



PLANO DE HIGIENIZAÇÃO - AGRUPAMENTO DE ESCOLAS VILA NOVA DA BARQUINHA

Garantias da escola

No âmbito do regresso às atividades letivas presenciais, a escola garante a existência de:

- Condições sanitárias necessárias para a promoção das boas práticas de higiene, nomeadamente a higienização das mãos com água e sabão, e secagem com toalhetes de papel;
- Solução desinfetante distribuída pelo espaço escolar, para permitir uma boa higienização das mãos.
- Condições necessárias para se manter o distanciamento físico, dentro do edifício escolar;
- Uma sala de aula por um grupo de alunos;
- Salas de aulas em que existe o distanciamento físico de 1,5-2 metros;
- Salas de aula com as mesas dispostas com a mesma orientação, evitando uma disposição que implique alunos virados de frente uns para os outros;
- Renovação frequente do ar, preferencialmente, com as janelas e portas abertas;
- Portões e portas abertas de forma a evitar o toque frequente em superfícies;
- Circuitos de entrada e saída da sala de aula para cada grupo, de forma a impedir um maior cruzamento de pessoas;
- De informação facilmente acessível a toda a comunidade escolar, nomeadamente através da afixação de cartazes sobre a correta higienização das mãos, etiqueta respiratória e colocação da máscara;
- De material e produtos de limpeza para os procedimentos adequados de desinfeção e limpeza dos edifícios escolares.

Regras de Higiene e segurança em ambiente escolar

- Cumprir a obrigatoriedade de utilização de máscaras para acesso e permanência na escola.
- Fazer uma correta utilização das máscaras. Antes de se proceder à colocação da máscara, as mãos devem ser devidamente higienizadas. A máscara deve ficar bem ajustada à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face.
- Fazer uma correta lavagem das mãos.
- Higienização das mãos à entrada e à saída da escola.
- Fazer-se acompanhar, se possível, de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) para uso pessoal.
- Respeitar as regras de segurança e de distanciamento físico de 2 metros.
- O distanciamento físico deve ser mantido durante os intervalos.
- Ocupar sempre a mesma mesa na sala de aula.
- Cumprir as Medidas de Etiqueta Respiratórias.



- Cumprir as instruções do pessoal docente e não docente.
- Cumprir as regras impostas pela escola.

Assistentes Operacionais / Limpezas

A gestão do pessoal não docente garante o funcionamento da escola, na eventualidade de absentismo por doença ou necessidade de isolamento de alguns dos seus elementos.

● Os assistentes operacionais

- estão sensibilizados para o cumprimento das regras de utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) e de lavagem correta das mãos.
- têm conhecimento sobre a utilização correta dos produtos de limpeza (detergentes e desinfetantes).
- têm acesso a materiais de limpeza e desinfecção adequados.
- têm acesso a toda a informação útil em local visível.
- estão posicionados, nos diversos espaços escolares (portões, acessos às salas, zonas de passagem, casas de banho, ...), para garantir, dentro do possível, o cumprimento das regras.

● Frequência de limpeza:

A desinfecção dos espaços e superfícies deve ser efetuada, de acordo com a tabela seguinte:

Área a higienizar (EXEMPLOS)	Produto	Material	Método	Frequência
Salas de aulas / Espaços Administrativos / Gabinetes				
Mesas de trabalho / cadeiras	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
PC e periféricos	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Aplicar no pano e passar nas superfícies	A cada utilização
Impressoras	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Aplicar no pano e passar nas superfícies	2 X de manhã e 2 X de tarde
Puxadores das portas/ interruptores	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	2 X de manhã e 2 X de tarde
Puxadores dos armários	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Diária
Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	2 X de manhã e 2 X de tarde



Área a higienizar (EXEMPLOS)	Produto	Material	Método	Frequência
Refeitório				
Mesas, tabuleiros, bancadas, cadeiras	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
Aparelhos: máq. café, micro-ondas, arcas frigoríficas, etc.	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Aplicar no pano e passar nas superfícies	A cada utilização
Puxadores das portas	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	2 X de manhã e 2 X de tarde
Puxadores dos armários	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Diária
Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	Pelo menos 2 vezes

Instalações Sanitárias				
Superfícies	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies, pelo menos 5 min, de cima para baixo	2 X de manhã e 2 X de tarde
Pavimento	Solução detergente/desinfetante	Balde e esfregona exclusivos do WC	Passar pelo pavimento	2 X de manhã e 2 X de tarde
Puxadores das portas	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	2 X de manhã e 2 X de tarde
Bancada, lavatório, torneiras,	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies, pelo menos 5 min, começar 1.º pelas torneiras e depois o lavatório	2 X de manhã e 2 X de tarde
Biblioteca				
Mesas de trabalho / cadeiras	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	A cada utilização
PC e periféricos	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Aplicar no pano e passar nas superfícies	A cada utilização
Impressora	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Aplicar no pano e passar nas superfícies	2 X de manhã e 2 X de tarde
Puxadores das portas	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	2 X de manhã e 2 X de tarde
Puxadores dos armários	Solução detergente/desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	Diária



Pavimento	Solução detergente/ desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	2 X de manhã e 2 X de tarde
Entrada da Escola / Átrio / PBX / Papelaria				
Corrimão	Solução detergente/ desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	2 X de manhã e 2 X de tarde
Balcão da receção do PBX / entrada/papelaria	Solução detergente/ desinfetante	Panos reutilizáveis	Remover os objetos decorativos Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	2 X de manhã e 2 X de tarde
Impressora	Solução detergente/ desinfetante	Panos reutilizáveis	Aplicar no pano e passar nas superfícies	A cada utilização
Telefone, telemóveis	Solução detergente/ desinfetante	Panos reutilizáveis	Aplicar no pano e passar nas superfícies	A cada utilização
Pavimento	Solução detergente/ desinfetante	Balde e esfregona	Passar pelo pavimento	2 X de manhã e 2 X de tarde
Puxadores das portas	Solução detergente/ desinfetante	Panos reutilizáveis	Passar pelas superfícies de forma que estas fiquem humedecidas pelo produto	2 X de manhã e 2 X de tarde

Produtos e técnicas de desinfeção de espaços escolares

Na limpeza e desinfeção de espaços escolares interiores, utiliza-se os seguintes produtos e técnicas: Solução de hipoclorito de sódio pronta a usar (já diluída) com a concentração de 0,05%. Se a tiver que diluir esta 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.

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.

Deverá ser feito regularmente um controlo por parte da Coordenadora dos Assistentes Operacionais para a verificação da adequação do plano de higienização e da sua execução, o qual poderá ser efetuado por inspeção visual.



A utilização dos EPIS – Equipamento de Proteção Individual

O equipamento de proteção individual (EPI) utilizado pelos funcionários na limpeza são:

- máscara, viseira, luvas e bata.
- de uso estritamente pessoal, sendo proibida a sua partilha ou troca com outro trabalhador de uso obrigatório.
- utilizados de acordo com o manual de informação do fabricante.

Transporte/movimentação de funcionários entre as escolas

- Durante a viagem é obrigatório o uso de máscaras.
- A lotação do veículo deverá ser reduzida a metade devendo os passageiros posicionar-se de forma de cruz (diagonal) para aumentar o afastamento.
- Durante a viagem devem, se possível, manter a janela aberta para potenciar a renovação do ar. Evitar a recirculação mecânica do ar através do sistema de ventilação.

Diariamente o responsável da viatura deverá promover a higienização, com solução alcoólica das superfícies da viatura: volante, alavanca da velocidade e tablier.

Refeições dos funcionários

- Durante as refeições o funcionário deve procurar manter-se o mais afastado possível dos seus colegas, mantendo pelo menos dois lugares entre cada um e sentar-se de forma cruzada. Nunca frente a frente.
- Procurar gerir os horários de almoço de forma reduzir a nº de pessoas presente no mesmo espaço. (Ex: horas de almoço por grupos).

Divulgação do Plano de higienização

O plano de higienização vai estar afixado em local visível e alojado na página do Agrupamento.

Vila Nova da Barquinha, 14 de maio de 2020

O Diretor,

Paulo Tavares



FOLHETO INFORMATIVO: TÉCNICA DE HIGIENE DAS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO

Lavagem das mãos



Duração total do procedimento: 40-60 seg.



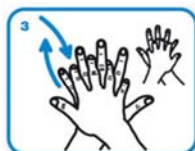
Molhe as mãos
com água



Aplique sabão suficiente para cobrir
todas as superfícies das mãos



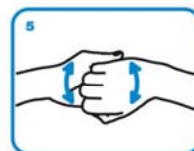
Esfregue as palmas das
mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso
esquerdo com os dedos
entrelaçados e vice versa



Palma com palma
com os dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos
nas palmas opostas com
os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar
esquerdo em sentido
rotativo, entrelaçado na
palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás
e para a frente os dedos da mão
direita na palma da mão
esquerda e vice versa



Enxague as mãos
com água



Seque as mãos com
toallete descartável



Utilize o toallete para
fechar a torneira se esta
for de comando manual



Agora as suas mãos
estão seguras.



Fricção Anti-séptica das mãos



Duração total do procedimento: 20-30 seg.



1a
Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



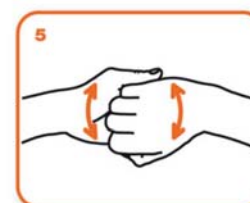
2
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



3
Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



4
As palmas das mãos com dedos entrelaçados



5
Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com dedos entrelaçados



6
Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



7
Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



8
Uma vez secas, as suas mãos estão seguras.



COMO COLOCAR CORRETAMENTE A MÁSCARA CIRÚRGICA

Para Colocar a Máscara

1. Higienize as mãos



2. Coloque a máscara na posição correta

A extremidade superior da máscara é a que tem um encaixe que assenta e molda-se ao nariz.



3. Coloque a máscara do lado correto

A parte interna das máscaras é branca, enquanto a externa tem outra cor. Antes de colocar a máscara verifique se está do lado correto.



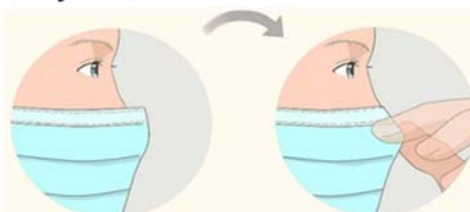
4. Coloque a máscara no rosto

Existem diversos tipos de máscaras médicas no mercado, cada um com um método próprio de aplicação.

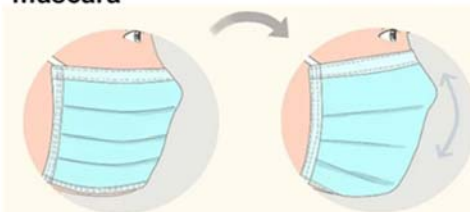
- ✓ Com alças para as orelhas
- ✓ De amarrar
- ✓ Com faixas



5. Ajuste a máscara no nariz



6. Se necessário, amarre a tira inferior da máscara



7. Ajuste a máscara no rosto e debaixo do queixo

