



COVID-19: limpieza y desinfección en el hogar

COVID-19 en superficies y objetos

Las superficies y objetos que tocamos con más frecuencia tienen mayor probabilidad de contaminarse con el virus COVID-19. La COVID-19 puede propagarse cuando tocamos superficies u objetos contaminados y luego nos tocamos la nariz o los ojos sin antes lavarnos las manos.

No se sabe hasta qué punto contribuyen a propagar la COVID-19 las superficies y los objetos contaminados. Los estudios muestran que el virus puede permanecer activo sobre las superficies y los objetos, durante horas y hasta días. El virus puede permanecer activo durante más tiempo:

- en temperaturas inferiores a 20°C
- en niveles de humedad relativa menor a 40% y mayor a 60%
- sobre superficies lisas (tales como plástico y acero) – y menos tiempo sobre superficies porosas (tales como madera y cartón)

Limpiar y desinfectar las superficies y los objetos que se tocan con frecuencia puede eliminar y desactivar al virus. Limpiar y desinfectar contribuye a reducir el riesgo de propagación de COVID-19.





Prácticas de limpieza y desinfección recomendadas

Lo ideal es primero limpiar las superficies y los objetos con jabón (o detergente) y luego desinfectarlos.

La limpieza con jabón (o detergente) y agua no mata a los gérmenes. Sin embargo, reduce la cantidad de gérmenes porque elimina su presencia física.

Los desinfectantes sí matan a los gérmenes y pueden desactivar a los virus cuando son utilizados siguiendo las instrucciones de la etiqueta del producto.

En la etiqueta del producto, el número de identificación del medicamento (*drug identification number*, o DIN) confirma que el producto en cuestión ha sido aprobado por el Ministerio de la Salud de Canadá (*Health Canada*) para su venta en Canadá. El Ministerio ha elaborado una lista de desinfectantes aprobados para superficies duras, cuya eficacia contra la COVID-19 está demostrada. Si no dispone de un desinfectante aprobado, utilice una solución de lejía (cloro) diluida.

Lea y siga las instrucciones del fabricante para utilizar los productos de limpieza y desinfección de manera segura. Dependiendo del producto, es posible que usted deba:

- Llevar puestos equipos de protección, tales como guantes, gafas de protección o gafas de seguridad.
- Utilizar el producto en áreas bien ventiladas.
- Dejar el producto en contacto con la superficie durante un tiempo suficiente para que el desinfectante desactive al virus.
- Almacenar o eliminar el producto de forma adecuada.



Coloque los artículos de limpieza desechables que haya utilizado (tales como cabezales de fregonas y trapos) en un contenedor para residuos forrado antes de desecharlos. Lave los artículos de limpieza reutilizables en agua caliente (60°C – 90°C), con jabón o detergente.

Si utilizó guantes, después de quitárselos lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no dispone de jabón y agua, utilice un desinfectante para manos que contenga al menos 60% de alcohol.

Limpieza y desinfección en su hogar

Limpie y desinfecte con regularidad las superficies y los objetos que más se toquen en su hogar. Hacer esto es especialmente importante cuando están visiblemente sucios o cuando alguien está enfermo.

Ejemplos de superficies y objetos tocados con frecuencia en el hogar:

- juguetes
- inodoros
- interruptores de luz
- cestas de lavandería
- mesas y mostradores
- teléfonos, mandos de televisión, aparatos electrónicos
- manillas, tiradores para gabinetes, frigoríficos, lavavajillas, armarios, grifos



Cuando alguien en su casa tiene (o podría tener) COVID-19

Para reducir el riesgo de contagio, limpie y desinfecte con más frecuencia las superficies y los objetos más tocados en su hogar. Hacer esto será especialmente importante si alguien en su hogar corre el riesgo de enfermarse con mayor gravedad o más complicaciones si contrae COVID-19.

Limpie y desinfecte con regularidad los espacios que haya utilizado la persona que tiene (o que podría tener) COVID-19, tales como las áreas para dormir y los lavabos. Cuando limpie y desinfecte, póngase el respirador o la mascarilla de mejor calidad y ajuste que tenga a su disposición.

Puede lavar la ropa contaminada y sucia (por ejemplo las mascarillas reutilizables) junto con la demás ropa. Cuando lave ropa contaminada:

- Ponga dicha ropa directamente en la lavadora, o bien en un recipiente forrado si no va a lavarla de inmediato.
- Lave dicha ropa utilizando un ciclo de agua caliente (60°C – 90°C) con jabón o detergente para ropa.
 - Si no se dispone de lavadora, lave dicha ropa a mano utilizando jabón y agua caliente.
- Hágala secar completamente.

Lávese las manos en cuanto haya terminado de manipular ropa contaminada.