

GUIA RÁPIDA LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE SUPERFICIES Y OBJETOS EN EL HOGAR, ESCUELAS, ENTORNOS LABORALES Y OTROS ENTORNOS PÚBLICOS.

Una de las medidas básicas para prevenir enfermarnos es realizar frecuentemente la limpieza y desinfección de las superficies de nuestros entornos. Esta comprobado que los microorganismos permanecen vivos en las superficies por lo que este proceso es importante para cuidarnos y cuidar a los demás.

Limpiar y desinfectar frecuentemente las superficies en contacto o cercanas a las personas (mesita de noche, estructura de la cama y otros muebles de la habitación), así como baños y servicios, y las superficies del **entorno** como son los objetos de uso común y superficies de alto contacto (que se tocan frecuentemente), como manijas de puertas, grifos de lavamanos, rejas, barandales, palanca de descarga de los baños, teléfonos, interruptores, superficies de los escritorios, interruptores de luz, juguetes, teléfonos, cubiertas de cocina y cualquier otra superficie con que se tenga contacto frecuente.

PROCESO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LAS ÁREAS

Este proceso involucra tres pasos básicos que deben realizarse en el siguiente orden:

1. Limpieza
 2. Enjuague y secado
 3. Desinfección
1. Limpieza: La limpieza de estas superficies debe realizarse con agua, jabón o detergente y paño limpio.
 2. Enjuague con agua y espere que seque.
 3. Desinfección: Posterior a la limpieza aplicar un desinfectante y dejar secar. Use desinfectantes como hipoclorito de sodio (Cloro) al 5.25% o al 3.5% en una dilución de 0.05% o 500 ppm, o alcohol al 70% o algún desinfectante común de uso doméstico (preparar y aplicar según indicaciones del fabricante).

| PREPARACION DE DILUCIONES CON HIPOCLORITO DE SODIO O CLORO COMERCIAL | | |
|--|--|--|
| % DE DILUCION | Presentación comercial de Cloro al 5 - 5.25% MEZCLE | Presentación comercial de Cloro al 3 - 3.5% MEZCLE |
| 0.05% (500ppm) | 1 parte de cloro + 99 partes de agua (10 ml de cloro + 990 ml de agua). | 1 parte de cloro + 69 partes de agua (15 ml de cloro + 985 ml de agua). |
| PREPARELO EN CASA | 1 CUCHARADA DE CLORO EN 1 LITRO DE AGUA | 2 CUCHARADAS DE CLORO EN 1 LITRO DE AGUA |

"Parte" puede ser utilizado para cualquier unidad de medida (litro, galones, etc), o utilizando cualquier medidor (taza, vaso, botella, frasco, garrafón, etc).

Observación el Cloro debe ser preparado y utilizado inmediatamente, no guardar después de diluido ya que pierde su efectividad después de 12 horas.

No mezclar cloro con otros productos químicos, es tóxico y el cloro pierde su efecto desinfectante.

En casos donde la superficie tenga contraindicaciones técnicas por el fabricante para el uso del Cloro (ejemplo: computadoras) se podrán utilizar en su defecto alcohol al 70% u otro desinfectante recomendado por el fabricante o de uso doméstico.

- Al realizar labores de limpieza protejase las manos con guantes y al finalizar lavarse las manos con agua y jabón. Si en el Hogar hay personas en aislamiento por sospecha o confirmación con COVID-19, la persona que hace la limpieza debe usar guantes, mascarilla quirúrgica y delantal y al finalizar lavarse las manos con agua y jabón.
- Recordar higiene de manos antes y después de colocar y retirar cualquier equipo de protección personal (gantes, delantal, mascarilla).

1