



COLORADO

Division of Environmental
Health & Sustainability

Department of Public Health & Environment

7 de marzo de 2020

Guía de limpieza ambiental en relación con el COVID-19 elaborada por el Departamento de Salud Pública y Medio Ambiente de Colorado Instalaciones reguladas y hogares

Hogares, lugares de trabajo, vehículos

El Departamento de Salud Pública y Medio Ambiente de Colorado (CDPHE) elaboró una serie de recomendaciones para la limpieza y desinfección de rutina de superficies de uso habitual con el objetivo de controlar la diseminación del virus que provoca la enfermedad causada por el coronavirus 2019, también conocido como COVID-19. La siguiente guía se basa en las [recomendaciones provisionarias para los hogares de Estados Unidos con casos presuntos o confirmados de COVID-19](#).

Según el Centro de Control de Enfermedades (CDC, por su sigla en inglés), no se ha documentado la transmisión de COVID-19 de superficies a personas. Las pequeñas gotas que se producen cuando una persona tose o estornuda constituyen una vía de transmisión del coronavirus mucho más común. La evidencia actual sugiere que el virus que provoca la COVID-19 puede sobrevivir de horas a días en superficies de diversos materiales. La limpieza y posterior desinfección de superficies visiblemente sucias se encuentra entre las mejores prácticas para prevenir la COVID-19 y otras enfermedades respiratorias virales en los hogares y entornos comunitarios.

- La **limpieza** se refiere a la eliminación de gérmenes, suciedad e impurezas de las superficies. No mata los gérmenes, pero al eliminarlos, disminuye su cantidad y el riesgo de diseminar la infección.
- La **desinfección** se refiere al uso de productos químicos para matar los gérmenes en las superficies. Este proceso no necesariamente limpia las superficies sucias o elimina los gérmenes, pero al matarlos en una superficie *luego* de la limpieza, puede reducir aún más el riesgo de diseminación de la infección.

Cómo limpiar y desinfectar superficies

- Para limpiar y desinfectar superficies, use guantes descartables, que deberá desechar luego de cada limpieza. Si reutiliza los guantes, debe destinarlos únicamente a la limpieza y desinfección de superficies para prevenir la COVID-19 y a ningún otro propósito. Lávese las manos inmediatamente luego de sacarse los guantes.
- Si las superficies están sucias, debe limpiarlas con detergente o jabón y agua antes de desinfectarlas.
- Para la desinfección, las soluciones de lejía diluida de uso doméstico, las soluciones de alcohol con al menos un 70 % de este producto, y los desinfectantes domésticos más comunes registrados en la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por su sigla en inglés) deberían ser eficaces. Consulte las instrucciones del fabricante de los productos de limpieza y desinfección utilizados.
- Si resultan apropiados para la superficie en cuestión, se pueden usar soluciones de lejía diluida de uso doméstico. Siga las instrucciones del fabricante para la mezcla, aplicación y ventilación adecuada. Asegúrese de que el producto no esté vencido. Nunca mezcle lejía de uso doméstico con

amoníaco o cualquier otro limpiador. Para ser eficaz contra el coronavirus, la lejía de uso doméstico debe estar correctamente diluida.

- Para preparar una solución de lejía, mezcle lo siguiente:
 - 5 cucharadas (1/3 de taza) de lejía por galón de agua. Esta es una “receta estándar”. Asegúrese de leer la etiqueta, ya que la lejía viene en diferentes concentraciones.
 - 4 cucharaditas de té por cuarto de galón de agua.
- Los productos para patógenos virales emergentes aprobados por la EPA deben ser efectivos en el combate a la COVID-19, según los datos de virus más difíciles de eliminar. Al utilizar cualquier producto de limpieza y desinfección, siga las instrucciones del fabricante (por ej., en lo que respecta a la concentración, método de aplicación, tiempo de contacto, etc.).
- En el caso de superficies blandas (porosas), como pisos con moqueta, alfombras y cortinas, elimine la contaminación visible y limpie con los limpiadores adecuados para cada superficie. Luego de la limpieza:
 - lave las cosas siguiendo las instrucciones del fabricante. Hágalo con el agua lo más caliente posible, y seque todo completamente, o
- Use productos que estén aprobados por la EPA-para la eliminación de patógenos virales emergentes (ejemplos en este [enlace](#)) y que sean adecuados para superficies porosas.

Cómo limpiar y desinfectar ropa, toallas y ropa de cama

- Use guantes descartables para manipular la ropa sucia de una persona enferma, y luego deséchelos. Si se reutilizan los guantes, deben destinarse únicamente a la limpieza y desinfección de superficies para prevenir la COVID-19 y no deben usarse para ninguna otra tarea doméstica. [Lávese las manos](#) inmediatamente luego de sacarse los guantes.
 - Si no usa guantes para manipular la ropa sucia, lávese las manos después de hacerlo.
 - Evite en lo posible sacudir la ropa sucia. De ese modo, minimizará el riesgo de que el virus se disperse por el aire.
 - Lave las cosas siguiendo las instrucciones del fabricante. Hágalo con el agua lo más caliente posible, y seque todo completamente. La ropa sucia de una persona enferma se puede lavar con la ropa de otras personas.
 - Limpie y desinfecte los recipientes para la ropa sucia aplicando las recomendaciones anteriores para las superficies. También puede utilizar una bolsa como forro, que sea descartable (que se pueda desechar) o que se pueda lavar.

Instalaciones reguladas: escuelas, guarderías, establecimientos de venta de alimentos al por menor y alojamientos públicos

La siguiente guía tiene como fin explicar cómo limpiar, higienizar y desinfectar adecuadamente las superficies en instalaciones reguladas como escuelas, guarderías, establecimientos de venta de alimentos al por menor y alojamientos públicos.

- **Limpio** significa estar libre de polvo o restos o eliminarlos aspirando o fregando y lavando con agua y jabón.
- **Desinfectar** significa eliminar la totalidad o la mayoría de los patógenos. Por lo general, esto se logra en los ambientes mencionados mediante el uso de soluciones químicas líquidas, como la mezcla de lejía de uso doméstico y agua.
- **Higienizar** no es tan potente como desinfectar, pero igual elimina muchos patógenos, y es un método seguro para las superficies en las que se preparan alimentos.

Guía específica para las escuelas

Las escuelas deben limpiar y desinfectar las superficies de uso habitual del mismo modo en que lo harían en caso de un aumento de los casos de influenza y otras infecciones respiratorias. Sin embargo, en las cocinas y áreas de preparación de alimentos, deben higienizar de la forma habitual las superficies que estén en contacto con los alimentos, seguir las pautas respecto de la no concurrencia a trabajar del personal enfermo, e implementar el lavado frecuente de manos y la higiene respiratoria, que se aplican a todos los entornos.

Guía específica para las guarderías

Para las guarderías, recomendamos la limpieza e higienización de rutina de las cocinas y áreas utilizadas principalmente para la preparación de alimentos y biberones. Asimismo, aconsejamos limpiar y desinfectar las superficies de uso habitual. Si se desinfectan los juguetes que los niños puedan llevarse a la boca o las mesas utilizadas para servir la comida, es preciso enjuagarlos y dejar que se ventilen antes de ser utilizados o reutilizados por los niños.

Guía específica para restaurantes

Los restaurantes y demás establecimientos de venta de alimentos al por menor deben seguir con la limpieza e higienización de rutina de las superficies donde se prepara la comida en la cocina y demás áreas de conservación de los alimentos. Recomendamos la limpieza y desinfección de rutina de las superficies de uso habitual en los comedores y áreas de clientes.

Guía específica para hoteles

Los hoteles y demás alojamientos públicos en los que se haya quedado una persona en cuarentena o aislamiento deberían seguir las recomendaciones del Centro para el Control de Enfermedades en relación con los controles ambientales (ver "Cuidado del entorno" más abajo) de instalaciones de atención médica, y proceder a la desinfección de las superficies de uso habitual y al lavado de la ropa de cama del modo en que lo harían habitualmente.

Cuidado del entorno

La siguiente información fue modificada en función de la importancia de los contenidos. Se puede acceder a la guía completa en este vínculo: <https://www.cdc.gov/infectioncontrol/guidelines/isolation/index.html>

Recomendación:

- IV.F.1. Implementar políticas y procedimientos específicos y de rutina de superficies ambientales, tal como lo indica el nivel de contacto del paciente y el grado de suciedad. (II)
- IV.F.2. Limpie y desinfecte las superficies que puedan estar contaminadas por patógenos, como las que están cerca del paciente (p. ej., barandas de la cama, mesas de luz) y las de uso habitual en el entorno de asistencia al paciente (p. ej., los pestillos, las superficies del baño y de los alrededores del baño en las habitaciones de los pacientes) con más frecuencia que en el caso de otras superficies (p. ej., superficies horizontales de las salas de espera) (IB)
- IV.F.3. Utilice desinfectantes registrados en la EPA que tengan acción microbida contra los patógenos con mayores posibilidades de contaminar el entorno de asistencia al paciente. Hágalo siguiendo las instrucciones del fabricante (IB/IC).
- IV.F.5. Incluya los equipos electrónicos de múltiples usos en las políticas y procedimientos para prevenir la contaminación y para limpiar y desinfectar, en especial las cosas utilizadas por los pacientes, las utilizadas para la prestación de atención médica y los dispositivos móviles que se ingresan y retiran de las habitaciones de los pacientes con frecuencia (a saber, a diario) (IB)
- IV.F.5.a. Por el momento, no hay recomendaciones para la utilización de fundas protectoras o teclados lavables. (Cuestión sin resolver.)

Estas recomendaciones, que proporcionan información complementaria de las recomendaciones generales de limpieza y desinfección ya proporcionadas por el Departamento, están en consonancia con la Administración de Medicamentos y Alimentos (FDA, por su sigla en inglés) de Estados Unidos. Es importante tener en cuenta que las instrucciones que aparecen en las etiquetas deben seguirse en todos los productos de higienización y desinfección, y que estos deben estar registrados ante la EPA y ser de nivel hospitalario (eficaces contra la *Salmonella choleraesuis* (entérica), *Staphylococcus aureus*, y *Pseudomonas aeruginosa*)