

Limpiar y Desinfectar el Hogar

Medidas Diarias y Adicionales Cuando Alguien se Enferma

Como Limpiar y desinfectar

Use **guantes desechables** para limpiar y desinfectar.

Limpiar

- **Limpié las superficies con agua y jabón.** Haga limpieza rutinaria en superficies de alto contacto.



Superficies de alto contacto incluyen

Mesas, manillas, interruptores de luz, mostradores, manijas, escritorios, teléfonos, teclados, retretes, grifos, lavabos, etc.



Desinfectar

- Limpiar el área o artículo con agua y jabón u otro detergente si está sucio. Después, use desinfectante de casa.
- **Recomiende el uso de desinfectantes de hogar aprobados por EPA.**

Siga las instrucciones de la etiqueta para asegurar el uso seguro y efectivo del producto.

Muchos productos recomiendan:

- Mantener las superficies mojada por un periodo de tiempo (vea la etiqueta el producto).
- Tomar precauciones como usar guantes y tener buena ventilación durante el uso del producto.

Cloro doméstico diluido también se puede usar si es apropiado para la superficie.

Verifique que el producto no se haya pasado de la fecha de vencimiento. El cloro de casa que no se ha vencido es efectivo contra el coronavirus apropiadamente diluido.

Siga las instrucciones del fabricante

para aplicación y ventilación adecuada. Jamás mezcle cloro de casa con amoníaco o cualquier otro producto.

Deje la solución en la superficie por **lo menos 1 minuto**

Para hacer solución de cloro, mezcle:

- 5 cucharadas de (un 1/3 de taza) cloro por un galón de agua
-
- 4 cucharaditas de cloro para un cuarto de agua
- **Soluciones de alcohol de por lo menos 70% alcohol.**

Superficies blandas

Para superficies blandas como **piso de alfombra, tapetes, y cortinas**

- **Limpié la superficie con agua y jabón** o limpiadores apropiados para el uso en estas superficies.



CS316270B 04/03/2020

cdc.gov/coronavirus

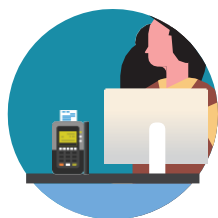
- **Lave los artículos** (si posible) de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Use el ajuste de agua caliente más apropiado y seque los artículos completamente.

O

- **Desinfecte con desinfectante de casa registrado por EPA.** [Estos desinfectantes](#) cumplen con los criterios del EPA para uso contra COVID-19.

Aparatos Electrónicos

- Para aparatos electrónicos, como **tabletas, pantallas táctiles, teclados, y control remoto.**
- Considere usar **cubierta limpiable** en los aparatos electrónicos.
- **Siga las instrucciones del fabricante** para limpiar y desinfectar.
 - Si no hay instrucciones, **use toallitas de limpiar o spray de por lo menos 70% alcohol.** Seque la superficie completamente.



Lavado

Para ropa, toallas, sábanas y otros artículos

- Lave los artículos de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Use **el ajuste de agua caliente más apropiado y séquelos completamente.**
- **Use guantes desechables** cuando toque ropa sucia de alguna persona enferma.
- La ropa sucia de una persona enferma se **puede lavar con los artículos de otras personas.**
- **No sacuda** la ropa sucia.



- Limpie y **desinfecte el canasto de la ropa sucia** de acuerdo con las instrucciones de limpiar superficies arriba indicado.
- **Quítese los guantes,** y lávese las manos cuanto antes.

Límpiese las manos con frecuencia

- **Lávese las manos** con frecuencia con agua y jabón 20 segundos.
 - Siempre lávese justo después de quitarse los guantes y después de contacto con un enfermo.
- **Desinfectante de manos:** Si no hay agua y jabón disponible y las manos no se ven sucias, use desinfectante que contenga por lo menos 60% de alcohol. Sin embargo, si las manos se ven sucias, siempre láveselas con agua y jabón.
- **Momentos claves adicionales de cuando lavarse las manos** incluyen:
 - Después de soplarse la nariz, toser, o estornudar
 - Después de usar el baño
 - Antes de comer y preparar comida
 - Después de tener contacto con animales y mascotas
 - Antes y después de ofrecer cuidado rutinario para alguien que necesite ayuda (p.ej. un niño)
- **Avoid touching** your eyes, nose, and mouth with unwashed hands.

Cuando alguien enferme

Habitaciones y Baños

Mantenga **habitaciones y baños separados para un enfermo** (si es posible)

- El enfermo debe mantenerse separado de los demás en casa (tanto como sea posible).

Si tiene habitación y baño separado Solo limpie alrededor del enfermo cuando necesario, cuando el área esté ensuciada. Esto le ayuda limitar el contacto con el enfermo.



- Los cuidadores pueden **ofrecer artículos de limpieza** al enfermo (si es apropiado). Esto incluye pañuelos, toallas de papel, limpiadores, y [- Desinfectantes registrados por EPA](#). Si el enfermo lo desea, puede limpiar su propio espacio.
- **Habitaciones compartidas:** La persona enferma debe limpiar y desinfectar después de cada uso. Si no es posible, el cuidador debe esperar todo lo que sea posible antes de limpiar y desinfectar.
- Ver [precauciones para miembros del hogar y cuidadores](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-prevent-spread.html) para más información.

Comida

- **Manténgase separados:** El enfermo debe comer (alimentado) en su habitación si es posible.



- **Lave los platos y cubiertos usando guantes y agua caliente:** Toque cualquier plato, taza/vaso, o cubiertos con guantes. Lávelos con agua caliente y jabón o en la lavaplatos.

- **Límpiese las manos** después de quitarse los guantes o tocar artículos usados.



Basura

- **Forre el recipiente de basura:** Si es posible, mantenga un recipiente de basura para el enfermo. Use guantes cuando saque las bolsas de basura, y toque y se deshaga de la basura. Lávese las manos después.

