

# COVID-19

## RECOMENDACIONES PARA LA LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EN CASA CON CASOS SOSPECHOSOS O CONFIRMADOS DE COVID-19

La limpieza y la desinfección de espacios cuando hay pacientes de COVID-19 o portadores de SARS-COV-2 en el hogar, requiere un manejo especial.

### RECOMENDACIONES GENERALES

- Ubicar al paciente en una habitación individual bien ventilada (con las ventanas abiertas).
- Limitar el movimiento del paciente en la casa y minimizar el espacio a compartir. Asegurar que los espacios compartidos estén bien ventilados.
- Separar los espacios de dormir y cuando sea posible ubicar al paciente en una habitación independiente.
- Realizar el lavado de las manos con agua y jabón durante 40-60 segundos frecuentemente y por lo menos en los momentos críticos:
  - Inmediatamente al llegar de la calle
  - antes y después de comer
  - antes y después de preparar comida
  - después de ir al baño
  - antes y después de realizar una tarea de limpieza
  - antes y después de tocar dinero
  - antes de ponerse y después de quitarse el Equipo de Protección Personal (EPP) y en especial los guantes
  - después de cualquier tipo de contacto con el paciente.
- Secar las manos con toallas de papel desechables. Si no están disponibles, usar toallas de tela limpias y reemplazarlas diariamente. Estas deben ser de uso exclusivo del paciente.
- Asegurar el uso de EPP durante la limpieza: mascarilla, gafas protectoras, guantes y delantales de plástico resistente a fluidos. Este EPP es de uso personal.
- Limpiar los guantes reutilizables, el delantal y las gafas con agua y jabón y luego desinfectar con una solución de hipoclorito de sodio al 0,1% de acuerdo con las indicaciones de la tabla de abajo.
- Limpiar las superficies que se tocan con mucha frecuencia con agua y detergente por lo menos dos veces al día. Luego aplicar una solución de hipoclorito de sodio al 0,1%, de acuerdo con las indicaciones de la tabla de abajo, dejando actuar el desinfectante como mínimo por 1 minuto antes de enjuagar.
- Limpiar las superficies en la habitación donde se atiende el paciente, como la mesa que se utiliza en la noche, la lámpara sobre la mesa que se utiliza en la noche, la cama, las manijas y los grifos con

# COVID-19

agua y detergente y luego aplicar una solución hipoclorito de sodio al 0,1% al menos dos veces al día, de acuerdo con las indicaciones de la tabla de abajo, dejando actuar el desinfectante como mínimo por 1 minuto.

- Limpiar los baños con agua y detergente y luego aplicar una solución de hipoclorito de sodio al 0,1% al menos dos veces al día, de acuerdo con las indicaciones de la tabla de abajo, dejando actuar el desinfectante como mínimo por 1 minuto.
- Descargar el inodoro con la tapa hacia abajo para evitar salpicaduras de goteo y nubes de rocío.
- Usar ropa de cama y utensilios para comer, de uso exclusivo del paciente.
- Colocar la ropa, la ropa de cama, las toallas de baño y de manos del paciente en una bolsa para transportarlos a la zona de lavandería de la casa. No sacudir la ropa sucia. Usar EPP.
- Lavar la ropa, la ropa de cama, las toallas de baño y de manos del paciente con agua caliente y detergente, y secar bien.
- Desechar pañuelos de papel, mascarillas y otros materiales de limpieza del paciente, en un recipiente de uso exclusivo con bolsa y tapa.
- Disponer los residuos del cuarto del paciente en doble bolsa para su manejo según las normas nacionales.

## ¿CÓMO PREPARAR LAS SOLUCIONES DESINFECTANTES?

- Utilizar la concentración de hipoclorito de sodio disponible en el país, que está indicada en la etiqueta del envase, para mezclar la concentración de solución de desinfectante según el uso destinado siguiendo las indicaciones de la tabla de abajo.
- Utilizar medidas de protección como guantes, mascarilla, protección de ojos y delantal para la mezcla de las soluciones.
- Preparar las soluciones diariamente. Si no necesita un litro por día, hacer ajustes en las cantidades de la tabla de abajo.
- Utilizar un envase exclusivo para las soluciones preparadas, y marcar (rotular) el envase con la concentración claramente.
- No reutilizar empaques de productos comestibles para preparar la solución desinfectante y así evitar envenenamientos accidentales.
- Adicionar la cantidad de hipoclorito de sodio a la cantidad de agua según se indica en la tabla de abajo.
- No mezclar hipoclorito de sodio con jabón o limpiadores.
- Guardar el hipoclorito de sodio fuera del alcance y vista de niños, en un lugar seguro y que no esté expuesto a la luz y el calor.
- Usar presentaciones de hipoclorito de sodio que vengan sin suavizantes o elementos que le den color u olor.

# COVID-19

concentración de hipoclorito de sodio	concentración de solución desinfectante			
	0,05% <sup>1</sup>		0,1%	
	Para lavado de manos y lavado de ropa		Para desinfección de superficies y pisos y utensilios de limpieza	
	cantidad de producto	cantidad de agua	cantidad de producto	cantidad de agua
1%	50 ml	1 litro	100 ml	1 litro
3%	15 ml	1 litro	30 ml	1 litro
4%	13 ml	1 litro	25 ml	1 litro
5%	10 ml	1 litro	20 ml	1 litro
10%	5 ml	1 litro	10 ml	1 litro

Unidad de Cambio Climático y Determinantes Ambientales de la Salud  
Departamento de Enfermedades Transmisibles y Determinantes Ambientales de la Salud

OPS/CDE/CE/COVID-19/20-0024 • © Organización Panamericana de la Salud, 2020.

Algunos derechos reservados. Esta obra está disponible en virtud de la licencia CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

<sup>1</sup> En caso de no disponer de agua y jabón, alcohol en gel al 70% o Peróxido de Hidrógeno, podría usarse una solución desinfectante de hipoclorito de sodio al 0,05% para lavarse las manos, sin embargo, esta es la opción menos recomendada, ya que el uso frecuente puede provocar alergias, dermatitis, despigmentación e incluso asma.