

Limpieza y desinfección del HOGAR

De acuerdo con las recomendaciones del Ministerio de Salud Nacional, se debe **aumentar la frecuencia de las actividades de limpieza y desinfección en el hogar**, especialmente en superficies de:

- ▶ Puertas
- ▶ Pasamanos
- ▶ Chapas
- ▶ Rejas
- ▶ Interruptores
- ▶ Pisos
- ▶ Paredes
- ▶ Canillas
- ▶ Ventanas
- ▶ Ropa de cama
- ▶ Juguetes
- ▶ Toallas

Y todos los elementos con los cuales la familia tiene contacto constante y directo, por ejemplo:

- ▶ Celulares
- ▶ Control remoto
- ▶ Computadores
- ▶ Equipos electrónicos

Es muy importante **lavar y desinfectar todo aquello que haya estado en el exterior de la vivienda**, como la ropa, el calzado, las bolsas en que traes los víveres y los alimentos.



**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**

Escuela de Nutrición y Dietética

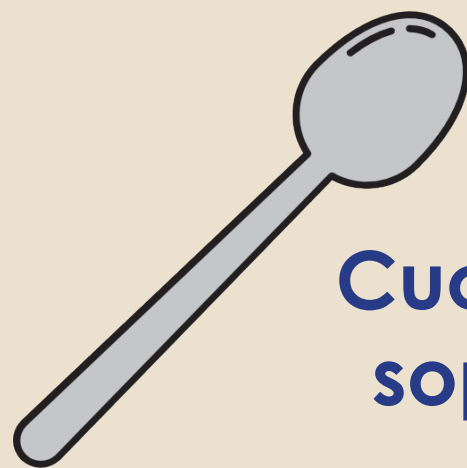
Limpieza y desinfección del HOGAR

Para preparar la solución desinfectante es importante tener en cuenta:

- 1** Aliste los recipientes para hacer la preparación, estos deben ser **preferiblemente de plástico**; utilice un balde que le permita medir la cantidad de litros de agua. Tenga en cuenta elementos de protección como guantes plásticos y gafas para evitar salpicaduras en los ojos o en la piel.
- 2** Identifique la **concentración de hipoclorito** del blanqueador o producto con cloro que posea en el hogar (2.25% - 5.25%).
- 3** La medición del producto que encontrará a continuación, se realizará con una **jeringa o cuchara sopera o cuchara tintera** según el uso.



Cuchara
tintera



Cuchara
sopera



UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA

1803

Escuela de Nutrición y Dietética

Limpieza y desinfección del HOGAR

Cantidad de agua y de hipoclorito a preparar según el uso:

Elemento a desinfectar	Concentración de hipoclorito	Cantidad de agua	Cantidad del producto
<ul style="list-style-type: none">•Chapas, celulares, canillas, loza, cubiertos y demás elementos de constante contacto con las manos.•Empaques de alimentos (latas, embutidos, lácteos).•Ambiente.	2.25%	1 litro	9 cdas soperas
	5.25%	1 litro	4 cdas soperas
<ul style="list-style-type: none">•Pisos, paredes, limpiones, traperas, baños y mesones.	2.25%	1 litro	4 cdas soperas
	5.25%	1 litro	2 cdas soperas
<ul style="list-style-type: none">•Alimentos: frutas, verduras y tubérculos.	2.25%	1 litro	1 cda dulcera
	5.25%	1 litro	1 cda tintera



**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**

Escuela de Nutrición y Dietética

Limpieza y desinfección del HOGAR

¿Cómo puede proceder a desinfectar?

- 1** Se puede desinfectar mediante un limpión directamente (trapos o toallas limpias) o preparar en un atomizador y frotar con un limpión.
- 2** Si utiliza un paño limpio, mójelo con la solución y páselo por la superficie. Luego se deja secar al aire.
- 3** Para los **pisos** realice la última trapeada con esta solución y deje secar.
- 4** Para desinfectar **superficies** de juguetes, mesones, gabinetes, empaques de alimentos, cubiertos, platos y vasos, los debe sumergir en la solución desinfectante por 5 minutos y dejar secar.
- 5** Para desinfectar **alimentos** como frutas, verduras y huevos, primero lávelos en el chorro de agua y luego sumérjalos en la solución desinfectante preparada. Las frutas y verduras por 3 minutos, los huevos por 1 minuto y enjuague nuevamente con abundante agua.
- 6** Para desinfectar los ambientes, muebles, techos, ropa y elementos que llegan de la calle, utilice la solución en un atomizador para esparcir sobre las superficies. En los ambientes lo puede utilizar 2 veces al día.



UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA

Escuela de Nutrición y Dietética

Limpieza y desinfección del HOGAR

¿Cómo puede seguir todas estas recomendaciones de manera segura?

- 1** Tenga en cuenta que el Covid 19 se puede controlar con buenos procesos de limpieza, utilizando agua y jabón, esto aplica para manos, cuerpo, ropa, ropa de cama, toallas, entre otros.
- 2** Los productos comerciales que se tienen en casa y que contribuyen a la preparación de un desinfectante son aquellos que contienen hipoclorito, conocido como blanqueador y disponible en diferentes marcas. Para mayor exactitud en su preparación, se debe **buscar la concentración** que aparece en la etiqueta, por ejemplo: hipoclorito al 5.25% o hipoclorito al 2.25%.
- 3** Estos productos **se deben usar con precaución** ya que son elementos químicos que mal utilizados pueden causar daño y accidentes en el hogar. Por tanto, no deben olerse, consumirse, ni mezclarse con otros químicos o detergentes, **SOLO CON AGUA.**



UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA

1803

Escuela de Nutrición y Dietética



Limpieza y desinfección del HOGAR

- 4 Estos productos **deben estar siempre en un lugar separado** de los alimentos, bien cerrados y marcados, lejos del alcance de los niños y las mascotas, si se necesita reenvasar, se deben utilizar frascos limpios, secos y marcarlos bien para evitar confusiones.
- 5 El **hipoclorito es un agente químico muy corrosivo**, también causa irritación en ojos, piel y vías respiratorias, por esta razón no se deben utilizar cantidades mayores a las recomendadas para hacer la desinfección y siempre debe aplicarse en espacios con buena ventilación.
- 5 Debe preparar nueva solución desinfectante cada 4 horas porque **el cloro se evapora y pierde efectividad**.
- 6 Tenga presente que el hipoclorito **NO se debe mezclar** con detergentes, jabones, agentes químicos con amonio o ácidos para quitar manchas o grasa, pues se generan vapores que pueden ser peligrosos para la salud.



UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA

1803

Escuela de Nutrición y Dietética

