

Cómo limpiar y desinfectar su establecimiento

Medidas diarias, medidas cuando alguien está enfermo y consideraciones para empleadores

Otros idiomas [Imprimir la página](#)

Cómo limpiar y desinfectar

ícono de limpieza

Limpie

- **Use guantes desechables** para limpiar y desinfectar.
- **Limpie las superficies con agua y jabón, y luego use desinfectante.**
- Limpiar con agua y jabón **reduce la cantidad de gérmenes, suciedad e impurezas** sobre la superficie. **La desinfección mata los gérmenes** en las superficies.
- **Limpie de manera rutinaria** las superficies que se tocan con frecuencia.
 - - Podría ser necesario limpiar y desinfectar con mayor frecuencia según el nivel de uso.
 - Las superficies y los objetos en espacios públicos, como carritos de compras y teclados en puntos de venta, deben limpiarse y desinfectarse antes de cada uso.
- **Las superficies de contacto frecuente incluyen:**
 - Mesas, manijas de las puertas, interruptores de luz, mesones, manijas, escritorios, teléfonos, teclados, inodoros, grifos, lavabos, etc.

ícono de rociador

Desinfecte

- **Recomiende el uso de [desinfectantes de uso doméstico registrados por la EPA](#) [ícono de sitio externo](#).**
Siga las instrucciones que figuran en la etiqueta para garantizar un uso seguro y eficaz del producto.
Muchos productos recomiendan:

- Mantener húmeda la superficie por un tiempo (vea la etiqueta del producto).
- Precauciones como el uso de guantes y asegurarse de ventilar bien los ambientes durante el uso del producto.

Siempre lea y siga las instrucciones que figuran en la etiqueta para garantizar un uso seguro y eficaz del producto.

- Use protección para la piel y considere utilizar protección para los ojos en caso de salpicaduras peligrosas
- Garantice una ventilación adecuada
- No use más que la cantidad recomendada en la etiqueta
- Use agua a temperatura ambiente para la dilución (a menos que la etiqueta especifique otra cosa)
- Evite mezclar productos químicos
- Etiquete las soluciones de limpieza diluidas
- Almacene y use los productos químicos fuera del alcance de niños y mascotas

Nunca debe ingerir, beber, respirar o inyectarse estos productos en el cuerpo ni aplicarlos directamente sobre la piel ya que pueden provocar daños graves. No limpie ni bañe a sus mascotas con estos productos ni con ningún otro producto que no haya sido aprobado para usar en animales.

Vea [6 medidas de la EPA para un uso seguro y eficaz de los desinfectantes](#) [icono de sitio externo](#)

- **También se pueden usar soluciones de cloro diluido** si son apropiadas para la superficie.
 - Consulte la etiqueta para ver si su blanqueador con cloro puede usarse para desinfectar y tiene una concentración de hipoclorito de sodio del 5 % al 6 %. Verifique que el producto no esté vencido. Algunos blanqueadores con cloro, como los diseñados para usar de manera segura sobre ropa de color o para blanquear, posiblemente no sean útiles para desinfectar.
 - El blanqueador con cloro que no esté vencido será eficaz contra los coronavirus si se diluye adecuadamente.
- Siga las instrucciones del fabricante** para conocer la forma de aplicación y ventile el ambiente. Nunca mezcle el blanqueador con cloro con amoníaco ni con otros productos de limpieza.
- Deje la solución** sobre la superficie por **al menos 1 minuto**.

Para hacer una solución de cloro, mezcle:

- - 5 cucharadas (1/3 de taza) de blanqueador con cloro por galón de agua a temperatura ambiente
 - 4 cucharaditas de blanqueador con cloro por cuarto de galón de agua a temperatura ambiente
- Las soluciones de blanqueador con cloro serán efectivas para desinfectar por hasta 24 horas.
- **También puede utilizar soluciones con al menos un 70 % de alcohol.**

ícono de sofá

Superficies blandas

En superficies blandas como pisos alfombrados, tapetes y cortinas

- **Limpie la superficie con agua y jabón** o utilice limpiadores apropiados para esas superficies.
- **Lave los objetos** (de ser posible) según las instrucciones del fabricante. Use la máxima temperatura de agua permitida y séquelos completamente.

○

- **Desinfectelos con un desinfectante de uso doméstico registrado por la EPA.** [Estos desinfectantes ícono de sitio externo](#) cumplen los criterios de la EPA para combatir el COVID-19.
- **Use la aspiradora como de costumbre.**

ícono de teléfono celular

Artículos electrónicos

Para artículos electrónicos como tabletas, pantallas táctiles, teclados, controles remotos y cajeros automáticos

- Considere colocarles a los artículos electrónicos una **funda que pueda limpiarse**
- **Siga las instrucciones** del fabricante para la limpieza y desinfección.

- Si no se incluye ninguna instrucción, **use toallitas a base de alcohol o rociadores que contengan al menos un 70 % de alcohol**. Seque la superficie por completo.

ícono de lavadora

Ropa

Para lavar ropa, toallas, ropa de cama y otros artículos

- Lave los artículos según las instrucciones del fabricante. Use la máxima temperatura de agua permitida y séquelos completamente.
- **Use guantes desechables** al manipular ropa sucia de una persona enferma.
- La ropa sucia de una persona enferma se puede lavar con la de otras personas.
- **No sacuda** la ropa sucia.
- Limpie y **desinfecte los cestos de ropa** según la guía para superficies detallada arriba.
- Quítese los guantes y lávese las manos de inmediato.

ícono de ciudad

Cómo limpiar y desinfectar su edificio o establecimiento si alguien está enfermo

- **Cierre las áreas** utilizadas por la persona enferma.
 - Las compañías no necesitan cerrar necesariamente sus operaciones si pueden cerrar las áreas afectadas.
- **Abra las puertas y ventanas exteriores** para aumentar la circulación de aire en el área.
- **Esper 24 horas** antes de limpiar o desinfectar. Si no puede dejar pasar 24 horas, espere tanto como sea posible.
- Limpie y desinfecte **todas las áreas utilizadas por la persona enferma**, como oficinas, baños, y áreas comunes, además de los equipos electrónicos compartidos, como tablets, pantallas táctiles, teclados, controles remotos y cajeros automáticos.
- [Aspire el lugar si es necesario](#). Use una aspiradora que tenga un filtro de aire de alta eficiencia para partículas (HEPA, por sus siglas en inglés), si está disponible.
 - No use la aspiradora dentro de una habitación o un espacio donde hay personas. Espere hasta que la habitación o el lugar estén vacío para utilizar la aspiradora; por ejemplo, aspire de noche en los espacios comunes o durante el día en las habitaciones privadas.
 - Apague momentáneamente los ventiladores y el sistema central de calefacción, ventilación y aire acondicionado (HVAC) para que las partículas que se desprenden al aspirar no circulen por todo el establecimiento.

- Una vez que el área fue **debidamente desinfectada**, se **puede abrir para su uso**.
 - **Los trabajadores que no hayan tenido contacto cercano** con la persona enferma pueden volver a trabajar de inmediato luego de la desinfección.
- Si pasaron **más de 7 días** desde que la persona enferma estuvo en el establecimiento o utilizó las instalaciones, no es necesario realizar tareas de limpieza y desinfección adicionales.
 - Continuar con la limpieza y desinfección habituales. Esto incluye las prácticas cotidianas que las empresas y comunidades implementan normalmente para mantener un entorno saludable.

ícono del sol

Limpieza y desinfección de áreas al aire libre

- Las áreas al aire libre, como **patios de juego en escuelas y parques** por lo general requieren **una limpieza normal de rutina**, pero **no requieren desinfección**.
 - No rocíe desinfectante en área de juego al aire libre. No es un uso eficiente de los suministros y no se ha comprobado que reduzca el riesgo del público de contraer el COVID-19.
 - Las superficies de alto contacto hechas de plástico o metal, como las barras de agarre y pasamanos, deben limpiarse de manera rutinaria.
 - No se recomienda limpiar ni desinfectar las superficies de madera (estructuras de juegos, bancos, mesas) ni los cubresuelos (mantillo, arena).
- **No se deben desinfectar las aceras ni las calles**.
 - La propagación del COVID-19 a partir de estas superficies es muy baja y la desinfección no es eficaz.

ícono de perfil con mascarilla

Al limpiar

- **El personal normal de limpieza** puede limpiar y desinfectar los espacios comunitarios.
 - Asegúrese de que esté capacitado sobre cómo usar correctamente los productos químicos de limpieza y desinfección.
- **Use guantes y batas desechables para todas las tareas involucradas en el proceso de limpieza, incluida la manipulación de basura.**

- Podría requerirse el uso de equipo de protección personal (EPP) adicional según los productos de limpieza/desinfección que se utilicen y si existe riesgo de salpicadura.
- Los guantes y batas deben retirarse cuidadosamente para evitar contaminar a quien los lleva puestos así como al área circundante.
- **Lávese las manos frecuentemente** con agua y jabón durante 20 segundos.
 - Lávese siempre las manos de inmediato después de quitarse guantes y luego de tener contacto con una persona enferma.
 - Desinfectante de manos: si no dispone de agua y jabón y sus manos no están visiblemente sucias, puede usar un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos un 60 % de alcohol. No obstante, si sus manos están visiblemente sucias, siempre debe lavárselas con agua y jabón.

Siempre lea y siga las instrucciones que figuran en la etiqueta para garantizar un uso seguro y eficaz del producto.

- Mantenga los desinfectante de manos lejos del fuego o la llama
- En niños menores de seis años de edad, el desinfectante de manos debe usarse con la supervisión de un adulto
- Siempre almacene el desinfectante de manos fuera del alcance de niños y mascotas

Vea [Consejos de la FDA para el uso seguro de desinfectantes](#) [ícono de sitio externo](#) y [Consideraciones de los CDC para el uso de desinfectante de manos](#)

- **Otros momentos clave en que debe lavarse las manos** incluyen:
 - Después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
 - Después de ir al baño.
 - Antes de comer o preparar la comida.
 - Después de estar en contacto con animales o mascotas.
 - Antes y después de brindar cuidados de rutina a otra persona que necesite asistencia (p. ej., un niño).

ícono de tablero con lista

Otras consideraciones para los empleadores

- **Enseñe a los trabajadores** que desempeñan tareas de limpieza, lavandería y recolección de residuos a reconocer los síntomas del COVID-19.

- Proporcione instrucciones sobre qué deben hacer si manifiestan [síntomas](#) dentro de los 14 días posteriores a su última posible exposición al virus.
- **Cree políticas que protejan a los trabajadores y capacite** a todo el personal de limpieza en el lugar antes de asignar tareas de limpieza.
 - La capacitación debe explicar cuándo usar el EPP, qué EPP se necesita, cómo colocarse, usar y quitarse correctamente el EPP, y cómo desechar correctamente el EPP.
- Garantice que los trabajadores estén capacitados acerca de los peligros de los productos químicos de limpieza que se usan en el lugar de trabajo, de conformidad con la Norma de Comunicación de Riesgos de la OSHA ([29 CFR 1 910.12](#)[ícono de sitio externo](#)).
- **Cumpla con las normas de la OSHA** sobre Agentes Patógenos Transmitidos por la Sangre ([29 CFR 1 910.1](#)[ícono de sitio externo](#)), incluida la eliminación correcta de residuos regulados y de EPP ([29 CFR 1 910.13](#)[ícono de sitio externo](#)).

ícono de signo de pregunta

Métodos alternativos de desinfección

- Aún no se conoce la eficacia de los métodos alternativos de desinfección, como las ondas de ultrasonido, la radiación UV de alta intensidad y la luz LED azul, contra el virus del COVID-19.
 - La EPA no revisa rutinariamente la seguridad o eficacia de los dispositivos pesticidas, como las luces UV, las luces LED o los dispositivos ultrasónicos. Por lo tanto, la EPA no puede confirmar si tales productos podrían ser eficaces contra la propagación del COVID-19 y, en caso afirmativo, bajo qué condiciones podrían serlo.
- Los CDC no recomiendan los túneles de desinfección. No hay evidencia de que sean eficaces para reducir la propagación del COVID-19. Los productos químicos usados en los túneles de desinfección podrían provocar daño o irritación cutánea, ocular o respiratoria.
- Los CDC solo recomiendan el uso de los [desinfectantes de superficies identificados en la lista](#) [ícono de sitio externo](#) [ícono de sitio externo](#) para combatir el virus que causa el COVID-19.