

**UNIVERSITATEA DE STAT DE MEDICINĂ ȘI FARMACIE
NICOLAE TESTEMIȚANU**

Grigore Friptuleac

**Igiena instituțiilor de îngrijire a corpului
și problemele de sănătate
(Curs)**

Chișinău, 2021

CZU:613.4/.6(075.8)

F 91

Aprobat la

Autori:

Grigore Friptuleac – dr. hab. șt. med., prof. univ.

Referenți:

Nicolae Opopol – dr. hab. șt. med., prof. univ., membru-corespondent al
AȘM

Eudochia Tcaci – Director la Centrul de sănătate publică mun. Chișinău,
dr. șt. med.

Redactor: În redacția autorului

Cursul actual include problemele igienei instituțiilor de îngrijire (menținere a curățeniei) a corpului, care au o deosebită însemnătate pentru sănătatea populației. Sunt incluse cerințele igienice față de amplasarea construcția și exploatarea băilor/saunelor, saloanelor de înfrumusețare (frizeriilor, saloanelor de tatuaj), spălătoriilor, bazinelor de înot. Pe parcurs sunt descriși factorii de risc pentru sănătatea angajaților și persoanelor care beneficiază de serviciile acestor instituții, se acordă atenție măsurilor de prevenție.

Cursul este destinat studenților facultății de Sănătate Publică și altor facultăți ale USMF Nicolae Testemițanu, rezidenților, altor specialiști cointeresați.

DESCRIEREA CAMEREI NAȚIONALE A CĂRȚII

ISBN

© CEP *Medicina*, 2022

© Grigore Friptuleac, 2022

Introducere

Interrelațiile dintre starea bună de sănătate a organismului uman și igiena corporală a fost observate încă din antichitate, fapt care era susținut de Hygiea – Zeița Curățeniei, fiica lui Asclepios. În această ordine de idei este foarte interesant de amintit că, popoarele din perioada antică prețuiau baia și curățenia mult mai mult decât cei din Evul Mediu occidental. În special, triburile evreiești, dar și alte popoare din Orientul Apropiat, China Antică, aveau legi foarte stricte prin care se obliga populația să păstreze curățenia corporală. Prețuiau curățenia și vechii egipteni. De asemenea, frecvent se spălau și vechile populații europene precum celții, tracii, germanicii, balticii și slavii.

Conform datelor din literatură, la vechii hinduși spălutul în baie era una dintre cele cinci reguli zilnice, neîndeplinirea cărora era considerată ca un păcat greu. Baia regulată era practică în Roma Antică, în special, în toate orașele Imperiului Roman au fost construite băi publice.

Unele popoare cunoșteau legătura dintre igiena corporală și răspândirea bolilor infecțioase.

Necătând la faptul că, anticii prețuiau curățenia corporală, oamenii din perioada Evului Mediu – Invers. Din cauza leneviei, ignoranței, superstițiilor, chiar și prostiei, populația din acele vremuri a contribuit dezastruos în privința curățeniei și a sănătății. Consecințele erau foarte exprimate, speranța medie de viață a oamenilor nu depășea 20-25 de ani. Era extrem de înaltă mortalitatea infantilă nu doar din cauza războaielor numeroase, dar și din cauza mizeriei în care trăia populația și își desfășura activitățile. Erau răspândite multe boli infecțioase, se înregistrau frecvente epidemii de pestă, tifos, variolă, tuberculoză și holeră.

Cultura era atât de joasă încât populația își făcea nevoile fiziologice în amonteale râurilor și izvoarelor din care beau apoi apă, nu se spăla pe mâini după aceasta. Oamenii aveau și unele superstiții conform cărora reziduurile lichide și solide puteau alunga răul dacă erau aruncate în ape.

Deși biserica permanent promova curățenia, totuși spălutul corpului și parfumarea lui erau condamnate de Biserica Catolică și grupurile de moraliști, lucru considerat drept un desfrâu sexual.

Unele inițieri de igienă corporală și-au făcut apariția în Europa doar prin secolul XIII. În secolele XIII-XIX a apărut săpunul confectionat dintr-un amestec de sodă, cenușă, grăsime de oaie, uleiuri și plante aromatate.

Odată cu Revoluția Industrială din secolele XIX-XX, în Europa au avut loc schimbări progresiste în igiena corporală. Acestea s-au întâmplat grație cercetărilor și descoperirilor medicinei care au demonstrat că există o mare dependență dintre igiena corporală și starea de sănătate.

După cel de-al doilea Război Mondial, dezvoltarea tehnologiilor industriale, a domeniului de medicină preventivă, înăsprirea regulilor de igienă, activitățile de educație sanitară, fluxul de informații, au contribuit în mare măsură la dezvoltarea rețelei de băi publice, la conștientizarea populației în privința măsurilor profilactice și a importanței igienei corporale. Acestea includ o serie de practici de igienă personală: spălarea frecventă a corpului, spălarea lenjeriei și schimbarea ei cât mai frecventă, îngrijirea părului, proceduri cosmetice, călirea organismului etc.

În aceste scopuri s-a dezvoltat rețeaua publică de instituții de îngrijire a corpului. Dintre ele fac parte băile, saunele, spălătoriile, saloanele de frumusețe, frizeriile, bazinele de înot etc.

Băile publice/saunele

Băile/saunele au o deosebită importanță igienică și antiepidemică. Însemnătatea igienică a băilor/saunelor publice rezumă la prezentarea pentru populație a posibilităților largi și într-o formă destul de favorabilă de a-și menține permanent curățenia corpului, a pielii. La diferite popoare pe parcursul dezvoltării istorice s-a cultivat o intenție exprimată spre curățenia corpului, curățenia feții, mâinilor și corpului integral. În acest sens istoria problemei demonstrează că mai răspândite la diferite etape și utilizate au fost băile publice. Ulterior, locul lor încet cu încetul este substituit de saune. Baia publică prezintă un set de încăperi amenajate cu instalații speciale pentru îmbăiere. Sauna prezintă un tip de baie practică într-o încăpere cu aer supraîncălzit (70-80 °C) și cu aburi, urmată de o răcire bruscă (dușuri sau scufundare în apă rece). Prin procedeele igienice ale băii pielea își îndeplinește funcțiile sale de bază protectoare, termoreglatoare, de secreție, de excreție, respiratoare, senzitivă etc.

Spălatul corpului în baie/saună poate avea și o importanță curativă considerabilă. Temperatura înaltă a aerului provoacă sudorație intensivă, îmbăierea în apa caldă din cadă/duș poate fi folosită cu succes, în corespundere cu indicațiile medicului, în tratamentul unor maladii – reumatismul, patologiiile rinichilor, guta, nevroze etc. Baia poate diminua stările de depresie, contribuie la reducerea inflamației articulațiilor, fapt important în cazul când omul suferă de artrită sau alte boli musculare. S-a observat că băile de sare au proprietăți antiinflamatorii și pot avea efecte pozitive în cazul bolilor metabolice, precum diabetul de tip II. Practicarea regulată a băilor calde asigură o circulație mai bună a sângelui, îmbunătățește activitatea cerebrală, poate reduce tensiunea arterială și chiar poate ajuta la prevenirea unor afecțiuni cardiace grave, cum ar fi infarctul sau accidentul vascular cerebral. Este cunoscut efectul băii în ameliorarea simptomelor de răceală și gripă. Este o bună metodă de reducere a stresului și a anxietății, de a contribui la un somn mai bun. Sunt date despre acțiunea analgezică a băii, tratarea crampelor musculare,

artritei, scoliozei. În unele publicații găsim că baia fierbinte stimulează sistemul imunitar, contribuie la relaxarea sinusurilor, curățarea căilor respiratorii de bacterii, relaxarea mușchilor etc.

Băile/saunele au o mare importanță epidemiologică, în special în profilaxia pediculozei, scabiei, tifosului exantematic, tifosului recurent. La proiectarea băilor publice se prevede posibilitatea transformării lor, în cazurile necesare, în baie-filtru destinată pentru prelucrarea sanitară a persoanelor cu risc de boli parazitare. În această situație baia-filtru trebuie să dispună de intrare și ieșire separate.

Totodată băile sunt considerate ca elemente de cultură generală și de educație igienică.

Se deosebesc mai multe tipuri de băi/saune. Însă toate tipurile de băi/saune creează condiții cu temperaturi înalte a aerului. Sunt specifice instalațiile și metodele de asigurare a microclimatului încălzit.

Baia/sauna cu aburi – hamamul turcesc, cu temperatura de 40-45 °C și umiditatea relativă (f) de 90-100 %. Ea diferă printr-un microclimat moale, cu temperatura moderată și cu o umiditate relativă practic absolută. Agentul termic este aburul produs la un generator de aburi sau la un cazan de fierbere a apei instalate în afara încăperii (după pereții camerei cu aburi). Aburii trec prin țevile instalate în pereții din piatră (acoperiți cu teracotă), dușumea, șezlonguri (bănci). Acestea se stropesc cu apă care se transformă în aburi ușori cu dispersie mică. Suprafața mare a surselor încălzite permite a obține cantitatea satisfăcătoare de aburi. Aici clienții se odihnesc, își fac proceduri cosmetice, masaj, diverse aplicații, etc.

Sauna cu aburi – baia rusească ($t = 45-70$ °C, $f = 40-65$ %) constă dintr-o sobă din cărămidă care greu se încălzește dar timp îndelungat menține căldura datorită capacității înalte de termoacumulare a cărămizilor și a pietrelor instalate direct în sobă. În sauna cu aburi se permite utilizarea sobelor metalice îmbrăcate cu pereți de cărămidă sau de piatră. Cu cât mai gros va fi acest perete cu atât mai mare va fi capacitatea de termoacumulare. Aburii se obțin de la cazanul instalat pe sobă în care fierbe apa. Umiditatea înaltă se obține de asemenea prin

turnarea apei pe pietrele din sobă care sunt încălzite până la temperatura de 40-500 °C. În baia rusească microclimatul se caracterizează prin temperatura aerului medie și umiditate mare. La așa condiții aburii se condensează pe piele formând o peliculă subțire de apă. Omul simte ceva analogic cu dușul din picături mici calde. Termoconductibilitatea apei e mult mai mare decât a aerului, în așa condiții organismul se încălzește mai tare decât în sauna cu aer uscat, chiar dacă temperatura aerului este aceeași.

Sauna finlandeză – baie cu aer uscat ($t = 70-110$ °C, $f = 8-20$ %), diferă printr-o umiditate foarte mică a aerului și practic lipsa aburilor, un regim de temperatură înalt asigurat de oricare sobe care pot fi construite din cărămidă, lemn, piatră sau pot fi metalice. În construcția saunelor finlandeze se folosesc sobe electrice, încălzitoare și uneori se folosesc încălzitoare cu raze infraroșii. Pereții camerei de aburi sunt în mod obișnuit tapițate cu lemn. În interior este mai bine de folosit specii de lemn rezistenți la temperatură înaltă. Pentru a garanta parametrii speciali ai băii finlandeze, se folosește o schemă neobișnuită (nu ca una rusească). Pietrele nu sunt așezate în interiorul cuptorului, ci sunt așezate pe suprafața acestuia.

Aceste sobe se încălzesc foarte repede până la temperatura necesară, dar tot așa de repede se răcesc deoarece nu dispun de capacitate termoacumulatoare. Din cauza acestor circumstanțe pentru a încălzi organismul în aceiași măsură ca și în baia rusească este nevoie a ridica temperatura aerului până la niveluri extremale.

Baia japoneză – ofuri ($t = 40 - 60$ °C, $f = 100$ %) – este una dintre cele mai exotice tipuri de băi, o combinație între hidro- și termoterapie. Ea prezintă un butoi - ofuro încălzit (cu lemne), plin cu apă caldă. În principiu ea este o cadă cu apă caldă, de aceea acest tip de baie se mai numește baie cu apă caldă. Cada este fabricată din lemn de calitate înaltă, de regulă din chiparos japonez, cedru sau stejar. La etapa actuală căzile pot fi fabricate din acrilat, bine termoizolate. În băile publice căzile au mai multe locuri și seamănă mai mult cu mini-piscine.

Nu este destinată pentru spălare, dar numai pentru încălzirea corpului și relaxare. Spălatul corpului se face înainte de aceasta, așa că la intrarea în ofuro corpul trebuie să fie absolut curat. Aceasta permite căzii să fie folosită de mai mulți oameni. Aburii se evaporă din apa din ofuro. Se cunoaște că pielea omului în apă nu respiră, dar temperatura înaltă a apei provoacă o transpirație puternică. Apa caldă contribuie la spălarea transpirației, grăsimii și altor impurități din porii pielii.

Se mai cunosc și alte tipuri de băi: sportive, lacunicumele grecești, termele rimlene, băile lui Maslov etc.

Însă cert este că toate tipurile de băi/saune asigură temperaturi înalte chiar dacă pentru formarea unui microclimat specific se folosesc diferite instalații, metode.

Practic cerințele igienice referitoare la construcția și exploatarea băilor publice și a saunelor în mare parte coincid, fapt care argumentează posibilitatea prezentării acestor probleme în comun.

Conform recomandărilor igienice băile trebuie să fie amplasate în zona locativă a centrului populat, luând în considerație interesul populației deservite. Dar, deoarece baia poate servi ca sursă de influență nefavorabilă asupra populației din teritoriul înconjurător, este necesar ca între ea și zona locativă să fie un interval de 25-40 m (în funcție de capacitate). În cazul când în adiacență se află instituții curative sau de copii această distanță trebuie să fie nu mai mică de 50 de metri.

De regulă, băile se amplasează în interiorul microraioului, în apropierea lor se prevăd stații ale transportului urban și locuri de parcare a autovehiculelor. Capacitatea băii/saunei depinde de numărul populației din sectorul locativ deservit, de asemenea de numărul de locuri în vestiare, numărul de cabine de duș, căzi de baie etc.

Băile cu capacitatea de 20 locuri și mai mult se prevăd cu secții separate pentru femei și bărbați.

La momentul actual este oportun să ne orientăm la „Regulamentul sanitaro-epidemiologic. Cerințe sanitaro-epidemiologice către amplasarea, construcția, salubritatea, exploatarea și regimul de lucru a băilor și saunelor (СанПиН 2.1.2.3150 – 13)”, conform căruia băile trebuie

amplasate în clădiri separate, iar amplasarea lor în incinta blocurilor locative este interzisă.

La proiectarea, construirea și reconstruirea băilor/saunelor, planificarea interioară a încăperilor principale trebuie să corespundă principiului igienic de consecutivitate, care să prevadă posibilitatea mișcării clienților în flux conform schemei: vestibul, sala de așteptare, vestiar, încăperea de dezbrăcare, încăperea de săpunire, dușuri, camera cu aburi. Se recomandă ca raportul dintre locurile din vestiar, camera de săpunire și camera de aburi să constituie 100:70:20, iar în băile cu capacitatea de 50 de oameni și mai puțin – acest raport trebuie să fie egal cu 100:85:20. Vestibulul, vestiarul (pentru hainele de stradă a vizitatorilor și personalului băii), camera de așteptare sunt încăperi legate una de alta în funcție de amplasarea și destinația lor.

Vestibulul protejează încăperile băii de pătrunderea aerului rece din exterior, în el de obicei se situează vestiarul pentru vizitatori și personal, casele, chioșcurile. Aici este camera de așteptare destinată pentru a preîntâmpina supraîncărcarea vestiarului și servește pentru relaxarea de până și după spălarea în baie. Cu vestibulul comunică direct vestiarul cu cuiere, umerare, polițe pentru hainele de stradă a clienților.

Camera de dezbrăcare/îmbrăcare (vestiarul), sala de săpunire, încăperile de spălare (dușurile, camera de baie) și camera de aburi sunt încăperile de bază ale băii/saunei. Din punctul de vedere al comodității, precum și din punct de vedere igienic, față de amenajarea, capacitatea, înzestrarea și regimul de lucru a băii/saunei se înaintează cerințe sporite.

Vestiarul este o încăpere importantă a băii. Suprafața vestiarului se calculează pentru 100 % de capacitate, deoarece aici sunt deserviți concomitent atât persoanele care sau spălat, cât și acele care așteaptă. Aici sunt necesare lavoare și dușuri pentru picioare. Vestiarele trebuie să fie înzestrate cu scaune separate (nu mai mult de șase într-un rând), umerare, oglindă, cântar și foehnur (uscător de păr). Pe lângă vestiare sunt prevăzute camere pentru personalul de deservire, bloc sanitar, depozite pentru lenjerie, camere speciale pentru articole de spălat și inventarul destinat dereticării. Trebuie de menționat că în această

încăpere are loc un contact mare între persoanele care deja s-au spălat și cele care se dezbracă înainte de a intra în baie/saună, ceea ce are o deosebită importanță igienică și epidemiologică. Vestiarul se utilizează cu dulapuri individuale pentru fiecare client, cu chei, dezinfectate după fiecare vizitator.

Trecerea din vestiar în sala de săpunire trebuie să aibă 2 intrări cu coridorașe (pentru intrare și ieșire separate). Dușumeaua de lângă scaune și din coridoarele de trecere se acoperă cu covorașe de cauciuc.

Sala de săpunire se înzestrează cu bănci de dimensiunea 0,5 X 1 m (nu mai mult de 6 bănci într-un rând); distanța între scaunele din rând 5 cm, între bancă și perete 10 cm, între rândurile de bănci – 1,5 m. La fiecare 6 locuri în camerele de săpunire se prevăd hidrante, îngrădite cu ecrane de înălțimea 1,5 m. Dușumeaua din această sală trebuie să fie cu 3 cm mai joasă decât cea din vestiar pentru ca apele adunate aici să nu poată trece spre vestiar. Dușumeaua aici trebuie hidroizolată.

Încăperile de spălare includ cabinele deschise pentru dușuri și camerele de baie închise. Încăperile de spălare (săpunire) se asigură cu scaune din materiale rezistente la influența umidității și substanțelor dezinfectante. Aici se instalează robinete și camere de duș reieșind din norma de un robinet și o instalație de duș la cel mult 8 persoane. Regulamentul sanitar din România recomandă ca suprafața încăperilor cu căzi individuale să fie minimum de 6 m², iar în cabina de duș - minimum de 3 m². Concomitent în această încăpere trebuie să fie un robinet asigurat cu apă caldă și apă rece, pentru spălarea pereților, utilajului și dușumelei. Cabinele deschise pentru dușuri pot fi în sălile de săpunire și/încăperi separate. Ele se separă cu pereți cu înălțimea de 2 m, se înzestrează cu suporturi, săpuniere de perete și cuiere pentru spălătoare.

Camerele de baie închise trebuie să fie înzestrate cu instalație de duș, suporturi, săpunieră de perete și cuier pentru spălătoare. Fiecare client își aduce săpunul, șamponul, spălătorul, măștița, personale (sau este deservit cu acestea fiecare individual). Se interzice folosirea acestor dispozitive de către mai mulți clienți în grup. Vestiarele din camerele de baie închise și din cabinele de duș trebuie să fie înzestrate cu bănci pentru

dezbrăcare, oglinzi, cuiere pentru îmbrăcăminte și ștergere. În aceste camere de baie pot fi și căzi (preponderent pentru invalizi), dar de luat în considerație faptul că, spălarea în duș este mai igienică decât în cadă.

Camera de aburi este un element tradițional al multor băi/saune. Este construită din materiale termoizolatoare în scop de a asigura căldura uniform a pereților, dușumelei, tavanului și aerului. Camera cu aburi trebuie să dispună de polițe și scaune. În ea se fac polițe (bănci) într-un număr dependent de numărul de persoane ce se vor folosi concomitent de ea. În camera de aburi soba poate fi construită din cărămidă, pietre, metal (izolat cu un strat de cărămidă sau altceva izolant). Ea poate fi cu încălzire electrică. Pereții se tapițează cu lambriuri de lemn (aspen, mesteacăn sau tei). Experiența arată, că de camera de aburire se folosesc până la 10-20 % din vizitatori. Temperatura înaltă a aburilor provoacă un șir de modificări fiziologice în organism: ridicarea temperaturii corpului, accelerarea pulsului și respirației, micșorarea tensiunii arteriale, slăbirea forței musculare, ridicarea tonusului sistemului cardiovascular. Folosirea permanentă a camerei de aburi duce la antrenarea funcțiilor enumerate, la călire, iar uneori servește ca factor curativ în special la astfel de boli ca reumatismul, podagra, bolile renale, la un șir de nevroze. Poate fi practică la toate vârstele, fiind eficientă pentru a menține sănătatea și vitalitatea, a întări sistemul imunitar, a preveni și combate unele dereglări ale căilor respiratorii.

În unele cazuri pe lângă băile publice poate fi o piscină, dușuri, camere de masaj, fotarii și alte încăperi de deservire a clienților, care au un caracter sportiv și asanator.

Dacă baia dispune de o piscină (bazin), aceasta comunică prin marchiză cu camera de săpunire sau cu dușul. Pentru prevenirea răspândirii micozelor la intrarea în încăperea piscinei se prevede un duș pentru picioare cu apă curgătoare. Piscina se asigură pe perimetru cu o bordură ridicată cu 30 cm față de paviment, pistă la intrare cu lățimea de 1,5 m, pistă ocolitoare cu lățimea de 0,8 m și bănci din materiale hidroizolatoare. În piscinele cu suprafața apei de până la 100 m² în băi se instalează o scară de acces în apă cu bare, iar dacă suprafața apei este de

peste 100 m² – 2 scări. Se asigură o suprafață minimă de 5 m² pentru fiecare client. Piscinile au un regim special și trebuie să corespundă unor norme igienice de exploatare, de securitate și de calitate a apei.

În cazul saunelor în apropierea de ieșirea din camera de aburi se amplasează micropiscinile (microbazinele). Numărul lor se determină după calcul, dar nu mai puțin de o micropiscină pentru fiecare cameră de aburi. Poate fi asigurată cu instalație de hidromasaj, cu turbo jet (sistem de înot contra-curent) etc.

Se iau în considerație toate interesele clienților și de aceea se asigură diferite sisteme de îmbăiere: baia cu apă rece (15-20 °C) – de regulă se folosește pentru călirea organismului; baia cu apă caldă (30-38 °C) – majoritatea clienților o folosesc pentru spălarea corpului; baia cu aburi – cu vapori de apă încălziți la temperatura de 45-50 °C și baia cu aer cald – când se asigură temperatura aerului de 60-70 °C, folosite de obicei în saună pentru sudație.

Pentru asigurarea regimului de funcționare este importantă planificarea separată a încăperilor din clădirea băii și amplasarea lor reciprocă favorabilă. Încăperile destinate pentru proceduri de profilaxie și de asanare a vizitatorilor trebuie să fie izolate de celelalte încăperi ale băii. Băile cu 300 de locuri și mai multe trebuie să dispună de intrări separate, vestibuluri, vestiare etc. Băile și cabinele pentru dușuri se construiesc cu intrări dinspre încăperea de dezbrăcare/îmbrăcare. Edificiile pentru masaj și fotarii se amplasează pe lângă vestiare sau bazine, bufetele și cafenelele – în apropierea sălilor de așteptare. WC-urile pentru vizitatori se prevăd în sălile de așteptare și vestiare, încăperile de spălare și cabinele de duș. Deci, în băile publice se permite a amplasa mai multe încăperi pentru deservirea clienților – pentru manichiură, pedichiură, masaj, frizerie, proceduri cosmetice; spălătorii, obiective de alimentație publică, magazine, piscine – cu condiția respectării cerințelor sanitare către amplasarea, construcția, utilizarea și exploatarea acestora.

Sălile de săpunire și de spălare din baie, saunele, dușurile, de regulă au un regim umed și nu trebuie să fie situate deasupra încăperilor cu un alt regim, inclusiv a încăperii cu instalații de clorinare din subsol.

Se acordă o atenție deosebită finisării încăperilor din baie și saună. În acest scop se folosesc materiale rezistente la acțiunea umidității, temperaturii, detergenților și substanțelor dezinfectante. Pereții, tavanurile și dușumeaua trebuie să fie drepte, netede, fără crăpături, fără igrasie și mucegai, confecționate din materiale rezistente și impermeabile pentru apă. Finisarea pereților în camera cu aburi se face cu materiale inofensive pentru oameni. Pereții încăperilor de aburi din băi și din saune se finisează cu lambriuri de lemn (mesteacăn, tei, plop de munte sau zădă siberiană). Tavanul în camerele de aburi se face de asemenea din lemn – mesteacăn, tei sau plop de munte. În încăperile cu folosirea apei și regim umed pereții se finisează cu teracotă din ceramică pe toată înălțimea, cel puțin la înălțimea de 1,8 m de la dușumea, iar mai sus cu vopsea hidric rezistentă (de ulei). Pentru finisarea altor încăperi se vor utiliza materiale de construcție corespunzătoare, autorizate plasării pe piață în conformitate cu prevederile legislației RM.

Băile/saunele se asigură cu sisteme de apă caldă și rece, de canalizare, încălzire și ventilație. Acestea trebuie racordate la sistemele publice de alimentare cu apă potabilă sau la sursele proprii de apă (sonde arteziene etc.) care să corespundă cerințelor igienice față de calitatea apei potabile, conform Legii Republicii Moldova nr. 182 din 19.12.2019 privind calitatea apei potabile. Ele vor fi asigurate cu instalații interioare de alimentare cu apă și de canalizare, în conformitate cu normativele în vigoare.

Instalațiile de canalizare a apelor uzate vor fi racordate la sistemele publice, iar dacă acestea lipsesc, unitățile trebuie să-și prevadă posibilități proprii pentru colectarea, tratarea și evacuarea apelor uzate, în așa mod încât să se prevină poluarea solului, a apelor sau a aerului.

Administrația băilor/saunelor este obligată să mențină în stare bună de funcționare și în curățenie instalațiile interioare de distribuție a apei potabile și de evacuare a apelor uzate, blocurile sanitare (W.C.-uri, pisoare, lavoare), încăperile băilor/saunelor, dușurile. Conform regulamentului sanitar din România numărul minim de dotări sanitare din băile publice este 1 WC la 75 bărbați și 1:50 femei, 1 pisoar la 75 bărbați, 1

lavoar la 100 fie bărbați fie femei. Numărul maxim de persoane care pot utiliza simultan baia nu va depăși capacitatea proiectată.

În blocurile sanitare trebuie să se asigure materialele necesare pentru igiena personală (hârtie igienică, săpun, mijloace de ștergere sau uscare a mâinilor după spălare etc.). Este necesar ca în grupurile sanitare comune să nu se folosească prosoapele textile, aici se vor monta uscătoare electrice cu aer cald sau prosoape de unică folosință, din hârtie.

Personalul de îngrijire a grupurilor sanitare trebuie să fie obligator asigurat cu echipament special.

Băile, saunele, bazinele, încăperile pentru masaj uscat și subacvatic, gimnastică etc. trebuie supuse procedurilor de curățare și dezinfecție cu respectarea condițiilor respective.

În acest scop băile/saunele se asigură cu inventar de dereticare marcat în corespundere cu destinația și cu încăperile care necesită a fi curățate (veceu, în încăperile de intrare, secția de spălare, săpunire și în camera cu aburi, camera de dezbrăcare), păstrat într-o încăpere separată sau într-un dulap special. În toate încăperile băii trebuie să se mențină curățenia exemplară. Este interzisă aruncarea în instalațiile de canalizare a obiectelor ce contribuie la astuparea lor.

Pe parcursul zilei în încăperile băilor se face dereticarea curentă: se spală dușumeaua, scaunele din sala de dezbrăcare/îmbrăcare, de asemenea se spală dușumeaua și băncile din sălile de săpunire, spălare și aburire cu ajutorul furtunului. La sfârșitul zilei de lucru, în absența clienților, se face dereticarea tuturor încăperilor folosind și substanțe dezinfectante. În special, WC-urile și pisoarele se curăță și se dezinfectează folosind peria, detergenții, dezinfectantele. În calitate de substanțe dezinfectante se folosesc preparatele clorigene, foarte frecvent soluția de clorură de var. Căzile de baie, cabinele pentru duș și chiuvetele se spală cu detergent și se dezinfectează cu o substanță clorigenă, zilnic și după fiecare client.

Tot zilnic se șterge de praf mobila și pervazurile, iar obiectele aflate la înălțime și tapițeria mobilei se curăță de praf cu aspiratorul. Mobila din încăperile băilor trebuie să aibă o suprafață netedă, comodă pentru dereticarea umedă și rezistentă la prelucrarea cu substanțe dezinfectante.

O dată în săptămână se stabilește o zi pentru a face dereticarea generală, în care în toate încăperile se spală cu soluție de substanțe dezinfectante dușumelele, pereții, scaunele și băncile din sălile de dezbrăcare/îmbrăcare, de săpunire, spălare și aburire. În timpul dereticării generale se lichidează toate defectele finisării – petele, crăpăturile, găurile, de pe pereți și tavane.

Cel puțin o dată în lună se face deratizația și dezinsecția contra șobolanilor, șoarecilor, insectelor.

Echipamentele personalului și materialele pentru dereticare: cârpele, bureții, periile, ștergătoarele, zilnic se spală cu detergenți anionici, se clătesc cu apă fierbinte, se usucă și se depozitează uscate.

În baie/saună se prevede o încăpere specială pentru personalul de deservire, dotată cu dulapuri individuale pentru păstrarea separată a hainelor personale și a salopetei. Băile/saunele trebuie să dispună de un set de încăperi auxiliare destinate pentru păstrarea temporară a lenjeriei curate și celei deja folosite, pentru păstrarea substanțelor dezinfectante, a detergenților și a inventarului pentru dereticare.

Sălile de dezbrăcare/îmbrăcare și de săpunire trebuie utilizate cu recipiente acoperite pentru acumularea lenjeriei folosite, mătrițelor, altor echipamente pentru baie. Pentru depozitarea lenjeriei curate încăperea trebuie să fie echipată cu dulapuri închise sau rafturi la o înălțime de cel puțin 30 cm deasupra dușumelei, având o acoperire. Pentru a stoca lenjeria folosită încăperea de asemenea trebuie să fie dotată cu rafturi la o înălțime de cel puțin 30 cm de la podea, având o acoperire care permite curățarea umedă și dezinfectarea. În cazul în care se depozitează rufe uzate mai mult de o zi, trebuie să se ia măsuri pentru uscarea acestora.

Reziduurile solide se colectează în recipiente metalice sau în pubele, asigurate cu pungi din material plastic, fiind închise etanș, se evacuează ritmic, cu spălarea și dezinfectarea acestora după golire.

Iluminatul sălilor de baie trebuie să respecte cerințele igienice pentru iluminatul natural, artificial și combinat. În toate încăperile băii/saunei, în funcție de posibilități, maximal se orientează spre asigurarea iluminatului natural și coeficientul de luminozitate de 1:10; 1:12. Conform

NCM C. 04.02 – 2005 toate încăperile trebuie asigurate cu iluminat artificial cu intensitate suficientă și uniformă, fără a face umbră. În special, în sălile de așteptare și răcorire se recomandă nivelul de iluminat general egal cu 150 lx, în vestiare, săli de baie, de duș, cu aburi (saune) – 75 lx, în piscine – 100 lx. Încăperile cu umiditate înaltă se asigură cu corpuri de iluminat ermetice, protejate de stropi de apă.

Un element important este schimbul de aer pe cale naturală a tuturor încăperilor, iar în cele cu regim umed, pentru înlăturarea surplusului de aer cald și a umidității, este necesară asigurarea cu sistem de ventilație artificială generală. Canalele sistemului de ventilație cu aspirație și refulare trebuie curățate și dezinfectate în fiecare an. Pentru asigurarea microclimei optime în băi se permite utilizarea lor cu condiționare.

În încăperile de baie se asigură microclimatul următor: în camera de dezbrăcare/îmbrăcare – temperatura aerului de 25-28 °C, în încăperea de spălare – nu mai puțin de 25 °C.

Angajații băilor se supun examenului medical la angajare și periodic în conformitate cu prevederile legislației în vigoare. În conformitate cu prevederile Ordinului Ministerului Sănătății, Muncii și Protecției Sociale nr. 314 din 25 martie 2020 personalul de deservire a clienților băilor/saunelor se supun instruirii igienice obligatorie la angajare și periodic o dată la 5 ani.

Angajatorii sunt obligați să aibă grijă ca lucrătorii băilor/saunelor să fie vaccinați în corespundere cu calendarul de vaccinare profilactică și în funcție de indicațiile epidemiologice.

Angajații trebuie asigurați cu salopetă (echipament de lucru) și mijloace de protecție individuală.

Pe tot parcursul expunerii materialului ne-am convins de efectele pozitive ale spălării corpului în baie/saună. Dar, pentru unele stări ale organismului uman sunt și contraindicații.

Indiferent cât de util este hamam-ul turcesc sau alte tipuri de baie/saună, totuși nu totdeauna se pot vizita toate. Dar, trebuie să cunoaștem că, spre deosebire de alte băi/saune, cea turcească este mai puțin

contraindicată, deoarece ea este asociată cu o temperatură moderată a aerului și un abur ușor umed.

Principalele contraindicații, care trebuie luate în considerație în primul rând sunt procesele inflamatorii ale organelor interne (în acutizare), bolile oncologice și cele cardiovasculare. Baia cu aburi și baia cu aer cald se folosesc de obicei în saună, însă acestea trebuie folosite cu precauție, ele sunt contraindicate persoanelor cu afecțiuni cardiovasculare. Pentru aceste persoane se recomandă spălarea în duș sau în baie la temperatura apei de până la 40 °C. De asemenea, trebuie de luat în considerație faptul că baia prea caldă nu este indicată persoanelor obeze și celor cu boli respiratorii, psihice. Pe lângă acestea băile/saunele sau dușurile fierbinți sunt contraindicate femeilor gravide, pentru că apa caldă poate dăuna fătului.

Influența apei fierbinte poate să se manifeste prin dilatarea vaselor sangvine, deci și a sistemului circulator în întregime.

Baia/sauna fierbinte poate contribui la creșterea rapidă a ritmului cardiac, în unele cazuri poate provoca amețeală și chiar leșin sau senzație de sufocare și palpitații.

Aburii din baie/saună pot să ducă la unele probleme respiratorii, să afecteze oxigenarea creierului și evident persoanelor cu probleme cardiace li se recomandă să evite băile cu apă prea caldă.

Efecte negative a apei fierbinte se înregistrează și asupra pielii, contribuind la uscarea pielii, prurit și apariția dermatitelor. Deci, cu scop profilactic, baia fierbinte se face cu precauție.

Spălătoriile

Spălătoria prezintă unitatea funcțională constituită din încăperi sau construcții special amenajate, în care se desfășoară fluxul tehnologic de spălare și prelucrare ulterioară a rufelor. De serviciile spălătoriei se folosesc de regulă întreprinderile, instituțiile cu o cantitate mare de albituri (spitalele, hotelurile etc.), dar și persoanele particulare. Sunt și spălătorii departamentale (a spitalelor, hotelurilor, unor întreprinderi etc.). Normele tehnice privind serviciile de spălătorie includ

reglementarea modului de colectare și ambalare, transport, prelucrare, depozitare și returnare a lenjeriei. Scopul principal este de a diminua riscurile pentru transmiterea infecțiilor, de a proteja populația și de a preveni contaminarea mediului prin asigurarea și controlul calității precum și prin ameliorarea continuă a calității serviciilor de spălătorie. Serviciile de spălătorie acordate în aceste unități reprezintă ansamblul activităților desfășurate în scopul gestionării și prelucrării rufelor, începând cu momentul colectării celor murdare și până la momentul predării produsului finit înapoi clienților. Indiferent de forma de activitate ele trebuie să fie autorizate ca spălătorii de autoritățile de sănătate publică teritoriale.

Blocul spălătoriei se asigură cu sisteme centralizate de aprovizionare cu apă rece și caldă, canalizație, încălzire, ventilație. Calitatea apei trebuie să corespundă cerințelor Legii Republicii Moldova nr. 182 din 19.12.2019 privind calitatea apei potabile.

Se recomandă a amplasa spălătoria în zona comunal-depozitară a centrelor populate, într-o clădire separată. Sectorul spălătoriei trebuie să dispună de o zonă de gospodărie cu teren pentru descărcarea și încărcarea rufelor. Prin urmare, teritoriul trebuie să aibă dimensiuni suficiente. De exemplu, pentru fabrici-spălătorii și fabrici-curățătorii este necesar 0,5-1 ha pentru construcții. Dimensiunile sectoarelor de pământ depind de capacitatea spălătoriei, însă densitatea construcției nu trebuie să depășească 35 %. Zona de protecție sanitară este minimum de 50 m. Punctele separate de recepție și livrare a rufelor pot fi încorporate în blocurile locative și trebuie amplasate uniform pe întreg teritoriul centrului populat, preferabil în apropierea nemijlocită de locuințe. În dependență de înzestrarea cu utilaj și caracterul spălării lenjeriei, cel mai mult corespund cerințelor actuale spălătoriile, în care aproape toate procesele sunt mecanizate.

Planificarea spălătoriilor trebuie să asigure respectarea următoarelor reguli: a) încăperile, prin care trece lenjeria murdară (sala de așteptare, sala de recepție, sala de sortare), trebuie să fie izolate de toate celelalte încăperi; b) încăperile „murdare” trebuie să fie asigurate cu ventilație

individuală de extracție; c) încărcarea lenjeriei infectate în mașinile pentru dezinfectarea și fierberea ei în aburi trebuie să se efectueze din sala de sortare; d) scoaterea lenjeriei dezinfectate din mașina de dezinfectare și fierbere în abur trebuie să se efectueze din partea secției de spălare.

Înălțimea încăperilor spălătoriei în blocurile cu un etaj depinde de capacitatea ei: până la 500 kg de albituri uscate în schimb – nu mai puțin de 3,6 m; 1000 – 3000 kg – nu mai puțin de 4,2 m; 5000 kg – nu mai puțin de 5,4 m.

În dependență de destinația funcțională, toate încăperile pot fi împărțite în încăperi de producere și auxiliare, dar cu respectarea unui circuit giratoriu, cu flux strict (continuu) al rufelor, încât lenjeria curată să nu se întâlnească cu cea murdară.

Pentru finisarea pereților se folosesc materiale (teracotă, vopsea etc.) rezistente la apă, temperatură înaltă, detergenți și substanțe dezinfectante.

Din primul grup de încăperi fac parte cele pentru recepție, marcare, evidență, sortare și păstrare a lenjeriei murdare (de regulă aceste operații se execută anticipat la punctul de recepție) și, de asemenea, sala de așteptare a vizitatorilor.

De la punctele de recepție lenjeria se transportă spre spălătorii în saci sau pachete închise.

Ambalarea lenjeriei murdare se face în funcție de gradul de risc: – ambalaj dublu pentru lenjeria contaminată; – ambalaj simplu pentru lenjeria necontaminată. Sortarea lenjeriei se face în zona murdară din spălătorie. La efectuarea acestui lucru sunt factori de risc biologic și chimic pentru sănătate. În special, lenjeria murdară poate găzdui peste 10 mln de microorganisme care efectiv conviețuiesc cu noi, dar pot fi și unele patogene ca agenții dizenteriei, bolilor diareice acute, tuberculozei etc. diferite virusuri. Aceste microorganisme prefera mediile calde și umede. Pe lângă aceste microorganisme, în lenjeria murdară există o mare cantitate de celule moarte ale propriului nostru corp, se creează condiții pentru dezvoltarea acarienilor. Aceștia pot declanșa alergii,

eczeme, rinite, astm, prurit, tusă etc. De asemenea lenjeria murdară poate fi cauza unor afecțiuni grave ale pielii.

Pentru a evita aceste influențe negative, evident, este indicat să fie curățată permanent lenjeria. Spălarea se face la temperatura apei de cel puțin 40 de grade și de cel puțin o dată în săptămână după folosire.

Lenjeria recepționată se sortează pe diferite tipuri de articole pe banda sau masa de sortare (de exemplu: fețe de pernă, cearceafuri, pijamale, cămăși de noapte, uniforme, costume, haine etc.). Depozitarea lenjeriei murdare ambalate se face pe secție într-un spațiu în care pacienții și vizitatorii nu au acces. Se limitează timpul de depozitare a lenjeriei ambalate în punga de polietilenă la maximum 24 de ore. Personalul care lucrează în zona murdară trebuie să poarte halate sau uniforme de altă culoare față de uniformele folosite în zona curată pentru a se reduce riscul de contaminare. Personalul care sortează lenjeria trebuie să poarte echipamentul de protecție (șorțuri, mănuși rezistente la acțiuni mecanice, ochelari de protecție, măști, cizme de cauciuc, bonete, conform prevederilor normativelor în vigoare. Vestiarul (0,3 m² pentru fiecare lucrător) și dușurile trebuie să fie separate pentru personalul din secția murdară și pentru cei din secția curată.

Urmează încăperile pentru spălarea, clătirea și scursul lenjeriei. În încăperile pentru spălarea rufelor este necesară hidroizolarea dușumelei și a pereților. Suprafața dușumelei trebuie să fie netedă și cu înclinare spre orificiul de scurgere în sistemul de canalizație.

Procesul de spălarea în mașina de spălat, indiferent de tipul acesteia, cuprinde următoarele etape: prespălarea, dezinfectarea (pentru rufele contaminate), spălarea principală, clătirea și stoarcerea. Utilajele tehnologice folosite în procesul de spălarea trebuie să fie avizate sanitar. Soluțiile de detergenți și dezinfectanți se prepară într-o încăpere specială și se transmit spre mașinile de spălat printr-un sistem centralizat. Detergenții, aditivii și dezinfectanții chimici utilizați în timpul procesului de spălarea trebuie să fie avizați sanitar. În această secție se asigură păstrarea corectă a mijloacelor de spălat, pregătirea soluțiilor, depozitarea altor materiale. La etapa de prespălarea are loc diluarea și suspendarea unei mari părți de

particule de murdărie într-o soluție de apă cu detergent. Apa de prespălare este apoi evacuată. În timpul prespălării se poate adăuga substanța dezinfectantă. Și la etapa de spălare principală continuă diluarea și suspendarea particulelor poluante până la îndepărtarea completă a petelor și murdăriei. În timpul spălării principale are loc decontaminarea termică a lenjeriei, care este realizată, spre exemplu, prin supunerea lenjeriei la temperatura de 90 °C timp de 10 minute.

La această etapă a procesului tehnologic se păstrează același pericol pentru sănătate ca și la etapa de recepție și sortare a lenjeriei. Însă în acest caz se adaugă încă și pericolul chimic determinat de necesitatea folosirii detergenților și dezinfectantelor. Din această cauză personalul poate suferi de alergii cutanate și a sistemului respirator. Angajații pot suferi de dermatite, bronșite cronice, rinite, astm bronșic etc.

O atenție deosebită se acordă personalului din secțiile umede, care este supus unei temperaturi ridicate, unei umidități mari, contactului permanent cu apa, săpunul, diferiți detergenți, precum și efortului fizic. Aceste condiții în ansamblu, pot favoriza dezvoltarea a astfel de afecțiuni ca bolile reparatorii, bolile de piele, ginecologice, varice etc.

La locurile de muncă se asigură parametri optimali ai microclimatului, zgomotului, vibrației și concentrației de poluanți.

Ultima etapa a procesului de spălare este clătirea, în timpul căreia se îndepărtează de pe lenjerie substanțele alcaline, detergenții și alți aditivi folosiți în timpul spălării.

Apele reziduale se tratează la stația de epurare a spălătoriei, după ce pot fi evacuate în rețeaua de canalizare urbană.

Lenjeria trece apoi în secția de uscare și călcare, în continuare în încăperile de sortare, ambalare și reparație. Ulterior procesul tehnologic include încăperile de păstrare, de eliberare a lenjeriei, sala de așteptare (secția de eliberare a lenjeriei).

Din componența încăperilor auxiliare ale spălătoriei comunale fac parte de asemenea atelierul de reparații mecanice, laboratorul, depozitul pentru inventarul de dereticare, încăperea pentru dispecer, vestiarul, camera de odihnă, dușurile, veceul pentru personal. Camera pentru luarea

mesei de către personal se prevede cu o suprafață de 1-2 m pentru o persoană, dar nu mai mică da 12 m².

În toate încăperile zilnic se face dereticarea umedă, iar curățenia generală se face o dată în lună. Inventarul pentru dereticare trebuie să fie marcat și să se păstreze într-o cămăruță sau dulap special.

Toate încăperile spălătoriei trebuie să fie iluminate și ventilate conform cerințelor igienice în vigoare pe cale naturală și/sau artificială. Pentru încăperile de bază cum sunt spălătoria, uscătoria, călcătoria, în care se produce abur, este obligatorie asigurarea cu ventilație mecanică.

Este necesară educarea și formarea profesională continuă a personalului implicat în serviciile de spălătorie: – la angajare; – la preluarea unei noi sarcini de serviciu;– în privința echipamentelor și tehnologiilor noi etc.

Personalul spălătoriilor trebuie să treacă controlul medical obligatoriu la angajare și periodic o dată în 2 ani – examen radiologic, la terapeut, la dermatovenerolog, iar examenul de laborator anual. Rezultatele examenelor medicale se fixează în carnetul medical individual al angajatului.

Saloanele de înfrumusețare.

Frizeriile, cabinetele cosmetice.

Saloanele de înfrumusețare a corpului sunt diferite, în funcție de serviciile acordate. În aceste edificii se acordă mai multe servicii – frizură, aranjare, ondulare chimică și alte pentru îngrijirea părului; vopsirea și alungirea sprâncenelor, genelor, machiaj; curățarea igienică a feței, exfolierea, epilarea, aplicarea măștilor cosmetice, extracția punctelor negre, tratamentul cu compuși alfa-hidroxil, alte proceduri cosmetice; masajul feței și a gâtului; manichiură, pedichiură; tatuaj, piercing etc.

Mai frecvent aceste servicii se efectuează în complex în saloanele de înfrumusețare, în frizeriile mari sau separat în frizerii și cabinetele cosmetice.

Atunci când aceste servicii se acordă în saloanele de înfrumusețare sau în frizerii, acestea trebuie să aibă în componență sala de așteptare;

cabinetele: cosmetice fără afectarea tenului, de masaj, pedichiură, manichiură și de înfrumusețare corporală; încăpere pentru lucrările de freză.

În cabinetele cosmetice, se îndeplinesc procedurile de caracter igienic și decorativ. Personalul (specialiștii) cabinetelor cosmetice trebuie să dețină studii medicale și certificatul specialistului în domeniul dat de activitate.

Persoanele cu boli parazitare, afecțiuni purulente și micotice ale pielii, stare de ebrietate, sunt refuzate de a fi deservite.

Pentru amplasarea frizeriilor, cabinetelor cosmetice, se selectează încăperile nelocative separate sau anexate, înglobate în blocurile locative și publice. Este rațională amplasarea lor în componența întreprinderilor de deservire socială, centrelor comerciale, centrelor de frumusețe și sănătate, băilor, hotelurilor, în casele de odihnă, sanatorii, internate, aziluri; în instituții curativ-profilactice (staționare) ș.a. Se recomandă amplasarea lor la primul etaj al blocurilor locative și socio-culturale, cu intrare separată și ventilație izolată.

Se interzice amplasarea frizeriilor în subsolurile blocurilor. Utilizarea subsolurilor pentru aceste unități pot fi doar în calitate de încăperi auxiliare – magazii, vestiare, depozite, spălătorii. Însă aici este interzisă păstrarea lichidelor ușor inflamabile.

Acestea pot fi amplasate și în demisolurile blocurilor locative și publice cu condiția că, dușumeaua lor este amplasată nu mai mult decât cu 0,5 m mai jos față de nivelul trotuarului, înălțimea încăperii este nu mai mică de 2,7 m și dispun de avizul sanitar privind corespunderea normelor de iluminare naturală, argumentate prin calcule.

Amenajarea și utilizarea încăperilor în privința particularităților arhitecturale și de construcție depind de lista serviciilor acordate și potențialul lor. În frizerie se prevăd mai multe încăperi: sala de așteptare și vestiar pentru vizitatori (nu mai puțin de 6,0 m²), loc de muncă al frizerului (6,0-8,0 m² pentru 1 loc), încăperi pentru spălarea și vopsirea părului, ondularea chimică a părului, cabinet cosmetic – 12-16 m² (pentru pedichiură, masaj, lucrări de freză), spălătorie, încăperi pentru odihnă și

luarea mesei, încăperi auxiliare (depozite pentru rufe, inventar sanitar, deșeuri), încăperi pentru păstrarea detergenților și dezinfectanților, grup sanitar pentru vizitatori și personal, biroul administratorului.

Încăperile de bază ale frizeriilor trebuie să dispună de înălțimea nu mai mică de 3,0 m, iar cele auxiliare - nu mai mică de 2,7 m. Înălțimea încăperilor frizeriilor poate fi nu mai mică de 2,7 m dacă capacitatea acesteia este de până la 3 locuri de muncă.

Cabinetele cosmetice trebuie amplasate în încăperi izolate. În ele pot fi până la 3 locuri de muncă, dar separate prin intermediul pereților cu înălțimea de 1,8-2,0 m. Cabinetele de pedichiură trebuie să dispună de cel puțin 2 băi pentru picioare asigurate cu apă rece și caldă, rețea de canalizare – centralizate.

Dacă frizeria dispune de până la 3 locuri de muncă, apoi în ea se admite o chiuvetă pentru spălarea părului și un uscător, un loc de muncă pentru manichiură cu condiția că există o suprafață suplimentară nu mai mică de 6 m².

Utilajul frizeriei include mobila confecționată din materiale, care pot fi supuse prelucrării cu detergenți și soluții dezinfectante. Locurile de muncă a frizerilor constau din fotolii și mese de toaletă cu chiuvete pentru spălarea părului. Între fotolii (locuri de muncă) se lasă o distanță de 1,8 m, iar între fotolii și perete – 0,7 m. Dacă fotoliile sunt amplasate în câteva rânduri, apoi între rânduri este necesară o distanță de cel puțin 1,8 m.

Pentru spălarea mâinilor meșterilor și instrumentelor folosite la prestarea serviciilor, în frizeriile pentru femei și bărbați, în cabinete de manichiură, pedichiură, alungire a unghiilor, genelor, sprincenelor, vizaj ș.a., se instalează chiuveta racordată la rețelele centralizate de apeduct și canalizare.

În frizerii obligator trebuie să fie încăperi socio-igienice și auxiliare - vestiare, camere de odihnă și luarea mesei, WC-uri, depozite, încăperi pentru păstrarea inventarului, deșeurilor, părului tuns. Dacă frizeria dispune de până la 5 locuri de muncă și în ea se respectă cerințele sanitaro-epidemiologice, apoi se permite combinarea camerei pentru luarea mesei cu vestiarul pentru personal, a antreului cu vestiarul pentru vizitatori și

sala de așteptare. Dacă în frizerie sunt mai mult de 5 locuri de muncă, apoi WC-urile pentru personal și vizitatori trebuie să fie separate. Fiecare angajat trebuie să-și păstreze îmbrăcămintea și încălțăminte de schimb în dulapuri individuale separate.

Frizeria trebuie să dispună de depozite separate pentru păstrarea rufelor curate și celor folosite, preparatelor cosmetice, detergenților, dezinfectanților. Pentru păstrarea rufelor curate și preparatelor de parfumerie și cosmetice în aceste depozite trebuie să fie polițe și dulapuri, iar pentru păstrarea rufelor murdare – lăzi acoperite.

În frizerii se admite spălătul rufelor utilizate și îmbrăcămintei de lucru dacă există o încăpere specială (mini-spălătorie) conectată la rețelele de apeduct și canalizare și utilată respectiv.

Pentru lucrările de frezat se alocă încăperi izolate cu suprafața a unui loc de muncă nu mai mică de 8 m². Părul tuns trebuie colectat și păstrat temporar până la evacuare în vase ermetice acoperite cu capac.

Pentru dezinfecția aerului în cabinetele cosmetice trebuie instalate lămpi bactericide ultraviolete de tip închis, puse în funcție doar de persoane instruite. Regimul de lucru a fiecărei instalații bactericide trebuie luat la evidență și înregistrat într-un registru special.

Pereții se finisează cu teracotă sau vopsea de ulei de nuanțe deschise, iar dușumeaua – cu linoleum sau relon, suturile obligator se sudează. Nu se permite finisarea dușumelei cu covoare de polivinilclorid. Acestea se permit doar în holuri, coridoare, sălile de așteptare.

Toate suprafețele privind pereții, tavanul, dușumeaua și ale mobilei trebuie să fie netede, ușor accesibile pentru dereticarea umedă, rezistente la prelucrarea cu detergenți și substanțe dezinfectante.

Conform cerințelor igienice frizeriile trebuie să fie asigurate cu sisteme interne de apeduct, obligator conectate la rețelele de apă caldă și canalizare. În cazul lipsei rețelei centralizate frizeriile pot utiliza apa din apeductul alimentat din sursele locale. Dacă lipsește apa caldă centralizată se admite folosirea sistemului local de încălzire a apei.

Calitatea apei trebuie să corespundă cerințelor igienice față de calitatea apei potabile, conform Legii Republicii Moldova nr. 182 din

19.12.2019 privind calitatea apei potabile.

Frizeriile și cabinetele cosmetice trebuie să fie asigurate cu sistemele de încălzire și ventilație, asigurând normele parametrilor microclimatici: temperatura aerului în perioada rece – 21-23 °C, în perioada caldă – 22-24 °C; umiditatea relativă – 40-60 %, viteza de mișcare a aerului – 0,1 m/s. Diferența temperaturii aerului pe orizontală și pe verticală nu trebuie să depășească 2 °C.

Suprafața surselor de încălzire trebuie să fie netedă, să permită curățarea umedă, inspectarea și repararea.

În unitățile care oferă servicii de coafură și servicii cosmetice este necesar sistemul de ventilație general, izolat de sistemele de ventilație ale blocurilor locative și publice. Dacă numărul de locuri de muncă din frizerii și cabinete cosmetice nu depășește 3, se permite schimbul de aer neorganizat prin ventilație naturală. În încăperile de extensie a unghiilor este necesară ventilație mecanică locală.

Iluminatul la locurile permanente de muncă a frizerilor, specialiștilor de manichiură și pedichiură, în cabinetele cosmetice, trebuie să fie pe cale naturală. Conform regulilor igienice, la aceste locuri de muncă coeficientul de iluminare naturală (CIN) trebuie să fie nu mai mic de 1,5 %, în sălile de frizerie – nu mai mic de 1 %. Pentru asigurarea iluminatului natural normal adâncimea încăperilor față de ferestre se admite nu mai mult de 6 m.

În cazul iluminatului natural insuficient și în perioada întunericului, se recurge la iluminatul artificial care trebuie să asigure pe suprafețele de lucru a frizerilor nivelul de 400 lx, iar în cabinetele cosmetice – 500 lx. Deci, la toate locurile de muncă trebuie prevăzută iluminarea combinată (generală și locală).

În frizerii și cabinetele cosmetice există un pericol major de transmitere a diferitor infecții. În primul rând trebuie de menționat că în frizerie și cabinetele cosmetice mai frecvent pot fi răspândite micozele și infecțiile stafilococice. Micozele se manifestă prin eczeme pe piele, durere și prurit locală. Bacteria *Staphylococcus aureus* poate afecta pielea, țesutul subcutanat, căile respiratorii, scheletul etc. De regulă

bacteria este transmisă prin peria de păr, foarfeca și mașina de tuns, afectând mai deseori pielea de pe cap și provocând furuncule, acnee, foliculite, orjelet (urcior), etc. Numărul persoanelor care dezvoltă micoze și alte boli ale pielii capului crește îndeosebi în perioada caldă a anului. Nerespectarea regulilor igienice în frizerii poate contribui la răspândirea scabiei, păduchilor, gripei, bolilor intestinale acute etc.

Pot fi probleme de sănătate de asemenea în rezultatul procedurii de manichiură sau pedichiură, deoarece instrumentarul respectiv nedezinfectat poate infecta unghiile și contribui la dezvoltarea panariții (infecție a pielii, care afectează partea bazală a unghiei, cuticula. apare mai frecvent la mâini și mai rar la picioare), piodermitei, micozelor.

În cazul leziunilor, atât în frizerii, cât și în cabinetele cosmetice, instrumentele nesterilizate intră în contact cu sângele clienților și pot transmite hepatitele B și C, HIV și alte infecții grave.

Din această cauză în aceste edificii este necesară respectarea curățeniei. Curățarea se referă la îndepărtarea murdăriei, părului, unghiilor împreună cu bacteriile, virușii, fungii, de pe fiecare suprafață în parte.

Deservirea clienților se face doar cu lingerie curată. Trebuie asigurată o rezervă de lingerie curată (ștergare, șervețele, cearșafuri) în cantitate, care ar putea asigura folosirea individuală pentru fiecare client. Se depozitează separat lărgia curată, produsele cosmetice și de parfumerie, detergenții și preparatele biodistructive.

Spălarea lărgiei și a îmbrăcăminte speciale de lucru trebuie să fie centralizată.

Pentru înlăturarea părului frezat de pe gâtul și fața clientului se folosește un șervețel individual curat sau vată, se interzice folosirea pămătufulilor. Părul frezat se adună în vase ermetice (pachete de polietilenă de unică folosință pentru gunoi sau saci de hârtie-Kraft), apoi se închid, se leagă, se păstrează în magazie și se evacuează (sau se utilizează) în regim special conform regulamentului igienic.

Se recomandă efectuarea dereticării umede a încăperilor nu mai rar de 2 ori pe zi cu folosirea detergenților, iar la finele zilei de muncă – inclusiv cu preparate biodistructive. O dată pe săptămână în toate

încăperile frizeriei și cabinetelor cosmetice trebuie de efectuat curățenia generală, când se spală și se prelucrează cu soluții dezinfectante pereții, dușumeaua, ușile, mobila și utilajul.

În scopul dereticării încăperilor principale și auxiliare, precum și a WC-lor se alocă inventar separat, marcat și păstrat izolat în locuri destinate special. La finele dereticării inventarul trebuie prelucrat cu detergenți și preparate dezinfectante, apoi se usucă.

Dar, este obligatorie și dezinfecția profilactică în frizerii și cabinete cosmetice pentru a asigura reducerea contaminării microbiene a suprafețelor, mobilei, echipamentelor, aerului, instrumentelor, lingeriei și altor obiecte, utilizate în lucru. În scopul dezinfecției se folosesc metode fizice (abur, aer uscat) și/sau produse biodistructive admise pentru utilizare în conformitate cu prevederile Regulamentului sanitar privind stabilirea condițiilor de plasare pe piață a produselor biodistructive. Există lista preparatelor dezinfectante aprobată de Ministerul Sănătății.

Materialele poroase, inclusiv prosoapele, mănușile, căciulițele, peletinele, cearșafurile, șervețelele sunt de unica folosință. În acel caz când acestea necesită să fie spălate, ele se spală cu soluții pe bază de clor la temperatura de peste 90 de grade. Dacă clientul suferă de anumite boli de piele, are răni care sângerează, materialele trebuie obligatoriu aruncate după folosire.

Cel mai rațional este de a folosi instrumentele de unica folosință, sterilizate în aparate speciale – sterilizatoare, autoclave. Materialele nonporoase (forfecuțele, pilele, unghiarele, frezele, etc.) după sterilizare trebuie să fie împachetate individual în ambalaje aprobate pentru sterilizare sau în seturi care sunt folosite pentru o singură procedură. Pe ambalaje trebuie să fie înscrise data sterilizării și numele persoanei care a efectuat sterilizarea. Pila de unghii pentru fiecare client este de unica folosință, fiind înainte de folosire sigilată într-un plic special, în urma procedurilor de sterilizare. Sterilizarea se face de asemenea prin scufundarea tuturor instrumentelor utilizate în cadrul salonului de frizerie sau saloane de frumusețe, într-o soluție de sterilizare, pentru o perioadă de cel puțin 15 minute. Dezinfectate trebuie nu doar instrumentele de tuns

și cel pentru manichiură, dar și pensulele pentru machiaj. Dezinfectarea se face după fiecare procedură.

Concomitent, în cazurile necesare, se face deratizația și dezinsecția. Rozătoarele și artropodele domestice (insecte, căpușe) nu sunt permise în toate încăperile principale și auxiliare.

O deosebită atenție se acordă protecției sănătății angajaților. Frizerii și specialiștii în cosmetologie sunt supuși influenței diferitor substanțe chimice precum clorul, ozonul, pulberii de păr, detergenții, lanolina, vaporii de parfumuri, activitatea lor se caracterizează prin încordarea mâinilor și degetelor. Cel mai frecvent ei pot suferi de examă, dermatite profesionale, micoze. Substanțele chimice deseori le provoacă alergoze sub formă de bronșite cronice cu component astmatic, astm bronșic, rinite alergice, reacții cutanate etc. Lucrul în picioare contribuie la dezvoltarea varicozei. În acest context angajații cabinetelor de înfrumusețare, inclusiv a frizeriilor, cabinetelor cosmetice sunt obligați să susțină examenul medical la angajarea în câmpul muncii și periodic. La examenul preventiv frizerii și specialiștii în manichiură și pedichiură trec examenul microradiografic, la dermatovenerolog, terapeut, investigații la sifilis și gonoree, iar la cel periodic – terapeutul și microradiografic o dată în an, dermatovenerologul – de 2 ori în an.

Angajații trebuie să dispună de fișă medicală personală, în care să fie introduse datele despre rezultatele examenelor medicale, analizelor de laborator, atestarea igienică și inscripția „admis” la muncă. Persoanele, care se angajează la lucru, sunt obligate să treacă o instruire igienică profesională și să dispună de atestare în regimul stabilit.

Administrația saloanelor de înfrumusețare, frizeriei și cabinetelor cosmetice este obligată să contribuie la efectuarea examenelor medicale a tuturor angajaților și să ducă evidența lor strictă. Aceștia trebuie să asigure condițiile favorabile de muncă pentru prevenirea impactului negativ a factorilor de risc asupra sănătății angajaților. De asemenea ei trebuie să asigure angajații cu îmbrăcăminte și mijloace de protecție individuală.

Este obligator pentru angajați să respecte regulile de igienă personală.

În special, ei trebuie să păstreze în curățenie îmbrăcămintea, încălțăminte, broboada personală și cea de lucru; să-și spele minuțios mâinile cu săpun înainte și după deservirea clientului; de a-și proteja mâinile de infectare și de diferiți iritanți folosind mănuși de cauciuc, substanțe antiseptice, creme protectoare, loțiuni.

Periodic și în funcție de situația sanitaro-epidemiologică serviciul de sănătate publică face vizite de control la aceste obiective pentru a supraveghea starea de sănătate a angajaților, condițiile de muncă, respectarea regulamentelor igienice. Concomitent se prelevează probe pentru investigații de laborator privind calitatea prelucrării instrumentelor de lucru în sălile de frizerie, cabinetele de manichiură, pedichiură și cosmetice, de care depinde posibilitatea transmiterii agenților patogeni a bolilor infecțioase (inclusiv HIV-infecției și hepatitelor virale, infecțiilor fungice) și parazitare; poluarea suprafețelor, poluarea aerului din zona de muncă; microclimatul etc.

Normele igienice prevăd niveluri admisibile de poluare a aerului cu un număr total de microorganisme care se dezvoltă la 37 °C (flora mezofilă) într-un m³ de aer nu mai mare de 1500/ m³, de *Staphylococcus aureus* de 100 /m³; de ciuperci de mucegai și levuri – de 20/cm³.

Cabinetele de tatuaj, piercing

În perioada ultimilor 15-20 de ani au apărut cabinete de tatuaj și piersing, care au o activitate originală și pot influența sănătatea populației. Tatuajul este practic introducerea de tuș într-un strat superficial al pielii, cu scop de înfrumusețare a corpului omenesc, astfel putându-se crea diferite semne, cuvinte, figuri. Tatuajul este o formă de artă apărută cu mii de ani în urmă.

Piercingul – reprezintă găurirea unor părți superficiale ale corpului uman cu scopul de a insera o bijuterie sau un alt ornament. Este răspândit piercingul urechii, nasului, ombilicului, buzelor, sprâncenelor etc. Există și astfel de proceduri ca micropigmentarea care este asemănătoare cu tehnica tatuajului, constă în introducerea unui pigment sau colorant în stratul dermic al pielii, folosită pentru machiaj semipermanent, cum ar fi

conturul buzelor și al ochilor. Pigmenții și coloranții utilizați trebuie să fie însoțiți de certificate de calitate.

Conform cerințelor igienice edificiile de tatuaj și piercing pot fi amplasate în încăperile nelocative separate sau în anexele clădirilor, înglobate în blocuri locative și publice, de regulă la primul etaj al blocurilor locative și socio-culturale, însă cu intrare separată și ventilație izolată. Ele pot fi în componența întreprinderilor de deservire socială și centrelor comerciale, centrelor de frumusețe și sănătate, băilor, hotelurilor ș.a. Amplasarea cabinetelor de tatuaj și piercing în subsolurile blocurilor locative și publice este interzisă. Se admite amplasarea lor în demisolurile blocurilor locative și publice, dacă dușumeaua este amplasată mai jos de nivelul trotuarului nu mai mult de 0,5 m și înălțimea încăperii nu este mai mică de 2,7 m.

Pentru finisarea încăperilor pot fi folosite materiale admise de Ministerul Sănătății. În scop de finisare a pereților se recomandă de folosit teracota de culori deschise, vopseaua de ulei, emailurile. Dușumeaua se acoperă cu linoleum sau relon cu sudarea obligatorie a suturilor. Covoarele de polivinilclorid pot fi folosite pentru finisarea dușumelelor doar în holuri, coridoare, sălile de așteptare.

Pereții, tavanul, dușumeaua, părțile externe și interne ale mobilei trebuie să aibă suprafețe netede, să fie ușor accesibile pentru dereticarea umedă și de asemenea rezistente la prelucrarea cu detergenți și substanțe dezinfectante.

Cabinetele de tatuaj și piercing trebuie să fie asigurate cu sisteme de încălzire și de ventilație. Normativul parametrilor microclimatici sunt: temperatura aerului în perioada rece a anului 21-23 °C, iar în cea caldă – 22-24 °C; umiditatea relativă – 40-60 %, viteza de mișcare a aerului – 0,1 m/s. Diferența temperaturii aerului pe orizontală și pe verticală trebuie să nu depășească 2 °C.

Sistemele de ventilație trebuie să asigure eliminarea fumului, prafului, diferitor vapori, substanțe nocive.

Încăperile trebuie să fie asigurate cu iluminat artificial și natural. În cabinetele de tatuare, micropigmentare și piercing nivelul iluminatului

artificial trebuie să fie nu mai mic de 500 lx, iar în încăperile auxiliare și în sala pentru vizitatori – 200 lx.

Aceste edificii trebuie să fie utilizate cu sisteme de aprovizionare centralizată cu apă rece și caldă, cu rețea de canalizare. Calitatea apei potabile, utilizată în cabinetele de tatuaj și piercing, trebuie să corespundă Normelor sanitare conform Legii Republicii Moldova nr. 182 din 19.12.2019 privind calitatea apei potabile.

În cazul când cabinetele de tatuare și piercing nu dispun de apeduct și canalizare pe cale centralizată, se folosește apa din sursa locală.

Cabinetele trebuie să includă sala de proceduri (12 m²), sala de așteptare pentru clienți cu vestiar (6 m²), încăpere de odihnă cu vestiar pentru angajați (10 m²), boxă pentru sterilizare (4 m²), WC (4 m²), încăpere pentru deșeuri. De menționat însă că activitățile de tatuare, micropigmentare și piercing trebuie să se realizeze în încăperi separate. Edificiile se utilizează cu dulapuri separate și închise pentru păstrarea echipamentului, instrumentarului și a articolelor curate, dezinfectate și sterile.

În sala de proceduri se admite în unele cazuri separarea unei zonei pentru curățarea, dezinfecția, sterilizarea instrumentarului și a materialelor ce pot fi folosite repetat.

Pentru procedurile de tatuaj și piercing se alocă locuri de muncă separate, asigurate cu cel puțin o masă de lucru, scaun, instrumentar și materiale de lucru specifice fiecărei activități. Titularii cabinetelor au obligația să întocmească rapoarte scrise către Centrele de Sănătate Publică din raza teritorială în care își desfășoară activitatea.

În cabinetele de tatuaj și piercing sunt obligatorii chiuvetele pentru spălarea materialelor rezultate de la proceduri, de asemenea o chiuveta separată pentru spălarea și dezinfecția mâinilor, săpun antibacterian, periuța de unghii, uscător de mâini sau prosop de hârtie de unica folosință.

Curățenia se face de către personalul bine instruit, de regulă la sfârșitul sau la începutul programului de lucru, dar și în timpul lucrului la necesitate.

În fiecare încăpere sunt necesare mijloace pentru colectarea deșeurilor periculoase și a celor menajere: pubelă cu capac și saci colectori de

o singură folosință. Urmează colectarea și transportarea la locurile de neutralizare. Acestea se colectează separat, se depozitează, se transportă și se neutralizează conform cerințelor Legii nr. 209 din 29.07.2016 privind deșeurile rezultate din activitățile medicale.

Periodic, o dată la 3 luni se va face dezinsecția. Maximum o dată la 6 luni se va face deratizația.

Pentru dezinsecția aerului în încăperi trebuie să fie instalate lămpi bactericide ultraviolete de tip închis, puse în funcție de către personalul bine instruit. Instrumentele, echipamentele, accesoriile utilizate și suprafețele trebuie curățate, dezinfectate și sterilizate. Bijuteriile ce urmează a fi inserate și cele folosite în practicile de piercing, obligator se supun dezinsecției și sterilizării. Acele materiale și instrumente care sunt de o singură folosință trebuie înlăturate și prelucrate conform regulilor respective. Toate suprafețele de lucru pătate de fluide biologice, sânge, secreții etc., trebuie curățate și apoi dezinfectate, conform prevederilor legale în vigoare, respectând timpii și concentrațiile recomandate de producător.

Instrumentarul se sterilizează în ambalaj special pe care se indică data sterilizării și numele persoanei care a efectuat sterilizarea.

Este important să ne referim la problemele de sănătate determinate de tatuaj. În primul rând aceste probleme deseori pot avea loc la persoanele care î-și fac tatuaj. La ei poate să se dezvolte dermatita de contact, reacții alergice determinate de colorantul folosit. În special, alergiile pot fi cauzate de pigmenții clasici folosiți, dar și de produșii lor de degradare cum ar fi: dicromatul (verde), cobaltul (albastru), cadmiul (galben) și clorura de mercur (roșu). În acest caz persoana prezintă acuze de prurit (mâncărime), tumefacție locală, înroșirea zonei sau scurgerea unui lichid limpede numit ser din zona tatuată. Este de asemenea risc de reacții anafilactice, cicatrizare inestetică, infectarea pacienților cu hepatita B, C, tuberculoza, tetanos, HIV sau infecții dermatologice cu *Staphylococcus aureus*. Aceste situații sunt cauzate de regulă de utilizarea instrumentelor nesterilizate după fiecare pacient.

Riscurile și complicațiile apărute pot fi determinate de traumatizarea

pielei cu ace, care se poate solda cu infecții locale superficiale și profunde, infecții sistemice, reacții granulomatoase și lichenoidale, dezvoltarea în zona tatuajului a eczemei, psoriazisului.

Aceste reacții au loc mai frecvent dacă persoana î-și face tatuajul în saloane neautorizate. Unul din cei mai periculoși compuși folosiți uneori în cerneala de tatuaj este dioxidul de titan, care conform savanților poate favoriza apariția cancerului și chiar ar putea împiedica vindecarea organismului în cazul unor boli.

Specialiștii care fac tatuaje de asemenea riscă să se îmbolnăvească de unele boli. Ei se pot infecta de la pacienți de tuberculoză, gripă, boli diareice acute, infecții dermatologice și alte boli infecțioase. În cazul diferitor leziuni ale pielii și contactului cu sângele pacientului bolnav se poate infecta cu hepatita B, C, HIV sau alte infecții. Acești specialiști pot fi influențați de contactul cu substanțele chimice (pigmenții) folosite în lucru, de aerul poluat cu preparate chimice volatile etc.

În scopul prevenirii răspândirii tuturor bolilor infecțioase, inclusiv a hepatitelor virale, HIV-infecției, tuberculozei, bolilor fungice etc., materialele și instrumentele folosite trebuie să fie dezinfectate și sterilizate.

La loc vizibil se afișează lista contraindicațiilor pentru a-și face tatuaj, micropigmentare și piercing. Dintre acestea fac parte diabetul zaharat, hemofilia, maladiile cardiovasculare, alergiile, bolile dermatologice, leziunile pielii sau sensibilitatea pielii la săpunuri, dezinfectanți sau alte produse cosmetice, bolile infecțioase, epilepsia, apoplexia, narcolepsia, sarcina, alăptarea, deficiențele imunitare, vârsta de sub 16 ani. Aceste proceduri pot fi efectuate la persoanele minore doar dacă acestea sunt însoțiți de părinte, tutore sau curator, care să declare în scris acceptul.

Toate procedurile efectuate și numele pacienților trebuie înregistrate într-un registru special păstrat în instituție timp de 2 ani. Până la începerea procedurilor de piercing, tatuaj sau micropigmentare și după ele, clientul trebuie informat despre posibilele riscuri pentru sănătate și măsurile de igienă. Excesul de pigment sau colorant aplicat pe pielea clientului trebuie înlăturat cu ajutorul unui șervețel de hârtie moale, de unica folosință, utilizând apa și săpunul antibacterian.

După efectuarea piercingului pot surveni unele complicații: alergie la bijuterie, deplasarea bijuteriei, cicatrizarea defectuoasă, inflamarea locală severă, infecții locale, septicemia, sângerarea. De aceea clienții trebuie preventiv informați despre aceste pericole și măsurile de prevenție prin îngrijirea respectivă.

Se interzice înlăturarea tatuajelor de către operatori, aceasta poate fi făcută doar , în unități medicale de către personalul medical specializat.

Deosebite cerințe sunt față de condițiile de muncă și de igiena individuală a personalului. În acest sens angajatorul este obligat să asigure angajaților săi cursuri periodice de instruire, pentru a însuși regulile de activități încât să nu fie afectată sănătatea lor și a clienților.

Angajații obligator trebuie să treacă examenul medical la angajare și periodice, în același mod ca și frizerii. Ei trebuie să fie competenți în problema folosirii materialelor și în efectuarea procedurilor, în așa mod încât să prevină pericolele pentru sănătate. Ei trebuie imunizați împotriva hepatitei B.

Administrația este obligată să asigure efectuarea examenelor medicale a tuturor angajaților și să ducă evidența strictă a lor. Ei trebuie să asigure angajații cu întregul echipament (îmbrăcăminte specială, mănuși și mijloace) pentru protecția individuală. De asemenea ei trebuie să ia măsuri pentru crearea condițiilor favorabile de muncă în scopul prevenirii influenței negative a factorilor de risc asupra stării de sănătate a angajaților.

Angajații sunt obligați să respecte cu strictețe regulile de igienă personală.

Toate particularitățile activităților de tatuaj și piercing necesită a fi supravegheate de serviciul de sănătate publică pentru a asigura protecția sănătății angajaților, pentru a cere de la patroni asigurarea condițiilor de muncă favorabile, organizarea corectă și strictă a examenelor medicale, pentru a nu permite încălcarea regulamentelor sanitare. Se face control a calității sterilizării instrumentelor, a respectării regulilor de igienă personală etc. Cabinetele trebuie să dispună de autorizarea sanitară de funcționare eliberată de Serviciul de Sănătate Publică o dată la 5 ani.

Bazinul de înot (piscină publică)

Bazinele de înot au o importanță igienică și sportivă considerabilă. Ele pot fi amplasate în încăperi special încălzite în timp de iarnă sau în aerul liber (descoperite). Cerințele igienice permit amplasarea lor în clădiri separate, dar și anexate (sau construite). Se interzice amplasarea bazinelor de înot în blocurilor locative. În cazul bazinelor de înot descoperite, teritoriul adiacent se înverzește pe cel puțin 35 % din suprafață cu arbori și arbuști, iar pe perimetrul lotului cu scop de protecție de vânt și praf, se prevăd fâșii verzi de arbuști cu lățimea de cel puțin 5 m din partea trecerilor cu destinație locală și nu mai puțin de 20 m – din partea magistralelor cu circulație intensă. Astfel că, bazinul de înot descoperit trebuie amplasat la o distanță de cel puțin 20 m de la drumurile magistrale și nu mai puțin de 100 m de la hotarele teritoriilor a așa obiective ca spitalele, instituțiile școlare și preșcolare, blocurile locative și parcarile auto. Se acordă atenție deosebită asigurării acceselor comode către bazin.

În toate cazurile de selectare a lotului de pământ pentru amplasare, precum și proiectele de construcție și reconstrucție a bazinelor de înot este necesară coordonarea cu Serviciul de Sănătate Publică.

Sunt mai multe tipuri de bazine de înot: sportive, de asanare, pentru copii în funcție de vârstă, pe lângă băi etc. Cele sportive sunt de 2 dimensiuni: cu lungimea de 50 m și lățimea de 21-25 m; cu lungimea de 25 m și lățimea de 8,5-16 m. Adâncimea bazinului depinde de destinație.

Necătând la tipul bazinelor principiul de planificare trebuie să asigure schema de funcționare în flux cu mișcarea persoanelor începând de la hol, garderobă (pentru vizitatori și spectatori), urmând prin încăperea de dezbrăcare/îmbrăcare, trecând prin camera de duș, apoi cada de duș pentru picioare și în sfârșit bazinul de înot. Aceste etape sunt obligatorii. Alături de camera de duș, prin intermediul unui mic coridor, este separat veceul: pentru femei un scaun și 1 lavoar la 30 de persoane, iar pentru bărbați – 1 scaun, 1 lavoar și 1 pisoar la 45 de persoane într-un schimb.

Holul bazinului trebuie să dispună de o suprafață de 0,5 m² pentru 1 persoană în schimb, dar cel puțin de 20 m². Suprafața garderobei trebuie

să fie egală cu 0,1 m² pentru un loc, însă cel puțin de 10 m², se asigură un număr de locuri egal cu 300 % din capacitatea bazinului pentru un schimb.

Suprafața încăperii de dezbrăcare/îmbrăcare depinde de capacitatea bazinului: dacă capacitatea într-un schimb este de până la 40 de persoane – se recomandă 2,1-2,5 m² pentru 1 loc; la capacitatea mai mare, între 1,7-2,1 m² pentru 1 loc; pentru copiii de până la 10 ani – cel puțin de 2,9 m². Această încăpere se asigură cu scaune cu lungimea de 0,6 m pentru 1 persoană, dulapuri închise pentru păstrarea îmbrăcăminteii personale: cu două camere pentru adulți și cu o cameră pentru copii.

Camerele de duș se prevăd trecătoare între încăperea de dezbrăcare/îmbrăcare și pista de ocolire și trebuie să conțină cel puțin 1 sită de duș pentru 3 persoane.

În încăperea de dezbrăcare/îmbrăcare și încăperile adiacente se instalează uscătoare pentru păr: pentru femei – 1 unitate la 10 persoane, pentru bărbați – 1 unitate la 20 persoane într-un schimb.

Căzile pentru picioare trebuie să nu fie lunecoase, asigurate cu apă curgătoare curată și dezinfectată, mărimea căzii în direcția de mișcare să aibă nu mai puțin de 1,8 m, adâncimea – 0,1-0,15 m.

Întrarea (ieșirea) în bazinele deschise se construiește în partea laterală a peretelui longitudinal în sectorul cu adâncimea minimă a căzii. Se recomandă lățimea scării de coborâre în bazin de 1,8-2,2 m, adâncimea apei în această parte – 0,9-1,0 m pentru maturi și 0,6-0,7 m pentru copii. Accesul/ieșirea din bazinele de înot cu adâncimea de peste 60 cm se efectuează prin intermediul unor trepte/scări din beton, zidărie sau metalice, antiderapante. Sectorul de intrare/ieșire trebuie asigurat cu un acoperiș pentru a proteja persoanele respective de aerul rece. Ieșirile din bazin trebuie construite în formă de coridor de trecere spre încăperea de îmbrăcare și protejate de posibilele scurgeri ale apei din cabinele de duș.

Bazinele descoperite se asigură în jurul său cu piste de ocolire, lățimea cărora să fie cel puțin de 1,5 m, iar pe lângă instalațiile sportive - cel puțin de 3 m. Pistele de ocolire și scaunele amplasate de-a lungul lor trebuie să fie încălzite. Suprafața pistelor de ocolire trebuie să nu fie

lunecoasă și să aibă o înclinație de 0,01-0,02 în direcția locurilor de scurgere.

Suprafața pereților și fundului bazinelor, cât și a pistelor de ocolire se finisează cu materiale rezistente la curățarea lor mecanică, la detergente și substanțe dezinfectante.

În bazinele de înot trebuie respectate ariile suprafeței apei pentru 1 persoană: adultă – cel puțin de 5,0 m²; pentru copii – cel puțin de 4,0 m²; în bazinele răcoritoare la băi și saune – cel puțin de 2,0 m².

Pentru înlăturarea stratului superficial al apei poluate și atenuarea valurilor, care apar în timpul înotului, căzile bazinelor trebuie prevăzute cu jgheaburi de scurgere.

La bazinele de înot pentru copiii de până la 1 an pistele de ocolire trebuie amplasate mai jos față de pereții căzii cu 0,9-1,0 m, în așa mod încât copiii să fie susținuți de pe podeaua din afara căzii.

La bazinele sportive și sportiv-curative sunt prevăzute: cabinete pentru lucrătorul medical și laboratorul departamental pentru efectuarea analizelor. Din cabinetul medical trebuie de prevăzut ieșire spre pista de ocolire. La prezența mai multor bazine amplasate izolat unul față de celălalt, sunt prevăzute cabinete pentru lucrătorul medical cu o suprafață de cel puțin 10 m² lângă fiecare bazin (cu excepția bazinelor pentru instruire la înot a copiilor de sub 14 ani).

Suprafața adiacentă a bazinului de înot se finisează cu pardoseală antiderapantă. Pe marginile bazinului trebuie asigurată marcarea vizibilă a adâncimii apei în mai multe zone – la intrarea în bazin, în locurile cu adâncimile minime și maxime, la mijlocul bazinului etc.

În bazine trebuie de asigurat schimbul periodic de apă. În funcție de modul schimbului de apă sunt permise în exploatare următoarele tipuri de bazine: - cu sisteme de recirculare și tratare a apei; - cu apă curgătoare; - cu schimbarea periodică a apei.

În bazinele cu circulație, apa se filtrează (cu sau fără adăugarea coagulantului) și se dezinfectează.

Instalațiile pentru tratarea, dezinfecția și distribuirea apei în bazinele de înot pot fi amplasate în clădirea principală sau într-o clădire separată.

În funcție de adâncimea bazinului schimbul volumului întreg de apă se face de la 30 de minute (la adâncimea de sub 0,6 m) până la 4 ore (la adâncimea egală sau mai mare de 1,35 m) și 8 ore (în cazul bazinelor pentru sărituri sau scufundări). Totuși zilnic $\frac{1}{10}$ - $\frac{1}{15}$ din volumul apei din bazin se înlocuiește cu apă potabilă.

În bazinele de înot trebuie să se mențină temperatura apei în limitele de 24-32 °C, fapt care argumentează necesitatea dotării lor cu instalații de încălzire a apei.

Din bazinele cu recirculare evacuarea apei se face prin jgheburile de scurgere, dar și prin găurile de la fundul bazinului. Apele poluate pot fi evacuate prin sistemul de canalizare destinat evacuării apelor menajere și prin canalizarea pluvială sau într-un bazin acvatic prin coordonare cu Serviciul de Sănătate Publică.

Pentru sălile bazinelor de înot, sălile de instruire, încăperile de clorinare și ozonare se prevăd sisteme autonome de ventilare de tip flux-reflux.

Clienții bazinelor, sportivii înotători, angajații bazinelor riscă să se molipsească prin intermediul apei infectate din bazinele de înot de mai multe boli infecțioase, precum febra adenovirală faring-conjunctivală, hepatita virală A, epidermofitia, virusul Cocksackie, dizenteria, tuberculoza pielii, bolile micotice ale pielii, legioneloza, enterobioza, lambliaza etc.

Pentru prevenirea acestor maladii apa furnizată în bazinele de înot trebuie să fie dezinfectată. Metodele de bază de dezinfecție a apei din bazinele de tip sportiv, fitness și sportiv-curative, de însănătoșire, sunt: clorinarea, bromarea, ozonarea, de asemenea tratarea cu raze ultraviolete cu o doză de cel puțin 16 mJ/cm² indiferent de tipul de instalare.

Încăperile bazinelor de înot și căzile se curăță și se dezinfectează zilnic la începutul și sfârșitul zilei de muncă și în timpul pauzei între ședințe. Zilnic se supun curățeniei veceurile, sălile de duș, vestiarul, pistele de ocolire, scaunele, mânerurile de la ușă și balustradele. Curățenia generală se va face nu mai rar de 1 dată în lună.

Pentru a preveni depunerile pe pereții bazinului (de obicei cele descoperite) și asigurarea apei curate periodic se efectuează prelucrarea sanitară, care include golirea totală a bazinului, curățarea mecanică și

dezinfecția lui. Ea se face cel puțin o dată pe an și, obligatoriu la începutul fiecărui sezon. În acest caz dezinfecția bazinului se face prin stropirea dublă a pereților cu soluție de clorură de var cu concentrația de 100 mg/l a clorului activ pentru o oră. La suprafața apei, în zona de respirație a înotătorilor, concentrația clorului liber în aer nu trebuie să depășească 0,1 mg/m³, iar a ozonului – de 0,16 mg/m³.

Conform recomandărilor igienice nivelul iluminatului suprafeței apei trebuie să fie minim de 100 lx, în bazinele destinate pentru sărituri în apă – 150 lx, pentru polo de apă – 200 lx.

Nivelul zgomotului în săli nu trebuie să depășească 60 dB, în timpul antrenamentelor – 82 dB, iar în timpul competițiilor – 110 dB.

Angajații bazinelor de înot, în special lucrătorii medicali, antrenorii, instructorii de înot, operatorii tehnici specializați, salvatorii, deriticatorii etc., trebuie să treacă examenele medicale obligatorii la angajare și periodice conform prevederilor regulamentului sanitar privind supravegherea sănătății persoanelor expuse acțiunii factorilor profesionali de risc, aprobat prin Hotărârea Guvernului RM nr. 1025 din 07.09.2016. Rezultatele examenelor medicale se înscriu în fișele medicale individuale.

Accesul în bazinele de înot se permite doar persoanelor care au susținut examenul medical. Se permite accesul persoanelor în bazinele numai după ce, în prealabil, au făcut duș; persoanelor care nu sunt purtătoare de boli transmisibile, nu au plăgi deschise, dermatite sau dermatoze; personalului de deservire cu echipament special etc.

Calitatea apei furnizată în cada bazinului de înot, trebuie să corespundă cerințelor igienice, conform Legii Republicii Moldova nr. 182 din 19.12.2019 privind calitatea apei potabile. Bazinele de înot vor fi asigurate cu instalații interioare de alimentare cu apă și de canalizare, în conformitate cu normativele în vigoare.

Dacă nu există apeduct în bazinele de înot de sezon se permite, în coordonare cu Serviciul de Sănătate Publică, umplerea lor cu apă din surse de suprafață care îndeplinesc cerințele pentru apa de suprafață de

categorie I, sau cu apă subterană care îndeplinește cerințele Normelor sanitare privind calitatea apei potabile., dar cu schimbare zilnică.

Supravegherea asupra respectării cerințelor respective și punerii în aplicare a măsurilor sanitare și anti-epidemice se realizează de către persoane juridice și întreprinzători individuali care exploatează bazinele de înot. Proprietarul/administratorul este obligat să asigure funcționalitatea corectă a bazinului, igiena și siguranța instalațiilor pentru tratarea, dezinfectia și distribuirea apei, securitatea și sănătatea utilizatorilor bazinelor de înot. De asemenea, patronii bazinelor asigură instruirea personalului de către specialiștii Centrelor de Sănătate Publică conform unui program special.

Se recomandă colectarea deșeurilor menajere solide în recipiente metalice sau în cutii, cu pungi din material plastic, închise ermetic. Se face evacuarea ritmică a acestora la locuri special (încăperi sau platforme impermeabilizate) pentru depozitarea recipientelor de colectare a deșeurilor menajere solide.

Administrația trebuie să asigure monitoringul operațional de laborator al calității apei, parametrilor microclimatului, calității aerului din zona de respirație a înotătorilor, calității prelucrării suprafețelor (lavaje) după parametrii microbiologici și parazitologici, determinării nivelurilor de zgomot și iluminatului.

Toate cerințele igienice descrise sunt monitorizate de către specialiștii Centrelor de Sănătate Publică (CSP) teritoriale o dată pe an în baza unor planuri de control adecvat, dar și în funcție de situația sanitaro-epidemiologică.

Bazinul de înot prezintă un edificiu (o construcție) special amenajată, umplută cu apă, destinată pentru practicarea înotului, a unor jocuri sportive, pentru sărituri de pe trambulină etc.

Bibliografie

1. Baie turcească hamam – Ce este asta? (<https://amigda.ru/%C3%AEntreb%C4%83ri-frecvente/2742-baie-turceasc%C4%83-hamam-ce-este-asta.html>, accesat la 18.02.21).
2. Cerințe igienice către sistematizarea și exploatarea edificiilor de cultură fizică și sport (ghid practic). Chișinău, 2020, 67 p.
3. Descrierea salonului de înfrumusețare al proiectului de ...<http://ukuytdom-nn.ru> › opisanie-bi (accesat la 10.03.21).
4. Igiena generală și comunală. Sub red. m.c. al Academiei României prof. I. Ardelean. București. Editura medicală, 1962, 563 p.
5. NCMB.01.05:2019 Urbanism. Sistematizarea și amenajarea localităților urbane și rurale. Chișinău, 71 p.
6. Noile norme de igienă și sănătate pentru piscinele publice (<http://www.spamagazin.ro/piscine/noile-norme-de-igiena-si-sanatate-pentru-piscine-publice.htm>, accesat la 22.07.21).
7. NCM C.04.02 – 2005 „Iluminatul natural și artificial”.
8. Normele de igienă și sănătate publică privind mediul de viață al populației aprobate prin Ordinul nr. 119/2014 al Colegiului Medicilor Dentiști din România (<http://cmdprahova.ro/files/Ordin%20119.pdf>), accesat la 12.02.21.
9. Ordin nr. 1.025 din 7 decembrie 2000 pentru aprobarea Normelor privind serviciile de spălătorie pentru unitățile medicale (<https://ecurat.md.spalatorie> (accesat 23.06.21).
10. Pârlog Nicu. Omenirea și igiena corporală: o istorie incomodă, 2014, (<https://www.descopera.ro/.../13551498-omenirea-si-igiena-c...>, accesat la 13.02.21).
11. Regulamentul sanitar privind supravegherea sănătății persoanelor expuse acțiunii factorilor profesionali de risc, aprobat prin H.G. RM nr. 1025 din 07.09.2016.
12. Как построена финская сауна: <https://stroy-banya.com/video/sauna-v-kvartire/finskaya-sauna-kak-sdelat.html>, accesat 28.07.21).
13. Классификация всех существующих типов бань по микроклимату, способу обогрева и парообразованию (https://stroy-banya.com/bani_mira/vidy-ban.html, accesat la 13.02.21).
14. Коммунальная гигиена. Под ред. К. И. Акулова, К. А. Буштуевой. Москва, Медицина, 1986, 607 с.
15. СанПин 2.1.2.1188-03 Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества.
16. СанПиН 2.1.2.1199-03. „Парикмахерские. Санитарно-эпидемиологи-ческие требования к устройству оборудованию и

- содержанию”, <http://docs.cntd.ru/document/901855144> (accesat la 10.03.21).
17. СанПиН 2.1.2.2646-10 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы прачечных.
 18. СанПиН 2.1.2.3150-13 Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству оборудованию, содержанию и режиму работы бань и саун.
 19. СНИП П-80-75 Нормы проектирования. Предприятия бытового обслуживания населения. Москва 1976.
 20. Турецкая баня хамам (https://stroy-banya.com/bani_mira/tureckaya-banya-hamam.html, accesat la 28.07.21).

Cuprins

Introducere	4
Băile publice/saunele	6
Spălătoriile	19
Saloanele de înfrumusețare. Frizeriile, cabinetele cosmetice	24
Cabinetele de tatuaj, piercing	33
Bazin de înot (piscină publică)	39
Bibliografie	45

