Higiênização)	Limpeza de Conservação	Limpeza global
- Escadas e corredores - Vidros de portas e guichets - Mobiliário (ex: mesas, cadeiras e secretárias) - Equipamento (ex: computadores, telefones, contentor de resíduos, entre outros) - Balcões de apoio e bancadas de trabalho - Manípulos de portas - Botões, interruptores e outras superfícies de toque frequente) - Zonas de lavagem de material e equipamento - Instalações sanitárias (nomeadamente lavatório, torneiras, revestimento de proteção de tubagens, sanita e manípulo do autoclismo) - Pavimento (com água quente e detergente)	- Rodapés - Gavetas e prateleiras/ estantes - Cadeiras sofás (aspiração para tecidos) - Pavimento (só com água quente) - Contentores (lavagem)	-Vidros de janelas e estores/persianas - Paredes - Portas e ombreiras - Sistema de ventilação e respetivas grelhas² - Teto - Globos, pontos de luz e respetivas caixas - Canalizações altas e calhas técnicas - Pavimento (enceramento e vitrificação) - Desinfecção dos crivos dos chuveiros e torneiras

Quadro 3 – Frequência da limpeza das diferentes áreas e equipamento

4.2 DESINFECÇÃO

A **desinfecção** consiste num processo de destruição ou inativação de microrganismos na forma vegetativa (geralmente não atua nos esporos bacterianos) em superfícies inertes, mediante a aplicação de agentes químicos ou físicos.

Desinfetante - Agente químico capaz de destruir os microrganismos nos objetos inanimados (materiais, equipamentos ou superfícies) ou de reduzi-los para níveis não prejudiciais à saúde.



4.3 DETERGENTES E DESINFECTANTES

A lista de detergentes e desinfetantes a utilizar pelas empresas contratadas deve ser submetida à aprovação pelo Departamento de Saúde, Higiene e Segurança. Os produtos a utilizar deverão contemplar os fins específicos, nomeadamente no que respeita à desinfeção preventiva da *legionella*.

Em termos gerais, considera-se inaceitável a utilização de:

- Detergentes em pó;
- Produtos cerosos derrapantes;
- Detergentes e desinfetantes pré-diluídos ou que estejam fora das suas embalagens de origem;
- Produtos de limpeza ou de desinfeção que não tenham ficha de dados de segurança e ficha técnica.
- Produtos que sejam classificados como Cancerígenos, Mutagénicos ou Tóxicos para a Reprodução.

4.3.1 Detergentes

Considera-se que os detergentes são substâncias tensioativas, solúveis em água e dotadas de capacidade de emulsionar gorduras e manter os resíduos em suspensão, facilitando desta forma a remoção da matéria orgânica das superfícies. São geralmente utilizados para a limpeza de pavimentos, equipamentos, utensílios e superfícies de trabalho. Os detergentes a utilizar devem cumprir os requisitos contantes no Quadro 4.

Requisitos
• Estar devidamente rotulado e identificado na embalagem de origem (composição do produto, indicação de utilização, prazo de validade); • Trazer indicações precisas de diluição; • Ser diluído somente no momento em que vai ser utilizado; • Ser utilizado na dose correta (com a utilização de doseadores) e de acordo com as instruções do fabricante; • Ser biodegradável; • Ser adequado à (s) superfície (s) em que vai ser utilizado; • Ser preferencialmente não iónico (pois produz menos espuma); • Ter pH neutro ou ligeiramente alcalino; • Manter-se fechado até ao início da sua utilização e sempre que não esteja a ser utilizado.

Quadro 4 - Principais requisitos dos detergentes



É ainda de realçar, que os detergentes **não devem**:

- Ser adquiridos em embalagens muito grandes, sendo considerado razoável as embalagens que têm até 5 litros;
- Ser irritantes para as vias respiratórias ou outros alergénios;
- Ser corrosivos;
- Estar associados a um desinfetante, com exceção das situações que assim o exijam, como é o caso das instalações sanitárias e balneários, em que está recomendada a utilização de detergente que contenha desinfetante. Existem atualmente no mercado produtos que têm incorporado detergente e desinfetante, evitando assim as situações graves de incompatibilidade.

4.3.2 Desinfetantes

Não se recomenda o uso de desinfetantes por rotina. Assim, para o chão e outras superfícies com grande utilização por parte de utentes e profissionais, **está apenas aconselhada a sua lavagem com água quente e detergente.**

Por este motivo, **os desinfetantes devem ser utilizados exclusivamente nas situações de derrame/salpico de sangue ou de outra matéria orgânica.** Nestas situações, o desinfetante que deverá ser utilizado é o hipoclorito de sódio (lixívia) a 1% de cloro livre ou o dicloroisocianurato de sódio (grânulos ou pastilhas).

Para a desinfeção preventiva da *legionella* deverão ser utilizados desinfetantes específicos, que tenham análises laboratoriais que demonstrem a sua eficácia, e que sejam, tal como referido anteriormente, aprovados pelo Departamento de Saúde, Higiene e Segurança (DSHS).

No que diz respeito à utilização de desinfetantes, devem ser tomadas em consideração as regras de segurança que constam no Quadro 5.



Regras de Segurança
• Ter obrigatoriamente disponível a ficha de dados de segurança do produto; • Conhecer a composição do produto a utilizar; • Respeitar as recomendações de utilização, doses, diluições, incompatibilidades, prazo de validade (antes de diluído), prazo de diluído (após de diluído); • Respeitar as indicações de proteção coletiva como por ex: diluição em espaço devidamente ventilado; • Utilizar sempre o equipamento de proteção individual preconizado para o manuseamento destes produtos; • Lavar imediatamente e abundantemente com água se a pele ou mucosas forem atingidas por projeções do produto; • Limpar sempre o recipiente em que se diluiu ou utilizou o desinfetante; • Respeitar o tempo de conservação da diluição utilizada; • Manter as embalagens das soluções desinfetantes fechadas quando não estão a ser utilizadas; • Nunca utilizar produtos que não sejam autorizados pelo DSHS.

Quadro 5 - Regras de segurança na utilização dos desinfetantes

4.4 TÉCNICA DE LIMPEZA

Antes de se iniciar a limpeza de qualquer área, deve-se: fechar as portas e abrir as janelas para favorecer a ventilação do espaço, afastar todo o equipamento das paredes e recolher os resíduos espalhados.

Não devem ser usados quaisquer meios de limpeza que levantem pó, com exceção dos procedimentos empregues nas áreas não-críticas exteriores (ex: escadas, átrios e varandas exteriores), pois alguns microrganismos podem ser transmitidos através de minúsculas gotículas ou partículas atmosféricas por via aérea, quando permanecem em suspensão, ou por contacto, quando se depositam nas superfícies.

Assim, o ato de varrer pode conduzir à re-supensão de microrganismos, razão pela qual não se deve realizar este procedimento.

Recomenda-se que na limpeza sejam respeitados os seguintes princípios:

- Não usar vassouras, espanadores ou outro utensílio/equipamento de limpeza do pó a seco;



- Realizar a limpeza do pó por meios húmidos, utilizando-se para o efeito um pano embebido em água e detergente, a fim de remover não só o pó como a sujidade em geral;
- Utilizar o detergente adequado à superfície a tratar;
- Limpar com movimentos de limpeza suaves, de forma a minimizar o levantamento de partículas.

Quando um mesmo trabalhador do serviço de limpeza tem várias áreas para limpar, a organização das atividades deve ser sempre estabelecida no sentido das áreas mais limpas (áreas não críticas) para as mais sujas (áreas semi-críticas).

Numa mesma **área** deve ter-se ainda em atenção a orientação da limpeza:

Orientação horizontal – da zona mais afastada para a mais próxima (limpeza do fundo da sala para a porta de saída).

Orientação vertical – de cima para baixo, ou seja, em primeiro lugar limpar o teto e por fim o chão. Numa limpeza global a sequência da limpeza poderá ser, por exemplo: 1.º pontos de luz e teto; 2.º paredes; 3.º estores e janelas (face interior e exterior); 4.º mobiliário e utensílios; 5.º chão.

Os trabalhos de limpeza global não podem prejudicar a realização dos trabalhos de limpeza corrente, semanal ou imediata.

4.4.1 Limpeza de superfícies

A limpeza com água quente e detergente é adequada para as superfícies, pois remove a maior parte dos microrganismos. Contudo é igualmente importante, para que não haja re-contaminação, que todas as superfícies limpas fiquem bem secas.

Durante a limpeza das superfícies, devem respeitar-se as seguintes orientações:

- Realizar a limpeza a húmido com água quente e detergente adequado, reforçando este procedimento em zonas com manchas;

- Após a limpeza, as superfícies devem ficar o mais secas possível e nunca “encharcadas”;
- **Dentro de cada área (ex: instalações sanitárias e balneários, vestiários, etc) o pano deve ser exclusivo para cada tipo de equipamento, de acordo com o preconizado no Quadro 9.**

4.4.2 Limpeza do pavimento

A diversidade de pavimentos leva a que existam diferentes métodos de limpeza tanto manuais (húmido e seco) como mecânicos (máquinas automáticas de lavar e/ou enxugar e de jatos de vapor de água saturada sob pressão).

Nesta sequência, apresenta-se resumidamente o procedimento de cada um dos métodos anteriormente referidos.

Método manual húmido

Recomenda-se que a limpeza do pavimento seja efetuada com o **método de duplo balde**, o qual deve englobar os componentes e fases referidos nas Figuras 1 e 2.

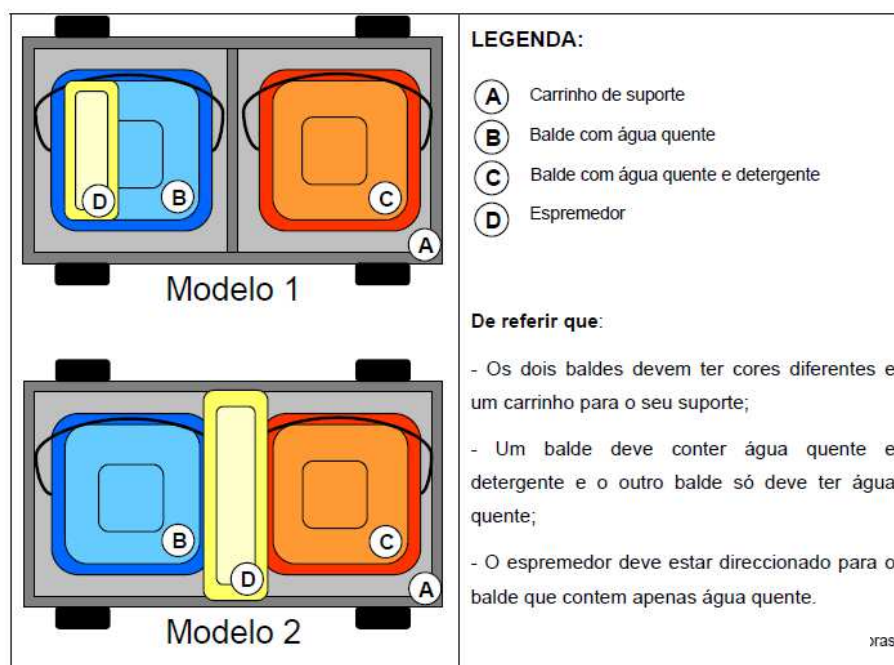


Figura 1 – Modelos de duplo balde e seus componentes

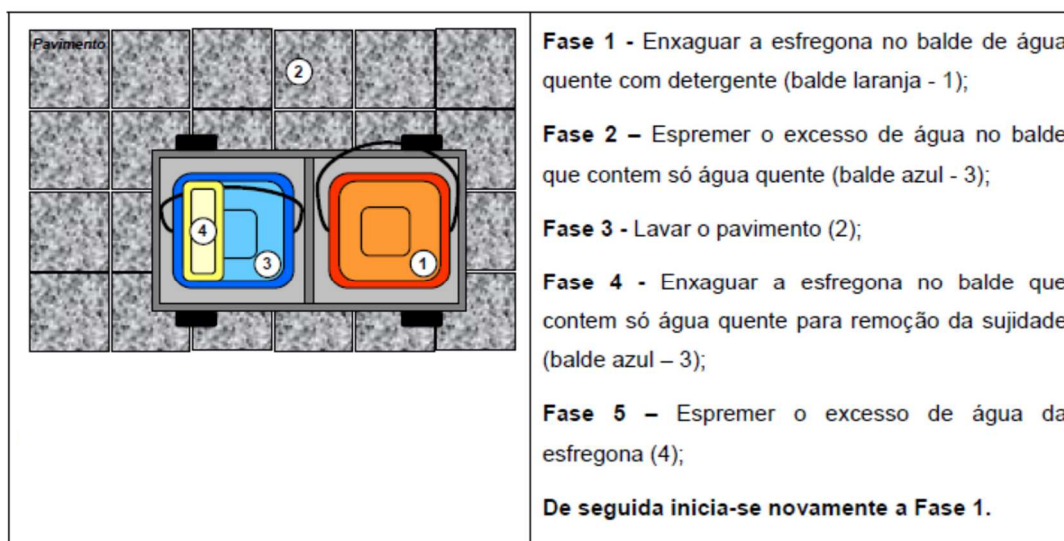


Figura 2 – Fases de utilização do modelo de duplo balde

Na lavagem do pavimento deve ainda ter-se em conta que:

- A esfregona deve ser agitada dentro de cada balde e bem espremida;
- Devem adotar-se movimentos ondulantes e manter as franjas da esfregona abertas;
- A água deve ser quente e mudada frequentemente. Nas áreas semicríticas, por exemplo, a água tem de ser mudada sempre entre zonas (ex. entre instalações sanitárias e balneários e/ou vestiários) e sempre que a água se encontre visivelmente suja, para evitar a redistribuição de microrganismos;
- Nos corredores e/ou áreas a limpar devem colocar-se placas de sinalização para aviso de piso escorregadio, nos dois extremos dessas áreas;
- **Os corredores e escadas devem ser lavados no sentido longitudinal, ou seja lava-se primeiro uma metade e só depois a restante parte, de modo a permitir a circulação segura das pessoas durante a limpeza.**
- As zonas de difícil acesso às máquinas de disco devem ser limpas manualmente.
- Pelo menos uma vez por semana, os pavimentos devem ser lavados primeiro pelo método de duplo balde e, de seguida, deve efetuar-se uma limpeza com água simples para remover a película de detergente que se vai acumulando (Quadro 6).



Área	Periodicidade mínima da limpeza do pavimento
Semi-críticas	Lavagem diária com água quente e detergente pelo menos 2 a 3 vezes por dia . Lavagem simples só com água quente pelo menos 1 vez por semana .
Não críticas	Lavagem diária com água quente e detergente pelo menos 1 vez por dia . Lavagem simples só com água quente pelo menos 1 vez por semana .

Quadro 6 – Periodicidade mínima de limpeza do pavimento de acordo com o tipo de área

Sempre que o pavimento possua ralos para escoamento de águas residuais, não se recomenda a utilização do método de duplo balde. Nestas situações, o procedimento adequado consiste em espalhar uma solução de detergente no pavimento e esfregar, empurrando de seguida as águas residuais para o ralo. O pavimento deverá ser alvo de vários enxaguamentos, com água limpa, até que a totalidade das águas residuais tenham sido conduzidas para o ralo.

Método manual seco

- A utilização de vassoura só é permitida em áreas não-críticas exteriores como átrios, pátios, estacionamento, entre outros, consistindo este método simplesmente em retirar a sujidade através da utilização de uma vassoura. Nas restantes áreas, e somente se for imprescindível, a limpeza a seco deve ser feita pela utilização de um aspirador, embora este não seja considerado método manual.

Método mecânico através de máquinas automáticas de lavar e/ou enxugar

- Na generalidade estas máquinas possuem depósito para soluções de detergente, o qual é doseado diretamente para a escova através de um dispositivo de autoaplicação. Estas realizam um processo de lavagem através de escovas ou discos de rotação, podendo aspirar simultaneamente a água da superfície do pavimento.
- Neste método, deve evitar-se o risco de a solução do detergente secar na superfície antes da operação de aspiração.
- De referir, que estas máquinas têm a vantagem de ter uma alta eficiência de trabalho com menor esforço e risco para o trabalhador.

Método mecânico através de jatos de vapor de água saturada sob pressão

- Este método é usualmente utilizado nas limpezas globais e pode ser aplicado praticamente em qualquer superfície fixa, conseguindo-se obter uma boa limpeza pela sua aplicação direta na superfície, sem necessidade de utilizar produtos químicos, enxaguamento ou secagem.

4.4.3 Limpeza de instalações sanitárias e balneários

Os equipamentos das instalações sanitárias e balneários devem ser cuidadosamente limpos de acordo com o descrito no Quadro 7. É de referir, que a frequência de limpeza das instalações sanitárias, deverá ser adequada às necessidades, nomeadamente no caso de existirem turnos.

Equipamento	Procedimento
Sanitas	A limpeza deve iniciar-se pela parte interna, com a utilização de um piaçaba e de seguida a parte externa com a utilização de um pano húmido com água quente e detergente associado a desinfetante.
Manípulos/dispositivo de descarga dos autoclismos e manípulos das portas	Deve utilizar-se um pano húmido com água quente e detergente associado a desinfetante.
Lavatórios e chuveiros	A limpeza deve ser iniciada pela face externa (sem tocar no pavimento), seguindo-se as torneiras, parte interna e por último deve ser dada especial atenção aos ralos. Deve ser sempre garantida a limpeza/secagem do revestimento de proteção das tubagens de água quente, de modo a não haver deterioração do mesmo.
Zona de chuveiros	Deve ser garantida que se mantém o menos molhada possível, utilizando sempre que existe acumulação de água no pavimento rodos para encaminhamento da água para as caleiras.
Limpeza e desinfecção dos crivos dos chuveiros e torneiras	Lavar os crivos do chuveiro/torneira com detergente, retirando todas as partículas; desinfetar submergindo em desinfetante adequado durante 30 minutos; enxaguar abundantemente com água fria. Caso não seja possível retirar os crivos a solução deve ser aplicada pulverizar muito bem os crivos com o desinfetante e deixar atuar por um período de 45 minutos.
Frascos doseadores	Recomenda-se a utilização de frascos e doseadores de uso único, devendo a sua substituição respeitar as recomendações do fabricante.

Quadro 7 – Procedimentos de limpeza dos equipamentos das instalações sanitárias e balneários



A reposição do sabão líquido, toalhetes para as mãos e papel higiénico, quando da responsabilidade dos profissionais de limpeza, deve ser realizada fora do horário de funcionamento do serviço.

É de salientar ainda, que os detergentes abrasivos danificam a superfície vidrada da porcelana das louças sanitárias, podendo ocasionar fissuras que constituem potenciais reservatórios para microrganismos e danificam o metal das torneiras, sobretudo das cromadas, pelo que é desaconselhada a sua utilização.

Salienta-se ainda que, para diminuir a probabilidade da existência de água acumulada nos pavimentos, principalmente nas zonas de balneários, a higienização deve contemplar a limpeza do pavimento com rodo, de forma a diminuir a acumulação de água.

4.4.4 Limpeza da Zona de Armazenagem de Equipamentos de Proteção Molhados

Sempre que existam zonas de armazenagem de equipamentos de proteção molhados, estas devem ser mantidas arejadas e as prateleiras que fazem a contenção da água devem ser mantidas limpas e tão secas quanto o possível. Para tal **deve ser efetuada a aspiração da água das prateleiras ou, quando a quantidade de água for menor, as prateleiras devem ser limpas/secas com um pano específico para o efeito**. Salienta-se que a frequência de limpeza destas instalações deverá ser adequada às necessidades, nomeadamente no caso de existirem turnos.

4.5 TÉCNICA DE DESINFECÇÃO PARA AS SITUAÇÕES DE DERRAME

Relativamente aos salpicos/derrames de urina, alerta-se que não se deve utilizar diretamente hipoclorito de sódio ou dicloroisocianurato de sódio, uma vez que possibilita a reação entre o amoníaco contido na urina e o cloro existente nestes desinfetantes, libertando-se vapores irritantes e tóxicos de cloreto de amónio, que poderão ocasionar efeitos adversos na saúde do profissional que o está a utilizar. Desta forma, o procedimento correto contempla numa primeira fase a remoção da urina, com

a utilização de toalhetes absorventes e respetiva deposição dos toalhetes no contentor/saco de resíduos, seguida de desinfecção e lavagem, de acordo com o preconizado no **Quadro 8**.

Situação de derrame	Desinfetante		Tipo de luvas
	Hipoclorito de sódio (lixívia)	Dicloroisocianurato de sódio	
Derramamentos de fluidos orgânicos superiores a 30 cc. (com exceção de urina)	1º Cobrir , toda a área do derramamento, com toalhete ou celulose embebido em hipoclorito de sódio (lixívia) na diluição de 1% ¹ , deixando atuar durante 5 minutos. 2º Remover os toalhetes absorventes e depositá-los no contentor/saco de resíduos hospitalares do Grupo III. 3º Lavar em seguida com água quente e detergente.	1º Polvilhar toda a área a descontaminar, com grânulos de dicloroisocianurato de sódio deixando atuar durante 5 minutos. 2º Remover os grânulos com toalhetes absorventes e depositá-los no contentor/saco de resíduos hospitalares do Grupo III. 3º Lavar em seguida com água quente e detergente	Luvas de proteção adequadas aos produtos químicos a usar

Quadro 8 - Procedimento a adotar nas situações de derrame/salpicos

Nas instalações sanitárias e balneários, **não se deve adicionar lixívia aos detergentes de uso geral**, uma vez que esta anula a eficácia do desinfetante e pode ocasionar reação química com libertação de vapores tóxicos. Existem no mercado detergentes com hipoclorito de sódio, apropriados para este fim, e que são aqueles que devem ser adotados para estas situações.

4.6 MATERIAIS E EQUIPAMENTOS DE LIMPEZA

De forma a evitar a redistribuição cruzada de microrganismos nas superfícies de uma área para outra, por exemplo, **panos, esfregonas, rodos e baldes usados nas instalações sanitárias, não podem utilizar-se nas zonas de balneários, vestiários, salas administrativas, copas ou refeitórios**.



É igualmente fundamental, que o balde seja limpo e a água renovada de área para área.

Estes materiais e equipamentos devem ser calculados em função das necessidades dos serviços e dos métodos de limpeza adotados. Por último, é de salientar que **os panos de limpeza, as franjas da esfregona e os rodos devem, após a sua utilização, ser lavados em máquina de lavar, secos e armazenados em local próprio.**

Assim, **os equipamentos e os materiais de limpeza devem ser em número suficiente, exclusivos de cada área** e obedecer aos requisitos que constam no Quadro 9.

Material e Equipamento	Requisitos	Recomendações										
Esfregonas	Os cabos devem ser de material não poroso, pelo que não deverão ser de madeira;	- As franjas devem ser lavadas e secas, após cada utilização, preferencialmente em máquina de lavar com ciclo de secagem;										
	- As franjas, devem ser preferencialmente de algodão e removíveis do cabo, de forma apoderem ser lavadas e secas em máquina com altas temperaturas. Este material deve ser por isso termo-resistente;	- As franjas após serem lavadas e secas, devem ser guardadas até à sua utilização em local próprio e fechado;										
	- A cor das esfregonas deve ser indelével, ou seja, não deve sair com o uso e aplicação de desinfetante;	- As franjas sujas devem manter-se acondicionadas separadamente, em saco fechado.										
	- As esfregonas devem ser referenciadas por área, pela adoção do código de cores que se encontra em baixo.											
	<table><tr><th rowspan="2">Cor da esfregona</th><th colspan="2">Área</th></tr><tr><th>Semi-critica</th><th>Não critica</th></tr><tr><td>Amarela</td><td>X</td><td></td></tr><tr><td>Verde/azul</td><td></td><td>X</td></tr></table>	Cor da esfregona	Área		Semi-critica	Não critica	Amarela	X		Verde/azul		X
Cor da esfregona	Área											
	Semi-critica	Não critica										
Amarela	X											
Verde/azul		X										



Material e Equipamento	Requisitos		Recomendações		
Panos de limpeza	Devem ser preferencialmente de uso único; - Caso se opte por panos reutilizáveis, estes devem ser termo-resistente; - A cor dos panos deve ser indelével, ou seja, não deve sair com o uso e aplicação de desinfetante; - Os panos devem ser diferenciados por zonas de limpeza pela adoção do código de cores que se encontra em baixo:		- Todos os panos reutilizáveis devem ser lavados e secos, após cada utilização, preferencialmente em máquina de lavar com ciclo de secagem; - Não é aconselhável o armazenamento prolongado de panos em soluções desinfetantes; - Todos os panos sujos devem ser acondicionados em saco fechado antes do seu encaminhamento para lavagem. - Sempre que se opte pela utilização de panos reutilizáveis estes devem ser substituídos por zona de limpeza, respeitando as recomendações que se encontram em baixo:		
	Cores	Zona de Limpeza	Área administrativa	Instalações sanitárias	Balneários/Vestiários
	Verde	Armários, prateleiras, computador, candeeiro, secretária.	X	X	X
	Azul	Janelas, paredes, teto, superfícies vidradas, estores, lâmpadas	X	X	X
	Vermelho	Urinóis e sanitas		X	
	Amarelo	Lavatórios e duches	X	X	X
Máquinas de lavar superfícies (ex. pavimentos)	- Devem ser de fácil higienização; - Devem ter, preferencialmente, o regulador da temperatura distinto do botão de seleção do programa; - Devem emitir um baixo nível de ruído, quando em funcionamento.		- Devem emitir um baixo nível de ruído, quando em funcionamento. - Sempre que tenham depósitos de água deve proceder-se, após cada utilização, ao seu despejo, lavagem e secagem; - As escovas das máquinas devem ser lavadas diariamente.		



Material e Equipamento	Requisitos	Recomendações
Aspiradores	- Devem ser industriais e estar equipados com filtros e com a tiragem do ar afastada do chão; - Deverão emitir um baixo nível de ruído, quando em funcionamento.	- A manutenção dos filtros deve respeitar o protocolo instituído pelo fabricante e os profissionais devem estar informados do mesmo.
Carro de limpeza	- Deve ter duplo balde e prateleiras para colocação dos materiais e produtos de limpeza; - Deve ser em material liso, lavável, resistente e imputrescível.	- Deve ser lavado com água quente e detergente.
Baldes	- Devem ser em material liso, lavável, resistente e imputrescível.	- Devem ser despejados na zona suja/área de despejo; - Devem ser lavados com água quente e detergente, entre cada utilização, e mantidos em posição invertida.

Quadro 9 – Requisitos e recomendações do material e equipamento de limpeza



5. EQUIPAMENTO DE PROTECÇÃO COLETIVA E INDIVIDUAL DOS PROFISSIONAIS DE LIMPEZA

Os profissionais que são responsáveis pela limpeza e desinfeção das instalações, devem estar protegidos durante a execução das suas atividades por equipamentos de proteção coletiva, sempre que aplicável (nomeadamente no caso da execução de trabalhos em altura), e/ou pelos seguintes equipamentos de proteção individual:

- Limpeza – luvas de proteção - adequadas aos produtos químicos a utilizar, farda/bata, calçado;
- Desinfeção - luvas de proteção - adequadas aos produtos químicos a utilizar, farda/bata, calçado, avental de plástico, máscara de proteção (adequada aos riscos identificados), óculos de proteção.

Salienta-se, que as luvas constituem uma barreira de defesa eficaz no contacto com os produtos de limpeza, em especial nos contactos prolongados com os desinfetantes, detergentes com ação corrosiva, decapantes, cera ou outro produto químico que possa potencialmente causar dano ao seu utilizador, pelo que o seu material deve ser adequado aos produtos químicos que serão utilizados.

Para uma correta utilização e prevenção de riscos é fundamental conhecer, com rigor, os riscos inerentes a cada produto químico que se utiliza e respeitar as recomendações de prudência específicas durante a sua utilização e armazenamento.

Assim, é indispensável a utilização de luvas adequadas, sempre que se realizem trabalhos de risco, nomeadamente:

- No manuseamento de produtos contaminados ou suspeitos de contaminação incluindo materiais/equipamentos de limpeza;
- Na limpeza de áreas sujas;
- Na limpeza de pavimentos, materiais e equipamentos;
- Durante a manipulação/aplicação de produtos agressivos para a pele (detergentes, desinfetantes e outros).

É de referir, que todo o equipamento de proteção individual deve ser fornecido aos seus trabalhadores pela empresa prestadora do serviço de limpeza, o qual deverá ser substituído assim que apresente sinais de deterioração.

Equipamento de proteção individual	Especificações
Farda/Bata	- Deve possibilitar a liberdade de movimentos do profissional. - Não pode ser utilizada fora das instalações e deverá ser somente utilizada durante o período de trabalho. - Deve ser mudada diariamente e sempre que necessário.
Calçado	Deve ser confortável, fechado e com sola antiderrapante, preferencialmente com cunha ou salto estável de mais ou menos três centímetros.
Luas de proteção	- Devem ter cores diferentes de acordo com a área a limpar (à semelhança do código de cores dos panos). - Devem ser lavadas exteriormente antes de serem removidas das mãos. De seguida devem ser lavadas na superfície interna (do avesso) e postas a secar (para escorrer) ou secas com toalhetes de papel. - Não é permitido que o pessoal mantenha as luvas usadas na limpeza, no manuseamento de equipamentos limpos. Não é igualmente permitido que o pessoal circule de luvas calçadas.
Avental	- Deve ser de plástico, de uso único e colocado por cima da farda.
Óculos de proteção	- Nas situações de aplicação de desinfetantes deverão ser utilizados óculos de proteção para prevenir lesões oculares em situações de salpicos ou de vapores.
Máscara de proteção	- Nas situações de aplicação de desinfetantes deve ser utilizada máscara resistente à penetração de fluídos, gases/vapores - Máscara cirúrgica em permanência, durante o tempo da situação pandémica.

Quadro 10 – Especificações do Equipamento de proteção individual

6.CONCLUSÃO

O presente Manual de Higienização deve ser tido em consideração aquando da realização de contratos com empresas prestadoras de serviços de higienização (limpeza e desinfeção), para que as boas práticas dele constante sejam executadas, permitindo melhorar as condições de higienização (limpeza e desinfeção) de todas as instalações ocupadas por trabalhadores da CML, garantindo deste modo melhores condições de trabalho para os trabalhadores do município.

ANEXO I – Plano de Limpeza e Desinfecção (modelo)

Zona, superfície, equipamento ou utensílio	Produto a utilizar	Diluição	Tempo de contacto	Método de limpeza/desinfecção	Equipamento/Material a utilizar na limpeza/desinfecção	EPC/EPI	Frequência de limpeza

Procedimentos e Recomendações Gerais

ANEXO II – Registo da Limpeza e Desinfecção (modelo)

Zona, superfície, equipamento ou utensílio	Data	Efetinado por: (assinatura do trabalhador)	Observações	Verificado por: (assinatura do trabalhador e data)