

O SEU GUIA PARA
UMA LIMPEZA
PROFISSIONAL

Pro Formula

Diversey



SARS-COV-2 (CORONAVÍRUS) E DOENÇA COVID-19

*Guia para limpeza de Instalações
após surtos*



O SEU GUIA PARA UMA LIMPEZA PROFISSIONAL

Pro Formula

Diversey

Unilever



Procedimentos de limpeza e desinfecção para a reabertura de Instalações após fecho por surto de COVID-19

(causado por SARS-CoV-2 (coronavírus))

Sumário

Este guia fornece uma visão geral:

- Uma breve descrição da SARS-CoV-2 (Coronavírus), as suas características e medidas de prevenção para evitar o contágio.
- Indicações para as pessoas que integram equipas de limpeza e qual o equipamento de proteção individual (EPI) a usar.
- Indicações para apoiar nos processos de limpeza e desinfecção das operações quando se preparam para as reaberturas

Estes materiais são disponibilizados apenas para fins de informação geral e não substituem a responsabilidade de cada utilizador avaliar os requisitos operacionais, legais e outros aplicáveis a cada unidade.

Características SARS-Co-2 (Coronavirus)

O que é a COVID-19

As infecções respiratórias agudas são uma das principais causas de doença e de mortalidade por doenças infecciosas em todo o mundo, afetando particularmente as populações mais jovens e as mais idosas nos países de baixo e médio rendimento. Essas infecções, geralmente causadas por vírus ou, em menor escala, infecções mistas (viral e bacteriana), são, por norma, contagiosas e propagam-se rapidamente.

Sintomas

A maioria das pessoas que são vítimas de infecções respiratórias agudas tais como pneumonia, SARS-CoV, MERS-CoV e outras, desenvolvem com elevada frequência problemas respiratórios, falta de ar, febre e tosse.

Como se transmite entre pessoas

Apesar do conhecimento sobre formas de transmissão estar em constante evolução, as evidências atuais indicam que, nas infecções respiratórias agudas, incluindo COVID-19, a principal forma de contágio é através das gotículas expelidas através da tosse e dos espirros. A transmissão através do contacto com superfícies contaminadas (incluindo contaminação das mãos seguida de autocontaminação) pelas gotículas depositadas nas superfícies e na roupa pode igualmente ocorrer.

A transmissão entre utentes, clientes ou pacientes e as outras pessoas, incluindo cuidadores e prestadores de serviços, tem sido amplamente observada neste tipo de doenças. Por isso, algumas instalações têm que encerrar quando ocorrem surtos epidémicos ou pandemias.

Como se propaga a SARS-CoV-2 de pessoa para pessoa



Transmissão de pessoa
a pessoa



Através de gotículas

Acontece quando pessoas afetadas
tossem, espirram ou falam



Tocando

Superfícies ou Objetos
contaminados

Recomendações com o surto

Durante a ocorrência de um surto, as pessoas são aconselhadas a lavar frequentemente as mãos com água e sabonete líquido ou a desinfetar as mãos com um desinfetante de base alcoólica. A higiene das mãos deve ser feita preventivamente por todas as pessoas, independentemente de desenvolverem os sintomas ou não. O uso de máscaras também é recomendado às pessoas com sintomas e aos profissionais de saúde. Para o público em geral está agora aconselhado o uso de máscaras comunitárias ou mesmo obrigatório em espaços fechados ou transportes públicos.

As superfícies de contacto frequente devem ser mantidas limpas e desinfetadas. As pessoas com sintomas ou com problemas respiratórios devem ser avaliadas e deixar os seus postos de trabalho até 72 após o fim dos sintomas ou pelo menos 7 dias após o início dos sintomas.

Os principais sintomas da COVID-19 são febre, dificuldades respiratórias e tosse mas nem sempre estes sintomas se verificam. Por vezes, arrepios, dores musculares, dores de cabeça, dores de garganta e perda de sabor ou cheiro também podem ser sintoma de COVID-19.

Medidas de prevenção

As instruções que irá encontrar a seguir, visam promover a segurança individual e coletiva das pessoas em contexto de surto e devem ser seguidas por todos no período durante o qual existe o risco de propagação da doença.

Higiene das mãos

Devemos de ter uma higiene das mãos cuidada em pontos-chave a tempo de interromper a transmissão da doença a outras pessoas. A higiene das mãos deve ser assegurada imediatamente quando chegar ao local de trabalho, depois de tocar numa superfície contaminada e depois de ter estado em contato com outras pessoas.

- Lavar as mãos com água e sabonete líquido. Não há procedimento mais eficaz do que a lavagem das mãos. A lavagem tradicional é bastante eficaz na remoção de sujidade e de germes.
- Desinfetar as mãos com uma solução alcoólica caso não seja possível a lavagem ou como medida de prevenção adicional. Uma solução alcoólica elimina os microrganismos mas não retira a sujidade. Se as mãos estiverem sujas terá que ser feita uma lavagem completa das mãos.

Cobrir o nariz e boca com um lenço quando tossir ou espirrar e descartar o lenço.

Executar uma higienização das mãos após descartar o lenço. Evitar tocar nos olhos, nariz e boca quando as mãos não estão higienizadas.

- Evitar contacto com pessoas infetadas e usar máscara em caso de necessidade.
- Descartar as máscaras após a sua utilização, não partilhar máscaras e executar a higienização das mãos.
- Descartar equipamentos de proteção individual (EPI's) depois de utilização e executar a higienização das mãos.
- Recolher o equipamento de proteção individual (EPI's) reutilizável (p.ex. aventais) numa rede apropriada para levar à máquina de lavar roupa, protegida por um saco, levar para a lavandaria para tratamento e executar a higienização das mãos.

Instruções para colaboradores que executam a limpeza

Higiene das mãos – Lavar cuidadosamente as mãos com água e sabonete ou usar uma solução alcoólica antes de colocar o equipamento de proteção individual.

- As equipas de limpeza devem ter precauções adicionais como sejam EPI's – Equipamento de proteção pessoal.
- Se o equipamento de proteção individual ficar contaminado, retirar e substituir por um equipamento novo/limpo.

Recomendações de higiene para limpeza / desinfecção reforçadas:

- Colocar em prática um protocolo de limpeza e desinfecção de superfícies recorrendo a desinfetantes com eficácia comprovada e usando-os salvaguardando a segurança dos operadores e das superfícies.
- Limpar as áreas não contaminadas pela SARS-CoV-2 (Coronavírus) antes de proceder à limpeza das áreas contaminadas.
- Dar especial atenção à limpeza e desinfecção de superfícies de elevado contacto como maçanetas, corrimãos, autoclismos, torneiras, interruptores, etc.
- Remover o equipamento de proteção individual (EPI) apenas em áreas limpas e não o pousar em lado algum. O EPI reutilizável deve ser desinfetado antes da reutilização e o descartável deve ser descartado após a utilização.
- Depois de utilizados, os panos de limpeza não descartáveis devem ser colocados juntamente com a roupa suja nas redes de lavagem de roupa e ser alvo de desinfecção através de um processo de lavagem com eficácia comprovada em coronavírus.

Instruções de apoio à limpeza e desinfecção para a reabertura de uma instalação após a ocorrência de um surto de contaminação

Decisão das autoridades locais

Em caso de pandemia, as autoridades podem tomar a decisão de encerrar estabelecimentos como forma de reduzir o nível de propagação da doença. Isto significa que as instalações ficarão completamente fechadas durante um determinado período de tempo que pode chegar a várias semanas ou meses. Durante este período, os microrganismos não se propagam nessas instalações já que as zonas húmidas, assim como as superfícies frequentemente tocadas se encontram completamente secas e não há pessoas a circular.

Evidências demonstram que quer SARS, quer SARS-CoV-2 causador da doença COVID-19 apenas sobrevive durante um período limitado nestas condições. A quantidade de tempo que durante o qual o vírus sobrevive fora do corpo depende de fatores como o tipo de superfície, temperatura e humidade, entre outros. Alguns estudos revelam que os coronavírus sobrevivem em diferentes tipos de superfície por um período que vai de algumas horas até 9 dias. Após este tempo, o vírus está inativo.

Não obstante, lembre-se que poderão haver fatores que podem levar a contaminações inesperadas dos espaços. É por esta razão que se recomenda uma Limpeza de Reabertura.

Recondicionamento antes de abrir

As orientações para a SARS e agora para a SARS-CoV-2 estão concentradas em evitar o risco de ter áreas contaminadas com vírus ativos e garantir que os funcionários e clientes possam entrar com segurança no prédio e iniciar as rotinas normais no trabalho ou no lazer, como antes pandemia.

É muito importante manter a sequência das duas etapas, ao utilizar estes os procedimentos de limpeza. A escolha da metodologia de 1 ou 2 passos é diretamente afetada pelo produto com que fará a higienização.

Metodologia de 2 passos:

- Passo 1 – Limpar as superfícies. A limpeza deve ser feita seguindo a metodologia habitual, tendo em atenção que os operadores devem desempenhar este trabalho com os EPI necessários, uma vez que o risco de contaminação pode ainda existir.
- Passo 2 – Desinfetar as superfícies de contacto com um desinfetante eficaz em Coronavírus. Esta prática deve ser mantida após a reabertura se o risco de contaminação persistir.

Metodologia de 1 passo:

- Limpar e desinfetar as superfícies com um detergente desinfetante que tenha eficácia comprovada em Coronavírus. Reforçar a desinfecção nas superfícies de maior contacto. Tal como na metodologia anterior, os operadores devem desempenhar este trabalho com os EPI necessários

Princípios genéricos de limpeza:

- Limpar das zonas mais altas para as mais baixas.
- Começar na zona mais afastada da porta e ir recuando em direção à porta.
- Limpar das zonas molhadas/húmidas para as zonas secas.
- Mantenha um fluxo regular de limpeza, seguindo, por exemplo, os ponteiros do relógio de modo a garantir que nenhuma área fica por limpar.

Tratamento e ação

Para obter mais informações sobre o que fazer caso suspeite de surtos de alto risco ou apresentar sintomas de doenças respiratórias: covid19.min-saude.pt/preciso-de-um-medico/

O SEU GUIA PARA UMA LIMPEZA PROFISSIONAL

Pro Formula

Diversey

Unilever

Limpeza e desinfecção – recomendações adicionais

As recomendações que irá encontrar destinam-se promover a segurança das pessoas em caso de surto e devem ser seguidas por todos os estabelecimentos das áreas afetadas, contribuindo para eliminar a propagação do vírus de pessoa para pessoa.

Boas práticas de limpeza

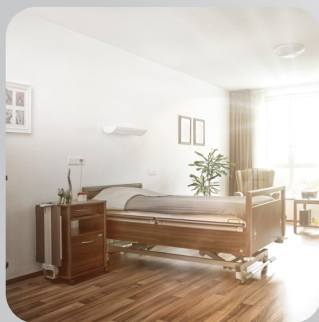
Se, após a reabertura, o risco de contaminação ainda persistir, aumente a frequência da limpeza tal col recomendado pela DSG para o seu setor de atividade. Luvas e bata deverão ser usadas para o efeito. O uso de máscara ou óculos é apenas recomendado se existir o risco de salpicos. A limpeza de instalações, nestas circunstâncias, deve ter em conta os seguintes aspetos:

- Tenha o cuidado de desinfetar todas as superfícies de contacto frequente nas zonas de trabalho, nas casas de banho e nas zonas de público.
- Se possível, disponibilize toalhetes desinfetantes ou uma solução alcoólica à entrada do edifício e em locais de maior afluência de pessoas. Em instalações médicas, devem ser disponibilizadas máscaras para os pacientes mas, em outro tipo de instalações, estas não são necessárias. Alguns destes estabelecimentos não ligados ao sector da saúde podem optar por disponibilizar máscaras gratuitamente, mas esta medida não faz atualmente parte das recomendações das autoridades de saúde.
- Limpe e desinfete frequentemente as áreas de público assim como as máquinas e os utensílios de limpeza (de várias vezes ao dia até de hora a hora, dependendo da afluência de pessoas nas instalações).

Limpeza e desinfecção de superfícies frequentemente tocadas em zonas de público

Superfícies frequentemente tocadas (maçanetas, interruptores, botões de elevadores, torneiras, corrimãos, balcões, mesas de refeição, recantos das escadas, mobiliário de zonas de público, equipamento de ginásios, etc.) devem ser desinfetados regularmente ou, quando existir sujidade visível, serem lavados e desinfetados com um detergente desinfetante eficaz em coronavírus.

Disponibilize aos seus colaboradores desinfetantes para as mãos e para as superfícies.



O SEU GUIA PARA UMA LIMPEZA PROFISSIONAL

Pro Formula

Diversey



Pro Formula fornece-lhe toda a informação e materiais relevantes que lhe permitirão implementar os corretos processos de limpeza e desinfecção da sua unidade.

Para fazer gratuitamente o download deste material visite o site www.proformula.com.

Por favor, use o Guia de Boas Práticas com os produtos recomendados para a limpeza e desinfecção de espaços e superfícies.



Por favor, veja os Planos de Higiene Pro Formula para facilmente treinar o seu pessoal e por em prática o plano nas suas instalações.



Faça o download das nossas monofolhas que irão ajudar o seu pessoal a cumprir os corretos procedimentos de higiene das mãos!



O SEU GUIA PARA UMA LIMPEZA PROFISSIONAL

Pro Formula

Diversey

Unilever



Links para a gestão de surtos, focados em doenças do sistema respiratório

Abaixo pode encontrar diversos links de entidades locais e internacionais que têm emitido documentação importante sobre a recente pandemia SARS-CoV-2 e doença Covid-19.

DGS:

<https://covid19.min-saude.pt/>

OMS:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/en/>

http://www.who.int/csr/disease/coronavirus_infections/en/

https://apps.who.int/gpmb/assets/thematic_papers/tr-6.pdf

ECDC (Europe):

<https://www.ecdc.europa.eu/en/coronavirus>

CDC (NA):

<https://www.cdc.gov/pneumonia/>

<http://www.cdc.gov/coronavirus/mers/index.html>

O SEU GUIA PARA UMA LIMPEZA PROFISSIONAL



Unilever e Diversey juntam-se para lhe trazer o melhor de dois mundos: as reconhecidas marcas Unilever aliadas a Pro Formula, uma gama completa de limpeza para profissionais HORECA com produtos fáceis de usar e guias de limpeza para o ajudar a limpar como um profissional, para que se possa focar no negócio.