

Componente da Formação: Formação Tecnológica

Módulo: Higienização de Espaço e Equipamentos

Formadora: Marlene Santos

Limpeza e Desinfecção de Instalações e Equipamentos

Principais riscos – Princípios gerais de prevenção

1

1. Riscos de Queda ao mesmo nível

Como prevenir?

- Sempre que ocorra um derrame ou o piso esteja molhado, limpar de imediato
- Em pavimentos recém lavados deve existir um sinal de aviso com a indicação de “Pavimento molhado – Risco de Queda”
- Desobstruir as zonas de circulação e manter os locais de trabalho livres de obstáculos
- Proteger todos os cabos soltos através da colocação de calhas
- Sinalizar todos os obstáculos que não possam ser eliminados e manter níveis de iluminação adequados
- Reparar as zonas do pavimento que se encontrem danificadas
- Não utilizar roupas demasiado largas ou compridas (calças, saias, aventais, etc.); utilizar roupa de trabalho adequada
- Utilizar calçado adequado (confortável, com sola antiderrapante, saltos baixos e que não saiam facilmente dos pés)

2. Risco de Contacto com Superfícies a Temperaturas Extremas

Como prevenir?

- Limpar equipamentos e utensílios somente quando estes estejam frios

- Antes de proceder à limpeza de equipamentos como grelhas, fornos, etc., certificar-se que não se encontram quentes
- Manusear equipamentos que se encontrem quentes com luvas próprias (com isolamento térmico)
- Utilizar vestuário de trabalho adequado (calças, camisolas em algodão com mangas compridas ou proteções de braços)

3. Risco de contato com substâncias perigosas

2

Como prevenir?

- Utilizar sempre as substâncias e produtos químicos que sejam menos perigosos (dentro dos que têm as mesmas propriedades)
- Respeitar as instruções de utilização dos produtos
- Preparar os produtos respeitando as doses recomendadas pelo fabricante
- Não misturar produtos diferentes ou incompatíveis mesmo que sejam para o mesmo fim (podem ser libertados vapores nocivos)
- Ao fazer diluições com água, verter o produto sobre a água e nunca o inverso
- Manipular os produtos químicos em locais arejados (com ventilação natural ou artificial)
- Minimizar o contacto com produtos químicos através da instalação de distribuidores automáticos de detergente
- Manter as embalagens dos produtos químicos em bom estado de conservação, com o rótulo original e tapadas
- Rotular corretamente (de acordo com as informações constantes nas fichas de segurança dos produtos) todos os recipientes utilizados para aplicar produtos de limpeza
- Evitar o contacto das substâncias químicas com a pele através da utilização de luvas de proteção e utensílios para mexer as preparações.
- Utilizar os EPI's adequados a cada produto (tais como: luvas, aventais, óculos de proteção e máscaras)

4. Riscos ergonómicos

Como prevenir?

- Reduzir o esforço necessário durante o trabalho
- Usar baldes do lixo com rodas e pega (facilita a movimentação e diminui o esforço)
- Utilizar baldes ou recipientes com rodas em situações em que é necessário transportá-los com líquidos de limpeza (ex.: ao limpar o pavimento)
- Utilizar utensílios de limpeza devidamente dimensionados (evitar esfregonas, vassouras, etc., com cabos pequenos que obriguem a posturas curvas)
- Utilizar apanhadores dotados de cabo (evita posturas incorretas e o baixar constante para apanhar o lixo)
- Utilizar preferencialmente máquinas para remover resíduos, sujidade e para encerar (por exemplo: substituir a utilização da vassoura por aspiradores, utilizar máquinas para encerar o pavimento, limpar com o auxílio de máquinas a vapor, etc.)
- Não transportar cargas muito pesadas de uma só vez. Optar por fazer mais deslocações e transportar pequenas quantidades de cada vez
- Adotar posturas de trabalho corretas e seguir as regras de boas práticas para uma correta movimentação manual de cargas

3

5. Riscos elétricos

Como prevenir?

- Antes de se proceder à limpeza ou manutenção de máquinas ou equipamentos elétricos assegurar-se que se encontram desligados da corrente elétrica
- Manter todos os equipamentos, utilizados nas tarefas de limpeza, ligados à terra
- Não utilizar equipamentos elétricos em locais onde exista muita humidade, em zonas molhadas ou perto de pontos de água
- Nunca aspirar um pavimento molhado (exceto se o equipamento utilizado for especialmente concebido para tal)

- Não manusear equipamentos elétricos ligados à corrente (nem estabelecer ligações elétricas) com as mãos ou qualquer outra parte do corpo húmida ou molhada, ou sobre piso húmido ou molhado
- Não sobrecarregar as tomadas ou extensões elétricas com muitas ligações em simultâneo
- Nunca utilizar fios, tomadas ou fichas elétricas danificadas
- Nunca utilizar equipamentos elétricos com defeito ou em mau estado de conservação
- Adquirir sempre equipamentos elétricos que possuam marcação CE
- Nunca remover uma ficha da tomada em que se encontra ligada puxando pelo fio elétrico

6. Riscos térmicos – exposição a baixas temperaturas

Como prevenir?

- Nos equipamentos de frio onde possam permanecer trabalhadores devem-se orientar os difusores de modo a que o ar não incida diretamente nas pessoas
- Iniciar a limpeza das câmaras frigoríficas somente quando a temperatura estiver perto da temperatura ambiente
- Não pegar e transportar gelo diretamente com as mãos; utilizar utensílios para esse efeito (ex.: pá e balde)
- Quando houver a necessidade de permanecer no interior de câmaras frigoríficas durante longos períodos de tempo, estabelecer pausas para recuperar, em locais mais quentes, e ingerir periodicamente líquidos quentes
- Sempre que necessário utilizar vestuário apropriado para o frio (casacos térmicos, isolantes do frio e corta vento)
- Utilizar luvas adequadas (térmicas) quando se manuseiam produtos congelados ou gelo

7. Risco de corte

Como prevenir?

- Não comprimir os sacos do lixo (podem conter objetos cortantes no seu interior)
- Para fazer o transvase de lixo que se encontre em recipientes sem saco, não pegar no lixo com as mãos (utilizar luvas e despejar diretamente o recipiente do lixo para um saco próprio)
- Eliminar vidros partidos com o auxílio de utensílios adequados (ex.: pá e vassoura) ou pegar nos vidros com um papel (nunca diretamente com as mãos)

8. Risco de exposição ao ruído

5

Como prevenir?

- Ao adquirir equipamentos de limpeza, optar pelos que possuem uma menor potência sonora
- Efetuar uma manutenção adequada dos equipamentos
- Intervalar os trabalhos ruidosos com outros mais silenciosos
- Utilizar auriculares

9. Riscos biológicos

Como prevenir?

- Manusear com especial cuidado os recipientes do lixo
- Utilizar sempre luvas de proteção ao manusear os sacos que contenham lixo
- Desinfetar as mãos após o contacto com os recipientes do lixo ou após limpar ou desinfetar instalações sanitárias
- Desinfetar os baldes do lixo periodicamente
- Não comer, beber ou fumar enquanto se manuseiam produtos perigosos sem desinfetar adequadamente as mãos