

Local	Universidade de Aveiro	
Infraestrutura	Todos os edifícios da UA	
Atividade/ Tarefa	Medidas adicionais de limpeza e desinfeção de todos os espaços	
Grupo Alvo	Técnicos de Limpeza, Docentes, Investigadores, Alunos e TAG	
Exposição a Riscos biológicos (Covid-19)	Causa (s)	<ul style="list-style-type: none"> Falta de proteção coletiva ou individual; Incumprimento das medidas de proteção, prevenção e controlo; Perigo inerente à atividade de utilização de espaços, de Sistemas de AVAC e de Instalações Sanitárias
	Perigo/ Fator de Risco	Exposição a Agente biológico por contacto com partículas, animais, superfícies e resíduos contaminados com SARS-COV-2
	Risco	Exposição a agente biológico (vírus SARS-COV-2)
	Consequência	Doença infecciosa
A. Medidas de Proteção, Prevenção e Controlo		
<p>1. Identificação das superfícies críticas</p> <ul style="list-style-type: none"> Deve ser garantida a desinfeção de todas as superfícies de toque frequente (superfícies manipuladas ou tocadas, por muitas pessoas e com muita frequência ao longo do dia), designadamente: <ul style="list-style-type: none"> Maçanetas/puxadores de portas; Corrimãos; Interruptores de luz; Telefones e teclados de computadores, principalmente quando usados por várias pessoas; Botões de acionamento de elevadores; Torneiras de lavatórios e instalações sanitárias; Dispensadores de consumíveis de casa de banho; Manípulos de autoclismos; Máquinas de vending; Dispensadores de água; Equipamentos de impressão associados ao sistema de impressão geral da UA (multifunções), de uso comum; Mesas, bancadas e cadeiras; Áreas de refeitórios; Mini-ecopontos dos edifícios; Todas as superfícies de trabalho, com especial atenção aos balcões e mesas de atendimento ao público. 		

2. Frequência de limpeza a efetuar pelas trabalhadoras de limpeza (TL's) – espaços interiores

- Limpeza 1 vez por hora - todas as superfícies de toque frequente (ver ponto anterior):
 - A limpeza de superfícies de toque frequente deve ser realizada com detergente de base desinfetante, para conseguir um procedimento mais rápido, isto é, um produto que contenha na sua composição, detergente e desinfetante em simultâneo (2 em 1), compatíveis.
- Limpeza 3 vezes ao dia - lavagem e desinfecção de instalações sanitárias:
 - Lavar com produto que contenha na composição detergente e desinfetante, porque é de mais fácil aplicação e desinfecção.
- Limpeza 2 vezes ao dia:
 - Lavagem e desinfecção do pavimento de áreas comuns, onde haja circulação de pessoas;
 - Recolha de resíduos indiferenciados, seguida de lavagem/desinfecção do respetivo contentor;
- Outras limpezas: higienização de Auditórios, salas para exames, salas de aula, entre utilizações (após a utilização do espaço).
- Registo de limpeza: as TL's deverão preencher sempre o registo da limpeza (ver anexo A), com identificação das pessoas responsáveis e a frequência com que é realizada;

3. Frequência de limpeza a efetuar pelos trabalhadores da equipa de jardinagem – espaços exteriores

- Desinfecção mensal: desinfecção dos espaços exteriores dos Campi (até 31 de agosto de 2020);
- Desinfecção quinzenal: desinfecção dos espaços exteriores dos Campi (a partir de 1 de setembro de 2020).

Nota: A desinfecção deve ser realizada com uma solução à base da vulgar lixívia (hipoclorito de sódio) com pelo menos 5% de cloro livre na forma original (utilização mediante preparação de diluição), com recurso a pulverização.

- Limpeza 2 vezes ao dia:
 - Recolha de resíduos indiferenciados, seguido de lavagem/desinfecção da respetiva papelreira;
 - Recolha de resíduos espalhados pelos campus, em especial nas zonas adjacentes aos edifícios e junto ao contentores de lixo.

NOTA: A Limpeza e desinfecção periódica diária será efetuada pelas TL's (Piquetes e Pessoal Executante) afetas a cada Departamento/UO/UI até a ocupação dos espaços não atingir os 50%. A partir dos 50%, este reforço de limpeza será efetuado com recurso a equipas dedicadas.

4. Limpeza dos locais de trabalho efetuada pelos utilizadores

- Os utilizadores dos locais de trabalho devem proceder à higienização periódica dos seus espaços, como gabinetes, secretarias, laboratórios, balcões de atendimento ao público, espaços do Centro Clínico.
- A higienização deve ser efetuada entre utilizações e deve incidir nas superfícies de maior contacto, como secretárias, balcões de atendimento, equipamentos informáticos, comandos dos projetores, apagadores de quadro, entre outros equipamentos e objetos.
- Essa higienização deve ser realizada com recurso a solução desinfetante e toalhetes de papel, disponibilizados nos locais para o efeito.

5. Cuidados a ter com os materiais de limpeza

- Adoção de materiais de limpeza distintos (de uso exclusivo), de acordo com o nível de risco das áreas a limpar.
- Os panos de limpeza devem ser, preferencialmente, de uso único e descartável ou, caso não seja possível, devem ser utilizados panos diferenciados com código de cores, para cada uma das áreas, de acordo com o nível de risco, tal como segue:
 - Pano de cor A – pano só para limpar bancadas, mesas, cadeiras, cadeira das cantinas ou salas de refeições e de gabinetes;
 - Pano de cor B - pano só para limpar o lavatório das instalações sanitárias;
 - Pano de cor C - pano só para limpar as sanitas.
- Deve ser sempre acautelada a limpeza e desinfeção do balde e da esfregona, após cada utilização.
- Devem ser sempre utilizados baldes e esfregonas diferentes para lavagem das casas de banho, das áreas de alimentação, dos espaços comuns e dos espaços públicos;

NOTA: Os procedimentos de limpeza deverão ser aplicados de acordo com o previsto na Informação da Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas.

https://fne.pt/uploads/documentos//documento_1588760031_2211.pdf

6. Utilização de produtos de limpeza e desinfeção

- Os detergentes a adotar são os comuns ou de uso doméstico.
- Os desinfetantes a adotar são os seguintes:
 - hipoclorito de sódio (lixívia), com pelo menos 5% de cloro livre na forma original, mediante preparação de diluição;
 - composto de quaternário de amónio;
 - álcool a 70%.
- Na utilização de toalhetes de ação rápida, deve ter-se em consideração o seguinte:

- Devem ser humedecidos em desinfetante ou em álcool a 70°;
- Não devem ser reutilizados em mais do que uma superfície, para garantir que não há disseminação dos agentes contaminantes;
- Após cada utilização o toalhete deve ser descartado no mini ecoponto cinzento para resíduos indiferenciados;
- A superfície desinfetada com o toalhete não deve ser submetida a qualquer tipo de secagem, porque é necessário que a superfície fique molhada durante uns minutos para se obter maior eficácia.
- Devem ser acuteladas todas as regras de segurança definidas internamente no que respeita ao armazenamento, manuseamento, diluição, e aplicação de produtos químicos.
- Deve ser garantida uma boa ventilação dos espaços durante a limpeza e desinfeção.

7. Técnicas de limpeza e desinfeção das superfícies de áreas comuns (em geral)

- A sequência das técnicas para desinfeção de superfícies é a seguinte:
 - 1º - Preparação da solução de hipoclorito de sódio (lixívia), com concentração original de 5% ou mais de cloro livre, a partir de um processo de diluição a 0,1%, a realizar na altura de utilização, na proporção de 1 parte de lixívia para 99 partes iguais de água (ver Anexo B);
 - 2º - Lavagem das superfícies antes da desinfeção com água e detergente;
 - 3º - Dispersão uniforme a solução de lixívia nas superfícies;
 - 4º - Atuação da lixívia nas superfícies durante, pelo menos, 10 minutos (importante!) (ler as instruções do fabricante/fornecedor);
 - 5º - Dispersão uniforme da solução de lixívia nas superfícies;
 - 6º - Enxaguamento das superfícies só com água quente;
 - 7º - Secagem ao naturalmente (ao ar).
- Técnicas para utilização de aspiradores:
 - Devem ser privilegiadas as técnicas mais eficientes, que garantam menor probabilidade de contágio e que não levantem o pó do chão.
 - Devem ser privilegiados aspiradores com tanque de água, que recolhem a sujidade na água - este depósito deve ser despejado entre cada uma das áreas a aspirar;
- A limpeza e desinfeção devem ser realizadas sempre no sentido de cima para baixo (o chão é o último a ser limpo).

8. Técnicas de limpeza e desinfeção de instalações sanitárias

- Devem ser utilizados panos diferentes para a limpeza e desinfeção dos lavatórios, para a limpeza e desinfeção das áreas envolventes e para a limpeza e desinfeção exterior das sanitas.
- A sequência de limpeza e desinfeção deve ser a seguinte:

- 1º - Torneiras dos lavatórios;
- 2º - Superfície dos lavatórios;
- 3º - Sanitas;
- 4º - Voltar a passar um pano humedecido com desinfetante em todas as torneiras;
- 5º - Limpar frequentemente as maçanetas das portas das casas de banho com desinfetante;
- 6º - Limpar o chão.

9. Recolha e higienização de contentores do lixo

- A recolha dos resíduos e a higienização dos contentores de resíduos deve seguir as orientações do procedimento *P.Covid19.UA.007 - Recolha e encaminhamento de resíduos*, nomeadamente:
 - A recolha de resíduos indiferenciados dos mini-ecopontos deverá ser realizada 2 vezes por dia, ao final da manhã e ao final da tarde, procedendo-se de seguida à desinfeção do interior do contentor e respetiva troca de saco.
 - Todos os resíduos dos mini-ecopontos devem ser transferidos para os respetivos ecopontos de exterior, devidamente acondicionados em sacos bem fechados, pela equipa do serviço de limpeza.
 - Em caso algum, os sacos de lixo deverão ser depositados fora dos contentores de exterior. Sempre que estiverem no limite da sua capacidade os resíduos deverão ser depositados no ecoponto mais próximo.

10. Limpeza e desinfeção de superfícies da Sala de Isolamento

- Depois da pessoa doente (ou suspeita de estar doente) sair da Sala de Isolamento e só depois, deve inicia-se os procedimentos de limpeza, nunca sem antes se adotarem os Equipamentos de Proteção Individual (EPI's) apropriados;
- A sequência de limpeza e desinfeção da Sala de Isolamento deve ser a seguinte:
 - 1º - Preparação da solução de hipoclorito de sódio (lixívia), com concentração original de 5% ou mais de cloro livre, a partir de um processo de diluição a 0,1%, a realizar na altura de utilização, na proporção de 1 parte de lixívia para 99 partes iguais de água (ver Anexo B);
 - 2º - Lavagem das superfícies com água e detergente;
 - 3º - Dispersão uniforme da solução de lixívia nas superfícies;
 - 4º - Atuação da lixívia nas superfícies durante, pelo menos, 10 minutos (importante!) (ler as instruções do fabricante/fornecedor);
 - 5º - Enxaguamento das superfícies só com água quente;
 - 6º - Secagem natural (ao ar).
- A deposição, recolha e higienização dos contentores de resíduos deve acautelar os seguintes cuidados específicos:

- Os resíduos produzidos na Sala de Isolamento, são depositados num contentor equipado com tampa acionada por pedal;
- Dentro do contentor, deve ser colocado um saco de lixo com espessura de 50 a 70 micron;
- Os resíduos serão colocados dentro do saco do lixo, até 2/3 (dois terços) da sua capacidade;
- O saco deverá ser devidamente fechado e colocado dentro de um segundo saco, também devidamente fechado, que será depositado num contentor de exterior para resíduos indiferenciados;
- O contentor deve ser criteriosamente desinfetado, após cada recolha.

11. Limpeza e desinfeção de superfícies que contenham sangue ou outros produtos orgânicos

- Na limpeza e desinfeção das superfícies de áreas que contenham sangue ou outros produtos orgânicos (vómito, urina, fezes), deve usar-se luvas resistentes, avental impermeável e óculos de proteção e seguir a seguinte sequência de técnicas:
 - 1º- Absorção máxima do derrame, com papel absorvente para não espalhar os líquidos;
 - 3º - Aplicação de solução de lixívia diluída (1 parte de lixívia em 9 partes iguais de água);
 - 4º - Atuação da lixívia nas superfícies durante, pelo menos, 10 minutos;
 - 5º - Proteção da zona afetada, com toalhetes para que as pessoas não a pisem e colocação de dispositivo de alerta (zona em limpeza de manutenção);
 - 6º - Lavagem da área suja, com água e detergente comum;
 - 7º - Enxaguamento só com água;
 - 8º - Secagem natural (ao ar).

12. Medidas de Proteção e Contenção dos Espaços Interiores

- As TL's que limpam as áreas de alimentação não podem ser as mesmas que limpam as casas de banho;
- As TL's, no período em que estão ao serviço, só podem utilizar o telemóvel exclusivamente em situações pontuais e inadiáveis;
- No que se refere aos gabinetes com um único posto de trabalho, compete ao colaborador a quem está afeto o gabinete decidir se pretende ou não que a limpeza seja feita naquele dia.
- Caso a porta do gabinete esteja fechada, a TL não deve entrar nem efetuar a limpeza.

13. Equipamentos de Proteção Individual (EPI'S)

- É obrigatória a utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) previstas no ponto B e de acordo com as instruções previstas no procedimento *P.Covid19.UA.008 - Utilização e distribuição de EPI's*.

- Para as TL's é obrigatório o uso dos seguintes EPI's:
 - Proteção do corpo adicional (bata ou fato de trabalho, de preferência impermeável) por cima da farda. A roupa pessoal deve ser trocada (sempre) pela farda e proteção adicional, dentro nas instalações da UA, antes do início das tarefas adstritas, devendo o contrário acontecer antes da saída das instalações;
 - Calçado próprio só para as limpezas;
 - Máscara ajustada à face ou viseira. A máscara deve ser mudada sempre que estiver húmida (no mínimo de 4 a 6 horas) e a viseira deve ser desinfetada no final de cada utilização;
 - Luvas resistentes aos desinfetantes, que, de preferência, devem ser usadas e colocadas no lixo, caso contrário, devem ser desinfetadas a cada dia de trabalho.
- Para os trabalhadores da equipa de jardinagem é obrigatório o uso dos seguintes EPI's:
 - Fato de proteção.
 - Máscara ajustada à face ou viseira. A máscara deve ser mudada sempre que estiver húmida (no mínimo de 4 a 6 horas) e a viseira deve ser desinfetada no final de cada utilização
 - Luvas resistentes aos desinfetantes, que, de preferência, devem ser usadas e colocadas no lixo, caso contrário, devem ser desinfetadas a cada dia de trabalho.
 - Proteção ocular.
- Em qualquer dos grupos operacionais, os EPIs devem ser removidos com cuidado para evitar a contaminação do utilizador e da área circundante.
- Deve ser comunicado, aos SGT, quaisquer violações ou irregularidades referentes aos EPI (por exemplo, rasgos nas luvas) ou qualquer potencial exposição ao vírus.
- A distribuição de EPI's de todos os Prestadores de Serviços Externos deverá ser assegurada pelas respetivas Entidades Patronais.

14. Elevadores

- O uso de elevadores só é permitido para transporte de cargas e pessoas com mobilidade reduzida, de acordo com as práticas previstas no procedimento *P.Covid19.UA.019 – Utilização de Elevadores*.

15. Vigilância médica

- Poderão vir a ser verificados sintomas associados à COVID 19, como tosse, febre, dores musculares, cansaço e dificuldade em respirar, de acordo com procedimento *P.Covid19.UA.015 - Vigilância médica*.

16. Consciencialização/Formação/Sensibilização

- Deverá promover-se a consciencialização para os seguintes aspetos:
 - Perigos/Riscos de não cumprimento das Medidas de Proteção, Prevenção e Controlo;

- Boas práticas de convivência e utilização dos espaços;
- Essa consciencialização poderá ser concretizada por afixação de cartazes, distribuição de panfletos, envio de emails, publicações no site da UA.

B. Equipamentos de Proteção Individual



Máscaras Sociais ou
Cirúrgicas
(obrigatórias)



Viseiras
(opcional e sempre
que se justifique)



Proteção Ocular
(sempre que se
justifique)



Luvas
(obrigatório para o
pessoal da limpeza
e opcional sempre
que se justifique)



obrigatório para o
pessoal da
limpeza e opcional
sempre que se
justifique ⁽¹⁾

C. Comunicação e Divulgação de informação

Divulgação de informação relativa aos Perigos/Riscos e Medidas de Proteção, Prevenção e Controlo de acordo com as orientações da Direção Geral de Saúde (DGS), nomeadamente:

- Plano de Prevenção e Atuação face ao COVID-19 atualizado;
- Procedimento de atuação em caso de suspeita de caso positivo de COVID-19;
- Procedimento de lavagem de mãos com água e sabão (DGS);
- Procedimento de lavagem de mãos com uma solução de álcool gel (DGS);
- Procedimento de etiqueta respiratória (DGS);
- Procedimento de utilização e distribuição de EPI's;
- Procedimento de recolha e encaminhamento de resíduos;
- Procedimento de utilização de elevadores;
- Planta COVID
- Recomendações da DGS:
 - Recomendações para instituições do ensino superior
(<https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/Recomendações-Instituições-do-Ensino-Superior.pdf>)
 - Recomendações Gerais
(<https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/03/Recomendações-gerais.pdf>)
 - Orientação nº 014/2020 de 21/03/2020 (<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0142020-de-21032020.aspx>)
 - Orientação nº 024/2020 08/05/2020 (<https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0242020-de-08052020-pdf.aspx>)
 - Informação da Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares com a orientação da

Direção-Geral de Saúde e a colaboração das Forças Armadas
(https://fne.pt/uploads/documentos//documento_1588760031_2211.pdf)

D. Contactos

Contacto preferencial no edifício (Pivot 1): (a definir por cada UO/Serviço/outro)

Contacto secundário no edifício (Pivot 2): (a definir por cada UO/Serviço/outro)

Contactos de Emergência:

Número Europeu de Emergência - INEM – 112

Linha SNS24 – 808 24 24 24

Grupo de Acompanhamento do COVID-19: ´

 +351 969 362 523 (das 9h00-18h00) |  covid19@ua.pt

Bombeiros Voluntários: (a definir por cada UO/Serviço/outro, consoante a sua localização)