



# COLORADO

Division of Environmental  
Health & Sustainability

Department of Public Health & Environment

17 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](#), así como en las [recomendaciones provisionarias para las instalaciones comunitarias de Estados Unidos con casos presuntos o confirmados de COVID-19](#).

Con base en lo que se sabe del virus, el contagio de persona a persona ocurre con mayor frecuencia cuando se establece contacto estrecho (de alrededor de 6 pies como máximo). Este tipo de transmisión se da por medio de gotículas respiratorias. No está documentada la transmisión de COVID-19 a las personas a través de superficies contaminadas por el virus. La evidencia actual sugiere que este puede permanecer vivo de horas a días sobre superficies de distintos materiales. La limpieza y posterior desinfección de superficies visiblemente sucias y de alto contacto con las personas 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

- **Limpieza y desinfección luego de que personas de quienes se sospeche o se sepa con seguridad que tienen COVID-19 hayan estado en las instalaciones**
  - Se recomienda clausurar las áreas utilizadas por personas enfermas y esperar cuanto sea posible para limpiar y desinfectar a fin de minimizar la posibilidad de exposición a las gotículas respiratorias. Abrir puertas y ventanas que dan al exterior para aumentar la circulación de aire en el área. **Restringir el acceso durante dos horas luego de que la persona se haya ido. Si es posible, esperar hasta 24 horas antes de proceder a la limpieza y desinfección.**

- Limpiar y desinfectar todas las áreas (p. ej., oficinas, baños y áreas de uso común) que hayan sido utilizadas por las personas enfermas, con especial atención a las superficies de contacto frecuente. Seguir aplicando todas las recomendaciones de limpieza y desinfección que se detallan a continuación.
- Para limpiar y desinfectar superficies, usar guantes descartables, que deberán desecharse luego de cada limpieza. Si se reutilizan los guantes, deben destinarse únicamente a la limpieza y desinfección de superficies para prevenir la COVID-19 y a ningún otro propósito. Lavarse las manos inmediatamente luego de sacarse los guantes.
- Si las superficies están sucias, deben limpiarse 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 resultar eficaces. Consultar las instrucciones del fabricante de los productos de limpieza y desinfección utilizados.
- Si resultan apropiadas para la superficie en cuestión, se pueden usar soluciones de lejía diluida de uso doméstico. Consultar la etiqueta del recipiente de lejía para asegurarse de que el contenido sea desinfectante y leer las instrucciones para mezclarlo. Seguir las instrucciones del fabricante para la mezcla, aplicación y ventilación adecuadas. Evitar usar botellas de lejía que parezcan tener una antigüedad mayor a un año o que tengan una fecha de vencimiento ya pasada. Nunca mezclar lejía de uso doméstico con amoníaco o cualquier otro limpiador. Para ser eficaz contra el coronavirus, la lejía de uso doméstico no vencida debe estar correctamente diluida.
  - Para preparar una solución de lejía, mezclar lo siguiente:
    - 5 cucharadas (1/3 de taza) de lejía por galón de agua. Esta es una "receta estándar". Asegurarse 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, seguir las instrucciones del fabricante (p. ej., en lo que respecta a la concentración, método de aplicación, tiempo de contacto, etc.). En el siguiente enlace, se puede acceder a la lista de productos para eliminar patógenos virales aprobados por EPA que serían efectivos contra la COVID-19: <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>
- En el caso de superficies suaves (porosas), como pisos alfombrados, tapetes y cortinas, eliminar la contaminación visible, si la hay, y limpiar con los limpiadores adecuados para estas superficies. Luego de limpiar:
  - lavar todo según lo que indiquen las instrucciones del fabricante. De ser posible, hacer el lavado con el agua lo más caliente posible y secar todo completamente, o
- Usar 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

- Usar guantes descartables para manipular la ropa sucia de una persona enferma, y luego desecharlos. 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. [Lavarse las manos](#) inmediatamente luego de sacarse los guantes.
  - Si no se usan guantes para manipular la ropa sucia, lavarse las manos después de hacerlo.
  - Evitar en lo posible sacudir la ropa sucia. De ese modo, se minimizará el riesgo de que el virus se disperse por el aire.
  - lavar todo según lo que indiquen las instrucciones del fabricante. De ser posible, hacer el lavado con el agua lo más caliente posible y secar todo completamente. La ropa sucia de una persona enferma se puede lavar con la ropa de otras personas.
  - Limpiar y desinfectar los recipientes para la ropa sucia aplicando las recomendaciones anteriores para las superficies. También se 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.

#### **Limpieza y desinfección luego de que personas de quienes se sospeche o se sepa con seguridad que tienen COVID-19 hayan estado en las instalaciones**

- Se recomienda clausurar las áreas utilizadas por personas enfermas y esperar cuanto sea posible para limpiar y desinfectar a fin de minimizar la posibilidad de exposición a las gotículas respiratorias. Abrir puertas y ventanas que dan al exterior para aumentar la circulación de aire en el área. **Restringir el acceso durante dos horas luego de que la persona se haya ido. Si es posible, esperar hasta 24 horas antes de proceder a la limpieza y desinfección.**
- Limpiar y desinfectar todas las áreas que hayan sido utilizadas por las personas enfermas, con especial atención a las superficies de contacto frecuente. Seguir aplicando todas las recomendaciones de limpieza y desinfección que se detallan a continuación.

### Guía específica para las escuelas

Las escuelas deben limpiar y desinfectar las superficies de uso habitual del mismo modo en que lo harían si hubiera 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 y, por supuesto, 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 entregados a los niños.

### Guía específica para restaurantes

Los restaurantes y demás establecimientos de venta de alimentos al por menor deben seguir con la limpieza y medidas de higiene 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. En este enlace, se puede acceder a pautas detalladas sobre prácticas de limpieza y desinfección para restaurantes:

[https://drive.google.com/file/d/1pXAFPXCTLqBZvTJpuqrH45YeLB\\_Jc2wP/view](https://drive.google.com/file/d/1pXAFPXCTLqBZvTJpuqrH45YeLB_Jc2wP/view)

### Guía específica para hoteles

Los hoteles y demás alojamientos públicos en los que se haya quedado una persona enferma, en cuarentena o en aislamiento deberían seguir las recomendaciones del Centro para el Control de Enfermedades: [Pautas provisionarias para la limpieza y desinfección ambiental en hogares de Estados Unidos con casos presuntos o confirmados de COVID-19](#).

- Se recomienda clausurar las áreas utilizadas por personas enfermas y esperar cuanto sea posible para limpiar y desinfectar a fin de minimizar la posibilidad de exposición a las gotículas respiratorias. Abrir puertas y ventanas que dan al exterior para aumentar la circulación de aire en el área. **Restringir el acceso durante dos horas luego de que la persona se haya ido. Si es posible, esperar hasta 24 horas antes de proceder a la limpieza y desinfección.**
- En las áreas que hayan sido visitadas o utilizadas por personas enfermas, seguir con la limpieza y desinfección de rutina especificadas en esta pauta.

### 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>

#### Recomendaciones:

- 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. Limpiar y desinfectar 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. Utilizar desinfectantes registrados en la EPA que tengan acción microbicida contra los patógenos con mayores posibilidades de contaminar el entorno de asistencia al paciente. Hacerlo siguiendo las instrucciones del fabricante. (IB/IC)
- IV.F.5. Incluir 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. No hay recomendaciones para la utilización de fundas protectoras o teclados lavables. (Cuestión sin resolver.)

Estas recomendaciones, que proporcionan información complementaria a 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 deben seguirse las instrucciones que aparecen en las etiquetas de todos los productos de higienización y desinfección, y que estos deben estar registrados ante la EPA y ser de nivel hospitalario (eficaces contra *Salmonella choleraesuis* (entérica), *Staphylococcus aureus*, y *Pseudomonas aeruginosa*)