

## 1. -ORIENTAÇÕES GERAIS PARA O TRABALHO:

Lavar as mãos com água e sabão líquido ou sabão em barra e aplicar álcool glicerinado a 70% friccionando por 30 segundos:

- Antes de iniciar as tarefas de limpeza.
- Ao constatar sujeira.
- Antes e após uso de toalete.
- Após tossir, espirrar ou assuar o nariz.
- Antes de se alimentar.
- Após término das atividades.
- Não comer ou fumar quando executar tarefas de limpeza.
- Evitar o uso de bijuterias, joias e relógios durante a execução do trabalho.
- Usar uniforme durante o trabalho e o equipamento de proteção individual (EPI) de acordo com as circunstâncias de risco.
- Preparar previamente todo o material necessário ao procedimento de limpeza e desinfecção a ser executado.
- Remover o lixo do recinto, antes de iniciar a limpeza.
- Iniciar pelo mobiliário e/ ou paredes e terminar pelo piso.
- Limpar com movimentos amplos, do lugar mais alto para o mais baixo e da parte mais distante para a mais próxima.
- Começar a limpeza sempre do fundo dos recintos, salas e corredores e prosseguir em direção à saída.
- Limpar primeiro uma metade do recinto e depois a outra metade, deixando espaço livre para passagem de pessoas, remoção de equipamentos e mobiliários.

## 2. MATERIAIS E PRODUTOS DE LIMPEZA PANOS:

### EXECUÇÃO:

- Reunir o material de limpeza:
  - 2 baldes
  - Vassoura e rodo
  - 2 panos limpos
  - Água e detergente líquido
  - Pá de lixo
- Colocar o EPI (luvas, botas ou sapatos fechados e de segurança, avental ou guarda-pó).
- Preparar o ambiente para limpeza e reunir mobiliário leve para deixar a área livre.
- Encher os baldes até a metade, um com água limpa e o outro com água e detergente líquido.
- Imergir o pano no balde com solução detergente, retirar o excesso e enrolar na vassoura ou rodo.
- Passar o pano no piso, sem retirar o pano do chão, iniciando do fundo da sala e se dirigindo para a porta, de forma que todas as áreas do piso sejam limpas.

- Recolher a sujeira e jogar no lixo.
- Imergir outro pano no balde de água limpa, torcer e enrolar na vassoura.
- Retirar o sabão do piso, iniciando do fundo da sala e se dirigindo para a porta.
- Secar o piso usando o pano bem torcido.
- Limpar os rodapés.
- Recolocar o mobiliário no local original.
- Limpar o material de trabalho e guardar em local apropriado.

### **3. LIMPEZA DE PISOS**

Visa remover a sujeira mediante escovação.

#### **EXECUÇÃO:**

Reunir o material para lavagem:

- 2 baldes
- Vassoura e rodo
- Panos limpos
- Escova manual
- Água e detergente líquido
- Luvas de autoproteção
  - Colocar EPI (luvas, botas ou sapatos fechados e de segurança, avental ou guarda-pó).
  - Afastar os móveis da parede.
  - Reunir o mobiliário leve para desocupar a área.
  - Encher a metade dos baldes, um com água limpa e outro com água e detergente líquido.
  - Colocar um pano seco na entrada da sala.
  - Imergir outro pano no balde com solução detergente e, sem retirar o excesso, enrolar na vassoura ou rodo.
  - Passar o pano no piso, molhando toda a área a ser escovada.
  - Esfregar a vassoura no piso, começando dos cantos em direção à porta.
  - Retirar a água suja, com rodo, até o ralo de escoamento.
  - Repetir toda operação até que a área fique limpa.
  - Limpar os rodapés com escova manual, se necessário.
  - Enxaguar o piso até retirar todo o sabão, utilizando o pano embebido em água limpa e enrolando no rodo ou vassoura;
  - Secar o piso, utilizando um pano limpo enrolado na vassoura ou rodo.
  - Recolocar o mobiliário no local original.
  - Limpar o material de trabalho e guardar no local apropriado.

### **4. LIMPEZA DE JANELAS E PORTAS**

Consiste em retirar a poeira e manchas das janelas e portas de madeira, vidro ou metal.

## EXECUÇÃO:

Reunir o material necessário:

- Escada
- 2 baldes
- Água
- Detergente líquido
- Esponja de aço fina
- Panos de limpeza
- Espátula
- Panos de chão.
  - Colocar o EPI (luvas, botas ou sapatos fechados e de segurança, avental ou guarda-pó).
  - Preparar o ambiente para a operação; afastar os móveis e os equipamentos das janelas e portas.
  - Forrar o piso com pano de chão, colocando-o debaixo da janela ou porta.
  - Encher metade de dois baldes, um com água e outro com água e detergente líquido.
  - Imergir o pano no balde com água limpa e torcer.
  - Remover a poeira passando o pano de cima para baixo e da esquerda para a direita.
  - Imergir o outro pano no balde com solução detergente; retirar o excesso e passar no vidro, moldura da janela ou porta, soleira da janela e maçanetas.
  - Imergir o outro pano de limpeza no balde com água limpa.
  - Passar o pano em toda a extensão da janela ou porta para remover a solução

## 5. LIMPEZA DE TETOS E PAREDES

Consistem em retirar a poeira e substâncias aderidas ao teto, paredes, luminárias e interruptores.

### EXECUÇÃO:

Reunir o material de limpeza:

- Escada
- 2 baldes
- Vassoura
- 3 panos de chão
- Esponja de aço fina
- Escova
- Espátula
- Água
- Detergente líquido
  - Colocar o EPI (luvas, botas ou sapatos fechados e de segurança, avental ou guarda-pó).
  - Afastar os móveis e equipamentos das paredes
  - Forrar os móveis e os equipamentos

- Encher metade dos baldes, um com água limpa e outro com água e detergente líquido.
- Imergir um pano no balde com água limpa, retirar o excesso de água, enrolar na vassoura ou rodo.
- Retirar o pó do teto e paredes, com o pano úmido fazendo movimentos em um único sentido.
- Enxaguar delimitando pequenas áreas.
- Imergir outro pano na solução detergente, torcer e enrolar o pano em uma vassoura.
- Esfregar o pano no teto, sempre num mesmo sentido, iniciando de um dos cantos.
- Imergir o pano limpo na água limpa, torcer e enrolar na vassoura.
- Retirar toda solução detergente do teto.
- Imergir o pano na solução detergente, torcer e enrolar na vassoura.
- Esfregar o pano na parede, sempre no mesmo sentido.
- Enrolar na vassoura o pano com água limpa e retirar toda solução detergente da parede.
- Verificar se o teto e as paredes estão bem limpos, se necessário repetir a operação.
- Retirar a forração dos móveis e equipamentos.
- Recolocar o mobiliário e os equipamentos no local original.
- Limpar o material de trabalho e guardar no local apropriado.

Observações:

- Deve-se dividir o local para limpeza em pequenas áreas para que seja feito o enxágue antes de secar a solução detergente.
- Paredes: iniciar na parte superior (próximo ao teto) até a metade da parede e deste ponto até a parte inferior (próximo ao piso).
- Este procedimento deverá ser realizado mensalmente.

## **6 . LIMPEZA DE BANHEIROS**

Consiste em remover a sujeira, substâncias aderidas, detritos do teto, paredes, lavatórios, mictórios, instalações sanitárias e piso dos banheiros. Promove o controle de microrganismos, evitando transmissão de doenças, controla odores, mantém uma boa aparência e garante o conforto dos usuários.

### **EXECUÇÃO:**

Recolher o lixo (conforme rotina).

Limpar tetos e paredes (conforme rotina).

Limpar janelas e portas (conforme rotina).

Limpar pias:

Separar o material necessário:

- Panos de limpeza
- Detergente líquido
- Sapólio
- Esponja sintética
- Arame
  - Colocar o EPI (luvas, botas ou sapatos fechados e de segurança, avental ou guarda-pó).
  - Umedecer a esponja de aço e espalhar o sapólio sobre ela.
  - Esfregar a esponja sintética com sapólio na parte interna da pia.
  - Passar a esponja com detergente líquido na torneira.
  - Retirar os detritos localizados no interior da válvula, usando um gancho de arame.
  - Esfregar a parte externa da pia, as torneiras e encanamentos sob a pia com pano umedecido em água e detergente líquido.
  - Enxaguar a parte interna e externa da pia com água limpa.
  - Secar a pia com um pano seco, polindo a torneira.
  - Limpar o material de trabalho e guardá-lo em local apropriado.

#### Limpar instalações sanitárias

Separar o material necessário:

- Panos de limpeza
- Vassoura para vaso sanitário
- Escova sintética
- Baldes
- Água · Detergente líquido
- Sapólio
- Hipoclorito de sódio a 1%
  - Colocar o EPI (luvas, botas ou sapatos fechados e de segurança, avental ou guarda-pó).
  - Encher metade dos baldes, um com água limpa e outro com água e detergente líquido.
  - Dar descarga no vaso sanitário.
  - Esfregar o tampo do vaso por cima e por baixo, com a escova sintética, usando solução detergente.
  - Espalhar sapólio no pano embebido em solução detergente.
  - Esfregar o assento do vaso, por dentro e por fora com pano.
  - Esfregar a parte externa do vaso com pano embebido em solução detergente e sapólio.
  - Enxaguar o tampo, o assento, a borda e a parte externa do vaso com água limpa.
  - Jogar solução detergente e sapólio dentro do vaso, esfregando-o com vassoura e vaso, iniciando pela borda interna do vaso e terminando na saída de água.
  - Dar descarga no vaso sanitário continuando a esfregar a parte interna com vassoura de vaso, até a água ficar limpa.

- Lavar a alavanca ou botão de descarga com pano umedecido em água e detergente.
- Retirar o detergente com pano umedecido em água limpa.
- Secar o tampo e o assento do vaso sanitário com pano limpo.
- Secar a parte externa do vaso e a alavanca ou botão de descarga com pano limpo.
- Limpar o material de trabalho e guardá-lo no local apropriado.
- Lavar o piso (conforme rotina).

Observação:

- Este procedimento deverá ser realizado diariamente e sempre que necessário.

## **7- LIMPEZA E DESINFECÇÃO DE BEBEDOURO**

Visa remover poeira e substâncias aderidas no bebedouro, com o objetivo de evitar a contaminação da água.

**EXECUÇÃO:**

Separar o material necessário:

2 baldes

3 panos de limpeza

Escova para reentrâncias

Água detergente líquido

Álcool a 70%

- Colocar o EPI (luvas, botas ou sapatos fechados e de segurança, avental ou guarda-pó).
- Desligar o bebedouro da tomada.
- Encher metade dos dois baldes, um com água e outro com água e detergente.
- Imergir o pano de limpeza no balde com solução detergente e torcer.
- Passar o pano no bebedouro, fazendo movimentos retos, sempre de cima para baixo.
- Molhar a escova no balde com solução detergente.
- Utilizar a escova para lavar ao redor do dispositivo de saída da água e o acionador de água.
- Passar o outro pano com água limpa no bebedouro e remover toda a solução detergente.
- Friccionar álcool a 70% ao redor do dispositivo de saída de água, acionador de água e local de escoamento de água. Repetir o procedimento 3 vezes.
- Ligar o bebedouro na tomada.
- Limpar o material de trabalho e guardar em local adequado.