

Segurança no Trabalho: Kit de ferramentas sobre COVID-19 para o Setor da Educação



Estamos aqui para ajudar.

À medida que a pandemia de COVID-19 continua, o seu sistema escolar enfrenta provavelmente diversos desafios em termos de saúde e higiene. É possível que a sua escola esteja encerrada até ao final do ano letivo ou comece agora a reabrir as portas. Quando for o momento de regressar à escola, seja quando for, os seus alunos, pais, professores e funcionários devem estar preparados para uma nova realidade. Os seus professores e funcionários vão enfrentar desafios sem precedentes, incluindo a falta de funcionários por motivo de doença, a necessidade de abordar as preocupações dos pais e dos alunos, tomar medidas necessárias para proteger a saúde de todos e novas medidas de higiene que também deve abordar.

Durante mais de 50 anos, a Tork esteve, e continua a estar, empenhada em melhorar a higiene nas escolas, proporcionando soluções de higiene completas e software de limpeza digital para melhorar a qualidade e eficácia da limpeza. A Tork disponibiliza o seu apoio a professores, funcionários e alunos de todos os níveis para garantir práticas de higiene das mãos adequadas.

Queremos partilhar os nossos conhecimentos sobre como realizar uma higiene das mãos e limpeza de superfícies adequadas na sua escola, através de orientações sobre quando e como lavar as mãos e limpar e desinfetar o seu estabelecimento de ensino, para além de como manter as estações de lavagem das mãos abastecidas e de fácil acesso e utilização.

A educação é fundamental para a sociedade e um investimento num futuro mais próspero das nossas crianças. Esperamos que se mantenha saudável e em segurança durante este período.

Atentamente,

Anna Königson Koopmans
Diretora de Marketing - Educação
Essity Professional Hygiene



COVID-19

A COVID-19 pode transmitir-se rapidamente nas escolas entre alunos, funcionários e professores através de gotículas produzidas quando uma pessoa infectada tosse ou espirra. Também é possível que se transmita através de superfícies ou objetos contaminados.

No entanto, ao seguir protocolos de higiene das mãos adequados, ao realizar procedimentos de limpeza e desinfecção frequentes e ao otimizar a colocação de dispensadores de desinfetante das mãos, pode ajudar a reduzir a transmissão de COVID-19 na sua escola. Quer a sua instituição seja um jardim de infância, escola primária e secundária, faculdade ou universidade, este Kit de ferramentas facultá-lhe os recursos necessários para ajudar a implementar as melhores práticas durante a pandemia e no futuro.



Como pode a COVID-19 ser transmitida no seu estabelecimento de ensino?



**Através do ar
ao tossir e
espirrar**



**Contacto pessoal
próximo,
como tocar ou
aperto de mão**



**Ao tocar num objeto ou
superfície com o vírus e,
de seguida, tocar na
boca, nariz ou olhos**

Higiene das mãos

Independentemente do tipo de estabelecimento de ensino que gere, seguir os princípios básicos da higiene das mãos pode ajudar a manter os alunos, professores e funcionários em segurança e a reduzir a transmissão do vírus que causa a COVID-19. Embora cada idade requiera diferentes abordagens para incentivar uma higiene das mãos adequada, aplicam-se sempre três princípios:

- Os alunos, professores e funcionários doentes não devem frequentar a escola.
- Incentive uma lavagem das mãos frequente e minuciosa.
- Certifique-se de que as estações de higiene das mãos estão abastecidas com sabonete e toalhas de mãos de papel descartáveis e que têm água quente. Secar as mãos com toalhas de mãos de papel reduz o risco de transmissão de bactérias; já os secadores de mãos com jato de ar podem disseminar elevados níveis de germes para o ar.¹ As toalhas de mãos de papel também têm outras funções, para além de secar as mãos: assoar, limpar a boca, retocar maquilhagem, necessidades médicas e ajudar a evitar tocar em maçanetas com sujidade.

Em baixo pode encontrar sugestões sobre como envolver os alunos de diferentes idades na redução da transmissão do novo coronavírus e outros agentes patogénicos.

- **Jardim de infância:** Ensine comportamentos de saúde adequados, como tapar a boca e o nariz com o cotovelo quando tosser ou espirram e lavar as mãos com frequência, colocando sinalização que incentive uma lavagem das mãos frequente. Cante uma canção enquanto lavam as mãos durante 20 segundos, no mínimo, como por exemplo “Brilha, brilha lá no céu.” Registe e recompense uma lavagem das mãos adequada e incentive os alunos a usar a aplicação Lavagem das mãos da Ella, criada pela Tork (ver pág. 4).
- **Ensino primário e secundário:** Foque-se em incentivar comportamentos de higiene adequados, tais como, tossir e espirrar para o cotovelo e lavar as mãos. Relembre os alunos que devem ser exemplos de uma boa higiene das mãos para os seus colegas e famílias, continuando as práticas de higiene em casa. Dedique aulas a ensinar a razão pela qual a higiene das mãos é tão importante. Utilize os materiais escolares da Lavagem das mãos do Max, criados pela Tork, para experiências e dicas (ver pág. 5).
- **Ensino superior:** Ensine aos alunos, professores e funcionários as técnicas de higiene das mãos depois de regressar do confinamento, durante orientações e regularmente ao longo dos semestres. Coloque sinalização atualizada sobre higiene e lavagem das mãos pelas instalações da escola, especialmente nas casas de banho. Coloque desinfetante para as mãos nas entradas e saídas dos edifícios, salas de aulas, casas de banho, zonas de cafetaria e bibliotecas com sinalização que incentive a sua utilização frequente.

As seguintes páginas facultarão recursos adicionais para o ajudar a promover uma higiene das mãos adequada em estabelecimentos de jardim de infância, ensino primário e secundário, assim como ensino superior.



A fricção ao secar as mãos com toalhas de papel remove ***ainda mais bactérias*** do que outros métodos.²

1. Redway K, Fawdar S. A comparative study of three different hand drying methods: paper towel, warm air dryer, jet air dryer. European Tissue Symposium (ETS). 2008.

2. Best EL, Parnell P, Wilcox MH. Microbiological comparison of hand-drying methods: the potential for contamination of the environment, user, and bystander. J Hosp Infect. 2014 Dec;88(4):199-206.

Jardim de infância

Ensinar uma boa higiene pode ser um desafio nos jardins de infância, mas é fundamental para ajudar a reduzir a transmissão de constipações, gripes e outros vírus, tais como, o novo coronavírus, que provoca a COVID-19. Por isso, desenvolvemos o pacote escolar da Lavagem das mãos da Ella, que inclui uma aplicação gratuita, brochuras sobre higiene, materiais educativos, para além de atividades que ajudam a tornar a lavagem das mãos mais divertida – e mais simples de ensinar e aprender.

A aplicação Lavagem das mãos da Ella e o livro de histórias da Tork foram verificados pelo Centro de Controlo e Prevenção de Doenças (CDC) para uma maior tranquilidade.

Recursos



Aplicação Aventura de lavar as mãos da Ella

[Transferir](#)



Brochura

[Transferir](#)



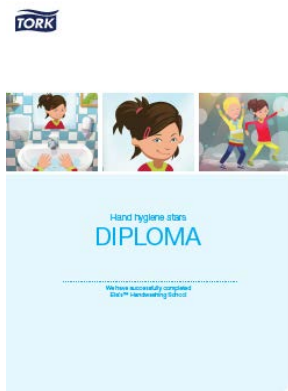
Cartaz de Lavagem das mãos da Ella

[Transferir](#)



Cartaz para colorir da Lavagem das mãos da Ella

[Transferir](#)



Diploma Stars de higiene das mãos

[Transferir](#)



Ensino primário e secundário

As crianças do ensino primário e secundário partilham salas de aulas, recreios, casas de banho e, muitas vezes, germes. Habituar os alunos a lavar as mãos de forma adequada e evitar a transmissão de doenças como a COVID-19 pode ser um desafio. A escola de lavagem das mãos do Max é uma forma simples de incentivar as crianças a lavar e secar as mãos de forma adequada. Vão realizar experiências sobre a higiene das mãos, resolver problemas e aprender dicas úteis.

Em baixo pode encontrar um livro do aluno e manual do professor para as suas aulas sobre higiene das mãos. Utilize as atividades como aulas ou trabalhos de casa. Os cartazes devem ser colocados nas salas de aula, casas de banho ou zonas exteriores de cafeteria. Recompense os seus alunos com um diploma quando dominarem as técnicas de lavagem das mãos!

Recursos




Max's hand washing school

Hand hygiene

Livro do aluno

[Transferir](#)



Max's hand washing school

Teacher manual

Manual do professor

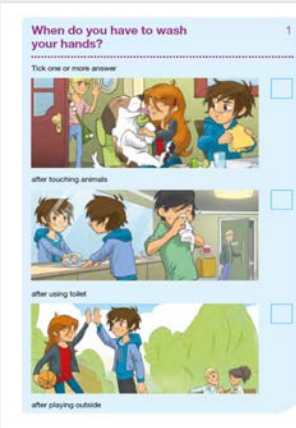
[Transferir](#)



Max says
"Always remember to wash your hands when you arrive at school"

Cartazes

[Transferir](#)



When do you have to wash your hands?

Tick one or more answer

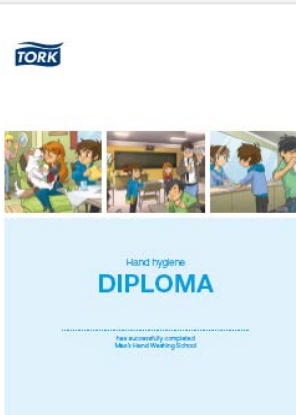
after touching animals

after using toilet

after playing outside

Cartões de atividades com experiências sobre a higiene das mãos

[Transferir](#)



Hand hygiene

DIPLOMA

The excellently completed
Max's handwashing school

Diploma

[Transferir](#)



Ensino superior

Durante e após a pandemia de COVID-19, é mais importante do que nunca praticar e promover uma higiene das mãos adequada nos campus universitários e faculdades. Estes estabelecimentos de ensino superior apresentam tráfego elevado e diversificado durante os semestres.

Alunos, professores e funcionários tocam em diversas superfícies, tais como, maçanetas, interruptores de luz e computadores. Todos devem lavar e secar totalmente as mãos com toalhas de mãos de papel com frequência e de forma adequada ao longo do dia, mas especialmente:

- Após assoar o nariz, tossir ou espirrar
- Antes e após preparar alimentos e comer
- Após ir à casa de banho
- Quando as mãos estão visivelmente sujas
- Ao partilhar equipamentos, tais como, teclados, computadores e impressoras ou ao manusear lixo

Disponibilize sempre aos seus alunos, professores e funcionários toalhas de mãos de papel descartáveis limpas e sabonete em cada casa de banho. Coloque os desinfetantes para as mãos nas entradas e saídas dos edifícios, salas de aula, casas de banho, zonas de cafetaria e biblioteca com sinalização que incentive a sua utilização frequente.

Em baixo pode encontrar algumas ferramentas e informações para incentivar uma lavagem das mãos adequada e técnicas de desinfecção entre alunos, funcionários e visitantes.



Recursos

Handwashing procedure

Wash your hands with soap, water and paper towels

Procedimento de lavagem das mãos

[Transferir](#)



Hand Sanitizing

Disinfect your hands

Procedimento de desinfecção das mãos

[Transferir](#)



Key Messages and Actions for COVID-19 Prevention and Control in Schools

March 2020

Prevenção e controlo da COVID-19 nas escolas (via OMS)

[Transferir](#)



Limpeza de superfícies

Os alunos, professores e funcionários podem contrair COVID-19 ao tocar em superfícies contaminadas com o novo coronavírus, por isso, é fundamental realizar limpezas frequentes. Aqui pode encontrar algumas recomendações para limpeza de diversas zonas no seu estabelecimento de ensino:

- **Salas de aula, bibliotecas, laboratórios, zonas de escritórios e corredores:** Garanta uma limpeza frequente de corrimãos, fontes de água, maçanetas de portas e puxadores de janelas, interruptores de luz, secretárias, cadeiras, mesas e material escolar.
- **Casas de banho e balneários:** Comece a limpeza focando-se em superfícies com menos sujidade e termine com a limpeza de sanitas e pavimento. Certifique-se de que as maçanetas, interruptores de luz, torneiras e pegas, assentos de sanita e autoclismos são limpos. Utilize mais do que um toalhete para evitar a transmissão de germes. As esfregonas e esponjas podem armazenar germes, por isso, considere a utilização de soluções descartáveis.
- **Zonas de cafeteria, cozinha e salas de convívio:** Certifique-se de que as maçanetas, interruptores de luz, superfícies de elevado contacto e contacto com alimentos, torneiras, utensílios, proteções, mesas, cadeiras, balcões e máquinas registadoras são limpos regularmente. Em primeiro lugar, foque-se na limpeza das superfícies menos sujas e termine com o pavimento. As superfícies gordurosas e oleosas devem ser limpas com água quente e detergente antes da desinfecção.
- **Ginásios:** Limpe as superfícies de elevado contacto, tais como, equipamento de ginástica, fontes de água, maçanetas e cacifos.

Em baixo pode encontrar recursos adicionais para o ajudar a garantir que o seu estabelecimento de ensino mantém a limpeza e higiene adequados durante e após a pandemia de COVID-19.



Recursos

TORK

Tork cleaning for health checklist

- Put on protective gloves and apron.
- Empty trash and recycling bins—replace liners and make sure to sanitize inside and outside of the waste bins as needed.
- Washroom Cleaning**
 - Clean and sanitize all touch surfaces with a sustainable green cleaning solution. Use a new wipe for each area to reduce cross-contamination.
 - Restock all dispensers to ensure proper hygiene and hand washing practices are followed.
 - Mop the floor using a sustainable cleaning solution, with special attention to areas around the toilets and sinks. To reduce cross-contamination consider disposable cleaning solutions.
- Dust all surfaces including doors, partitions, picture frames, table and chair legs, air vents, blinds and window sills. This will reduce allergens as well as improve indoor air quality.
- Polish and clean high-traffic surfaces such as glass/terminals, elevators, steel with sustainable cleaning solutions.
- Floor Care—vacuum furniture and fixtures as needed to reduce accumulation of allergens and improve indoor air quality.
 - Vacuum carpeted areas with vacuums equipped with HEPA filters.
 - Sweep and mop hard surfaces using sustainable cleaning solutions.

For more information visit: tork.com

Tork – Lista de verificação de limpeza relacionada com a saúde

[Transferir](#)

TORK

The Value of Data-Driven Cleaning for the Facility Services Industry

Introduction

The fact is that cleaning is essential to the success of any organization. It is not just about aesthetics; it is about health and safety. The fact is that cleaning is essential to the success of any organization. It is not just about aesthetics; it is about health and safety. The fact is that cleaning is essential to the success of any organization. It is not just about aesthetics; it is about health and safety.

Essity

A mais-valia da limpeza orientada por dados para o seu estabelecimento de ensino

[Transferir](#)

COVID-19 and food safety: guidance for food businesses

Meat guidance 7 April 2020

Background

The world is faced with unprecedented demand for the WHO's guidance on COVID-19 for food businesses. The guidance is essential to the success of any organization. It is not just about aesthetics; it is about health and safety. The fact is that cleaning is essential to the success of any organization. It is not just about aesthetics; it is about health and safety.

COVID-19 e segurança alimentar: orientações para negócios de restauração (via OMS)

[Transferir](#)

Recomendações para colocação de dispensador

Quer a sua escola esteja em funcionamento durante a pandemia de COVID-19 ou a preparar-se para reabrir, é essencial reforçar a higiene das mãos adequada entre alunos e funcionários, tornando os dispensadores de higiene das mãos acessíveis e à vista de todos. Aqui encontra alguns princípios orientadores para áreas da sua escola.

1

Entradas

Disponibilize aos alunos, pais, funcionários e professores desinfetante para as mãos em todas as entradas para incentivar a higiene das mãos. Coloque avisos visíveis que promovam uma higiene das mãos adequada.

2

Casas de banho e balneários

Certifique-se de que dispõe de diversos dispensadores para sabonete, toalhas de mãos de papel, lenços faciais e desinfetante próximo dos lavatórios e a uma altura adaptada. Os dispensadores sem toque podem reduzir as superfícies de toque e o desinfetante incentiva a higiene pessoal. Secar as mãos com toalhas de mãos de papel reduz o risco de transmissão de bactérias; na verdade, os secadores com jato de ar podem transmitir elevados níveis de germes pelo ar.¹ Disponibilizar lenços faciais pode ajudar a evitar a transmissão de agentes patogénicos. As papelarias com tampa próximas de todos os dispensadores e portas podem reduzir a contaminação.

3

Salas de aula

Coloque desinfetante para as mãos na porta e incentive os alunos a utilizá-lo ao entrar. Os lenços faciais também devem estar disponíveis perto da entrada e em zonas de aglomeração de pessoas para promover a higiene. Os toalhetes e soluções de limpeza devem estar disponíveis para limpar os computadores com frequência.

4

Biblioteca, salas de computadores e escritórios

Coloque dispensadores de desinfetante para as mãos e de lenços faciais nestas zonas de tráfego elevado. As papelarias com tampa nestas zonas podem ajudar a reduzir a contaminação. O fácil acesso a toalhetes e soluções de limpeza podem permitir a limpeza frequente de mesas, cadeiras, prateleiras, computadores e bancadas. Incentive que cada utilizador assuma a responsabilidade de limpar a sua zona de trabalho após a utilização.

5

Zonas de cafeteria e cozinhas

Disponibilize desinfetante para as mãos nas entradas. Na cozinha, certifique-se de que existem dispensadores de sabonete e toalhas de mãos nos lavatórios para lavagem das mãos. Mantenha um dispensador no balcão para toalhas de mãos descartáveis e produtos de limpeza para uma limpeza frequente, e dispensadores de desinfetante para as mãos, para promover a higiene entre transações. Disponibilize dispensadores de guardanapos individuais para que os alunos toquem apenas nos guardanapos que retiram.

6

Salas de professores e enfermaria

Coloque dispensadores de sabonete e desinfetante por cima de todos os lavatórios. Disponibilize dispensadores de toalhas de mãos de papel sem toque e papelarias próximas do lavatório. Disponibilize soluções de limpeza para promover a limpeza frequente das superfícies. Nas mesas, coloque dispensadores de guardanapos individuais e caixas de lenços faciais para melhorar a higiene.

7

Ginásios e instalações de atletismo

Ao disponibilizar postos de desinfetante para as mãos à entrada de zonas de tráfego elevado, tais como, ginásios e instalações de atletismo, pode ajudar os alunos e funcionários a prevenir a transmissão de germes.



1. Redway K, Fawdar S. A comparative study of three different hand drying methods: paper towel, warm air dryer, jet air dryer. European Tissue Symposium (ETS). 2008.