



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

# Prácticas efectivas y seguras, guía para los custodios y el personal de mantenimiento y de limpieza

Documento de orientación

---

[aiha.org](https://www.aiha.org)

Auspiciado por el Comité de calidad ambiental interna de la AIHA

### INTRODUCCIÓN

Este documento brinda orientación sobre la limpieza y la desinfección para los custodios y el personal de mantenimiento y limpieza a fin de reducir los contagios de la COVID-19 dentro de los espacios de trabajo. El SARS-CoV-2 es el coronavirus que causa la enfermedad por COVID-19. Para que resulte más simple, este documento se referirá al virus simplemente como “el virus” y a la enfermedad como “COVID-19”.

El enfoque principal de este documento está puesto en aquellos que realicen tareas de limpieza y desinfección dentro de los lugares de trabajo. Cuenta con un documento anexo que se centra en la gestión de los trabajos de limpieza y desinfección. Además, al final del documento, se ofrece una lista completa con hipervínculos de referencias y de recursos adicionales.

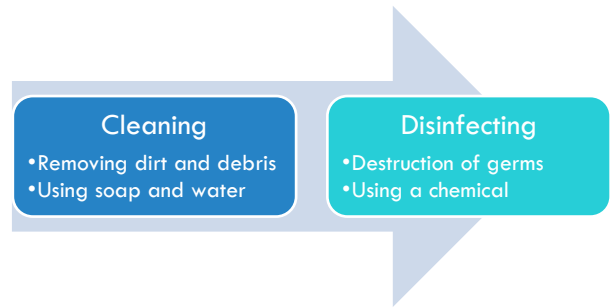
A pesar de que la primera propagación de la COVID-19 fue consecuencia del contacto personal, los estudios demostraron que en algunas superficies, el virus continúa siendo contagioso durante horas e, incluso, días. Por lo tanto, la limpieza y la desinfección efectivas son importantes para prevenir el avance de la enfermedad.

### SECCIÓN 1: ¿qué debo saber?

- Es posible que las gotas que contengan el virus pasen al aire cuando una persona infectada tosa, estornude o hable, y que queden depositadas en superficies que luego puedan entrar en contacto con otros.
- Se ha demostrado que el virus continúa siendo contagioso sobre ciertas superficies durante períodos de tiempo que van de horas a días. El virus se puede transmitir a una persona que toque un fómite (superficie u objeto inanimado que tenga el virus) y luego se toque la boca, la nariz o los ojos.



- A pesar de que la transmisión a través de un fómite no se considera una de las causas principales de contagio, la limpieza y la desinfección de superficies contaminadas por individuos contaminados aún puede prevenir la propagación de la enfermedad.



- Los productos de limpieza quitan de las superficies la suciedad, el polvillo, los aceites y las impurezas, incluidos los gérmenes, pero no tienen como objetivo evitar que los gérmenes o las partículas del virus que queden sean contagiosos. Es posible que la suciedad, la comida u otras partículas reduzcan la efectividad del desinfectante, es por eso que se aplica después de limpiar, a fin de evitar que los gérmenes o las partículas del virus que queden sean contagiosos.

#### Pesticides

- Disinfectants, including disinfectant wipes
- Used on inanimate objects such as countertops, grocery carts, door handles, etc.

#### Antiseptics

- Hand sanitizers available in gel, liquid, and spray forms
- Used on people and other living things

- Los desinfectantes están diseñados para matar gérmenes o partículas del virus, y están regulados como pesticidas por la Agencia de Protección Ambiental de EE. UU. (EPA). Tienen como objetivo desinfectar superficies, y NO deben ser usados en seres vivos. No deberían ser confundidos con los sanitizantes para manos ni otros antisépticos que sí puedan ser usados en seres vivos y que estén regulados por la Administración de Medicamentos y Alimentos de EE. UU. (FDA).



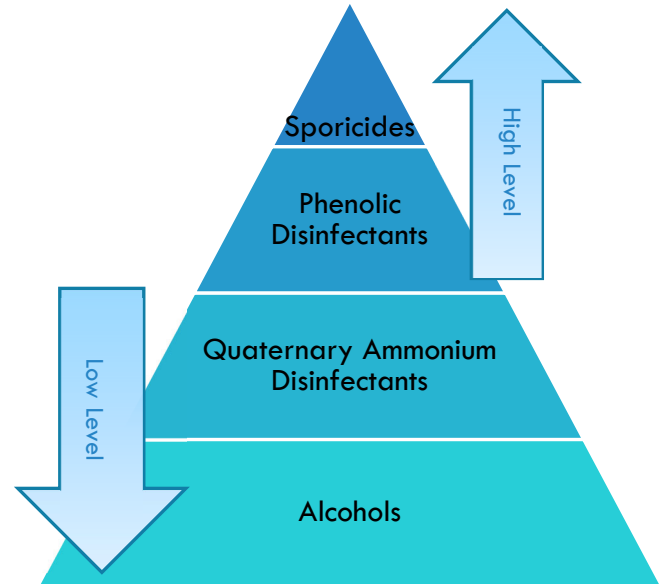
HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org



La mayoría de los desinfectantes tardan en hacer efecto. Leer la etiqueta para saber cuánto tiempo debe permanecer el producto en contacto con la superficie para desinfectarla. El tiempo de PERMANENCIA o de CONTACTO del producto es el período de tiempo que debe permanecer en contacto con una superficie potencialmente contaminada para ser efectivo.

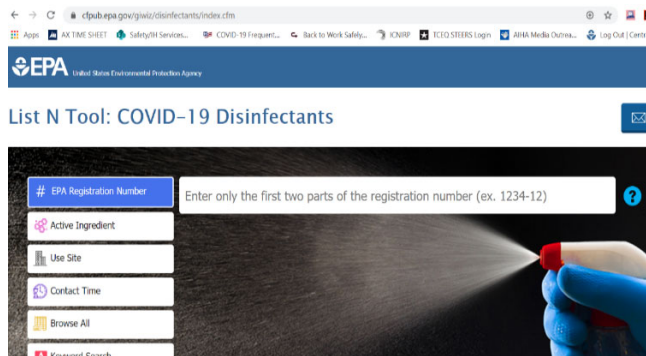
Los desinfectantes están clasificados como de “bajo nivel” o de “alto nivel”. Los desinfectantes de alto nivel pueden eliminar microorganismos, incluidas las esporas bacterianas que, por lo general, son muy resistentes a los agentes químicos y físicos. Muchos desinfectantes de bajo nivel igual son efectivos contra el virus que causa la COVID-19.



### ¿Qué es un desinfectante registrado por la EPA?

La Lista N de la EPA contiene los desinfectantes aprobados para su uso contra el SARS-CoV-2. Para los desinfectantes que estén en la lista, el número de registro de la EPA es los dos primeros números ubicados en la etiqueta. Este indica la lista de la EPA en la que se encuentre el producto. Por ejemplo, si el Reg. n.º 6836-313 aparece en la Lista N de la EPA, se puede comprar un Reg. n.º 6836-313-41348 sabiendo que se está adquiriendo un producto capaz de eliminar el virus SARS-CoV-2.

La EPA cuenta con una [página web](#) donde se pueden encontrar productos utilizando las primeras dos partes del número de registro, el ingrediente activo y otros criterios, incluidas las superficies específicas donde se quiera aplicar el producto.



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

## SECCIÓN 2: qué se debe limpiar y desinfectar

Una rutina rigurosa de limpieza y desinfección es esencial como medida preventiva para proteger a los trabajadores, los clientes, los visitantes y los proveedores contra la exposición al virus.

Los empleadores deberían solicitar la colaboración del personal de limpieza para planificar un cronograma que detalle los procedimientos operativos estándar (POE) de limpieza y desinfección mejorados rutinarios y no rutinarios. Este cronograma debería incluir los lugares y los materiales específicos, el equipo, y las superficies del establecimiento que deban ser limpiados y desinfectados. Se deberían considerar las áreas de alto contacto y los patrones del tráfico de ocupantes.

Se debería utilizar un registro o una lista de verificación diaria para dejar asentado que todos los elementos han sido limpiados y desinfectados según el POE. Antes de comenzar, el personal de limpieza debería hacer una inspección visual de las áreas que tengan que limpiar y desinfectar. El POE también debería explicar los procedimientos mejorados para que los individuos realicen rutinariamente la limpieza de sus propios escritorios, oficinas o estaciones de trabajo, si es necesario. Es posible que los empleadores necesiten asignar o contratar más personal auxiliar o de mantenimiento para cumplir estas tareas.

### Ejemplos de procedimientos para lugares comunes de alto contacto:

- Baños:
  - Limpiar y desinfectar todas las superficies, los accesorios, los picaportes, las placas de empuje y los interruptores.
  - Limpiar y desinfectar todos los lavabos, los inodoros, los soportes de pared para papel o los secadores de aire. Ser cuidadosos para reducir la exposición a salpicaduras de inodoro y a columnas de partículas aerosolizadas provenientes del



inodoro, y utilizar poco los secadores de aire para limitar la propagación de suciedad y de restos que contengan coronavirus y otros contaminantes.

- Áreas de comida, cafetería, salas de conferencias, auditorios, máquinas expendedoras y áreas de descanso para empleados:
  - Limpiar y desinfectar todos los mostradores, las mesas, las sillas, y el equipo, como microondas, refrigeradores, hornillas eléctricas y estufas.
  - Si alguna superficie está cubierta por un tapizado o una tela, identificar el producto más seguro para utilizar. Debido a que las telas no se pueden limpiar ni desinfectar fácilmente, considerar la posibilidad de reemplazo por sillas o muebles sin cobertores de tela. Si se buscan cobertores impermeables para muebles, asegurarse que haya un desinfectante en la lista de la EPA que pueda servir para ese material.



Courtesy of CDC



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

- En las salas de conferencia, limpiar y desinfectar los equipos audiovisuales y de audio, los marcadores, las cintas y otros artículos para compartir. Prestar atención a las instrucciones de uso del producto para asegurarse de que sea compatible con cualquier equipo eléctrico.
- Estaciones de primeros auxilios y oficinas de salud:
  - Limpiar y desinfectar las camillas o las camas luego de cada uso.
  - Utilizar cobertores en las mesas de tratamiento y los almohadones que se puedan cambiar después de cada uso.
  - Desechar con cuidado los cobertores descartables o lavar los cobertores reutilizables luego de cada uso (consultar la Sección de lavado para obtener más información).

### Ejemplos de superficies de contacto frecuente:

- Interruptores de luz, barandas, picaportes y manijas
- Entradas y áreas de alto tráfico
- Recipientes de basura
- Lavabos
- Inodoros
- Soportes para toallas de papel
- Secadores de aire (usar poco)
- Fuentes de agua y bebederos
- Conductos de aire acondicionado y de calefacción
- Lámparas y otros accesorios de luz y botones
- Equipos de oficina, como máquinas fotocopadoras o de fax
- Botones del elevador



### SECCIÓN 3: cuándo se debe limpiar y desinfectar

- Las superficies de contacto frecuente se deberían limpiar por lo menos a diario, y si es posible, con más frecuencia.
- La limpieza de baños públicos, lavabos e instalaciones sanitarias utilizadas por muchas personas, por ejemplo en centros comerciales, aeropuertos, etc., deberían realizarse con más frecuencia, dependiendo del volumen de uso.
- Las evaluaciones para determinar la frecuencia de desinfección deberían considerar:
  - los pies cuadrados de espacio,
  - la cantidad promedio de gente que use el espacio y
  - la cantidad de superficies de alto contacto.
- Es posible que se necesite limpiar y desinfectar cada hora en las áreas de alto volumen. En las áreas de bajo volumen, se puede realizar este trabajo con menos frecuencia, como 2 o 3 veces por turno.

### Medidas posteriores a la exposición:

Los pasos a seguir si se ha identificado un caso sospechoso o confirmado de COVID-19 en un lugar de trabajo específico deberían incluir:

- Cerrar o aislar las áreas donde haya estado la persona o personas enfermas, y esperar 24 horas (siempre y cuando sea conveniente) antes de iniciar con las tareas de limpieza y desinfección.
- Limpiar y desinfectar cuando los espacios estén desocupados.
- Ventilar los espacios de forma natural abriendo las ventanas y las puertas, o ajustando la calefacción, ventilación y el sistema de aire acondicionado en edificios con ventilación mecánica. Los operadores de los edificios suelen realizar esto aumentando el ingreso de aire externo, la filtración y las emisiones en el sistema de climatización. Los abanicos de



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

ventana de extracción directa al exterior también pueden mejorar la ventilación en edificios que no cuenten con ventilación mecánica.

- Limpiar y desinfectar todas las áreas utilizadas por la persona o las personas enfermas, como las oficinas, los baños o las áreas comunes, prestando especial atención a las superficies de contacto frecuente.
- Si las superficies están sucias, limpiarlas utilizando una solución de detergente o jabón y agua antes de desinfectar. Considerar limpiar y desinfectar las superficies dos veces, a fin de asegurar la limpieza previa.
- Los procedimientos de limpieza y el uso de productos de limpieza y de desinfección deberían seguir las instrucciones mencionadas anteriormente.
- Para desinfectar, utilizar productos con declaración de patógenos virales emergentes aprobados por la EPA, que se espera que sean efectivos contra la COVID-19. Seguir las instrucciones de uso del fabricante para todos los productos de limpieza y de desinfección, lo que incluye la concentración, la forma de uso y el tiempo de contacto.
- Se recomienda el uso de productos de único uso y desechables, como paños húmedos, para que puedan ser desechados de forma segura después de ser utilizados. Evitar los aplicadores en spray (nebulizadores) para reducir la exposición al aire.
- Los desechos producidos durante la limpieza deberían colocarse en una bolsa separada para evitar el contacto, y luego pueden desecharse en basureros sin clasificación.
- Consultar la Sección 5 sobre el uso de los equipos de protección personal (EPP) adicional y la protección respiratoria apropiada.
- El control de calidad es fundamental. Los supervisores deben verificar que se respeten todos los procedimientos de trabajo. Esta verificación debería incluir una inspección visual para confirmar que las superficies estén limpias y libres de cualquier

suciedad o restos. Se deberían utilizar listas de verificación para constatar que el trabajo se esté llevando a cabo según lo especificado por el POE.

## SECCIÓN 4: cómo se debe limpiar y desinfectar

Los métodos de limpieza dependerán del tipo de material que se limpie. Consultar las superficies y los métodos de limpieza comunes que se encuentran a continuación.

### Superficies duras (no porosas):

- Las superficies duras y no porosas incluyen el acero inoxidable, los pisos, las superficies de la cocina, los mostradores, las sillas y las mesas, los lavabos, los inodoros, las barandas, las placas de los interruptores de luz, los picaportes, y los juguetes de plástico y de metal.
- En el POE se deberían incluir los procedimientos y los cronogramas de limpieza del equipo de filtración de aire portátil.
- Si las superficies están sucias, se las debería limpiar utilizando una solución de detergente suave o jabón y agua apta para esa superficie antes de desinfectar.
- Para desinfectar, utilizar un producto aprobado por la EPA para su uso contra el virus que causa la COVID-19. Seguir las instrucciones de uso del fabricante para todos los productos de limpieza y desinfección, lo que incluye el tiempo de contacto correcto.
- Además, si el empleador brinda soluciones de cloro diluido de uso doméstico, es importante asegurarse de que estén diluidas correctamente y que sean aptas para la superficie sobre la que se las estén aplicando.

### Superficies suaves (porosas):

- Las superficies suaves y porosas incluyen el piso alfombrado, los tapetes, los muebles tapizados



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

y los cobertores para ventanas, como cortinas y persianas.

- Quitar toda mancha o suciedad visibles.
- Para alfombras y tapetes, utilizar una aspiradora con filtro HEPA de alto rendimiento. Evitar utilizar una aspiradora estándar, ya que este tipo de equipo puede expulsar polvillo contaminado al aire.
- Es posible que ciertos desinfectantes dañen este tipo de materiales. El empleador debería elegir un producto que sea compatible con el material de la tela.
- Después de la limpieza, higienizar los artículos como corresponde según las instrucciones del fabricante. Los elementos que no puedan ser desinfectados, deberían ser quitados o limpiados a fondo con frecuencia.

### Uniformes y prendas para el trabajo de limpieza:

- Colocar los materiales en una bolsa sellada hasta que se los lave.
- No sacudir la ropa sucia.
- La ropa sucia de una persona enferma puede ser lavada junto con los elementos de otra persona.
- Lavar con agua caliente y detergente, preferentemente uno que contenga cloro para color.
- Secar a alta temperatura.
- Limpiar y desinfectar los cestos de ropa y toda bolsa reutilizable según lo indicado por la guía para superficies mencionada anteriormente, o utilizar un desinfectante para el hogar registrado por la EPA que cumpla con los criterios de uso contra la COVID-19 de esta asociación.

### Dispositivos electrónicos:

- Limpiar y desinfectar todos los dispositivos electrónicos, lo que incluye las tabletas, las pantallas táctiles, los teclados, los controles remotos y los cajeros automáticos.

- Considerar colocar un cobertor limpio y lavable sobre estos dispositivos.
- Respetar las instrucciones del fabricante para la limpieza y la desinfección.
- Si no existe una guía disponible, utilizar paños o espray a base de alcohol con al menos un 70 por ciento de alcohol.
- Secar toda la superficie.

### Herramientas y equipos:

- Se debe hacer todo lo posible para evitar que los trabajadores compartan los equipos y las herramientas.
- Cuando esto no se pueda evitar, la limpieza y la desinfección deberían realizarse siempre que la persona asignada para utilizar un conjunto de equipos o herramientas cambie.
- Se encuentra disponible una guía sobre herramientas de limpieza de Milwaukee Tools ([PDF](#)). Desarrollar un protocolo de limpieza para identificar las superficies de los equipos o de las herramientas que tengan que ser limpiadas y desinfectadas. Por lo menos, identificar lo siguiente:
  - Los tipos de superficies de las herramientas o de los equipos.
  - La frecuencia de la limpieza y la desinfección.
  - La ubicación de las superficies de alto contacto en las herramientas y en los equipos.
- Resulta necesario conocer el tiempo de contacto para una correcta limpieza, higienización y desinfección. Seguir las recomendaciones que se encuentren en la etiqueta de aprobación de la EPA para asegurarse de que el producto permanezca sobre la superficie durante el período de tiempo recomendado.

### Preparación para la limpieza:

Siempre respetar las instrucciones del fabricante al utilizar limpiadores o desinfectantes. Revisar la ficha



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | [aiha.org](http://aiha.org)

de datos de seguridad (FDS) del producto para conocer los químicos peligrosos y la forma para protegerse de ellos. La capacitación y los sistemas de comunicación de peligros deberían prevenir el manejo y la dilución inadecuados de químicos.

- Algunos productos de limpieza y desinfectantes vienen en spray listos para usar, otros son paños húmedos y otros son concentrados que deben diluirse antes de ser utilizados.
- Como regla general, asegurarse de preparar y de utilizar los productos en áreas con buena ventilación.
- Al mezclarlos, asegurarse de que la dilución de concentrados se lleve a cabo en áreas con buena ventilación.
  - Este proceso se puede realizar en un espacio interno o externo grande y abierto para asegurar una correcta corriente de aire.
  - No se debería realizar en una conserjería ni en una área pequeña y cerrada, como una sala de almacenamiento o un lavadero.
  - Seguir las recomendaciones de utilización de los PPE durante el proceso de dilución.
- El cloro para hogar que no haya expirado es efectivo contra el coronavirus si se lo diluye de la forma correcta. Si se utiliza cloro, utilizar gafas anti salpicaduras químicas y guantes de nitrilo.
- Preparar una solución de cloro mezclando 5 cucharadas (1/3 de taza) de cloro por cada galón de agua, o 4 cucharaditas de cloro por cada cuarto de agua.
- Las soluciones de cloro tendrán una efectividad de desinfección de hasta 24 horas.
- Seguir las recomendaciones del fabricante para diluir el concentrado.
  - Si se mezcla un concentrado en un spray genérico, asegurarse de incluir información de

identificación en la etiqueta. Por lo menos, la etiqueta debe incluir lo siguiente:

- Nombre del producto
- Dilución utilizada
- Fecha de la mezcla
- Información de los peligros

### Productos de limpieza y desinfectantes:

- La limpieza de superficies no porosas se puede realizar con una solución a base de detergente o con productos de limpieza etiquetados.
- Respetar las advertencias de las etiquetas para asegurarse de que se esté diluyendo el producto de la forma correcta (si es necesario) y de que no se estén mezclando dos productos incompatibles. Por lo general, se debería evitar mezclar químicos de limpieza. Esperar que un químico se seque antes de aplicar otro, ya que, de esta forma, se evita que se mezclen y que, posiblemente, se creen reacciones químicas.
- Revisar la FDS para obtener información sobre la seguridad y la incompatibilidad del producto.
  - Al limpiar una superficie, tener en cuenta lo siguiente:
    - No aplicar ni mezclar cloro y amoníaco juntos.
    - No aplicar ni mezclar cloro y vinagre juntos.
    - No aplicar ni mezclar cloro y alcohol juntos.
    - No aplicar ni mezclar peróxido de hidrógeno y vinagre juntos.
  - Leer los avisos de precaución de la etiqueta para obtener más recomendaciones.
- Algunos productos afirman que generan una barrera o una capa de protección para prevenir el crecimiento de microbios.
  - Revisar la etiqueta de aprobación de la EPA para asegurarse de que se haya evaluado esta afirmación.



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org



- Si no existe información de la EPA en el envase, se recomienda no utilizar la capa de protección.

### Métodos de aplicación:

Siempre seguir las instrucciones de la etiqueta para realizar mezclas. Los métodos mencionados en esta sección se aplicarán solo a las superficies no porosas.

### Aplicación de espray:

- A menos que se indique lo contrario, se debería aplicar una fina capa para asegurarse de que el químico se distribuya de manera uniforme sobre la superficie.
- Si se realiza una mezcla desde una solución concentrada, seguir las instrucciones sobre la proporción de mezcla y la aplicación.
- Las instrucciones para la aplicación del espray pueden incluir lo siguiente:
  - La distancia que debería haber entre la boquilla del aplicador y la superficie objetivo.
  - Las instrucciones de aplicación.
  - El tiempo de contacto específico para obtener el resultado deseado.

### Paños húmedos:

Se prefieren los paños de limpieza desechables, como los paños húmedos o toallas de papel, antes que las toallas de tela reutilizables. Se debería considerar que cualquier trapo reutilizable está posiblemente contaminado y que deberá ser lavado.

Los paños desechables deberían ser utilizados una vez y ser desechados a la basura después de eso.

- Respetar la información de la etiqueta de aprobación de la EPA sobre las áreas y las superficies de uso correctas.
- Respetar los tiempos de contacto para los propósitos deseados (limpieza o desinfección).
- Dejar que la superficie se seque completamente siguiendo las recomendaciones de la etiqueta.

### Nebulización, fumigación y pulverización electrostática:

La nebulización es uno de los métodos de aplicación de productos desinfectantes utilizado para cubrir áreas grandes. Otras formas relacionadas incluyen la fumigación y la pulverización electrostática.

Por lo general, no se recomienda la nebulización para desinfectar superficies. Existen factores que limitan su capacidad de aplicación, como ciertas condiciones ambientales específicas y efectos a los contenidos y los equipos del área. Esto significa que debe haber un proceso de selección del desinfectante apropiado para el ambiente de aplicación y que se lo debe utilizar de forma tal que se controlen los peligros adicionales creados al aplicar los productos aprobados a través de la nebulización. Por lo general, la nebulización requiere equipos especializados y es realizada por compañías experimentadas que tengan personal especialmente capacitado.

Si se utiliza este método, es esencial que se utilice un producto de desinfección aprobado por el fabricante para ese método de aplicación. Es posible que la efectividad del producto y su forma de aplicación cambien según el motivo de su uso. Nunca se debe asumir que un producto desinfectante del Fabricante A puede ser utilizado de la misma forma que un producto del Fabricante B.

Si la etiqueta del producto no contiene información sobre la nebulización, entonces se deberá asumir que la EPA de EE. UU. no ha evaluado su efectividad ni su seguridad de uso aplicándolo a través de la nebulización, y no se lo deberá utilizar de esa forma.

### Recontaminación de las áreas

- Se deberían tomar iniciativas para garantizar que la superficie desinfectada no se vuelva a contaminar por el uso de equipos, paños, y demás elementos que no hayan sido descontaminados.



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

- También se deberían considerar los procedimientos para optimizar los pasos de limpieza dentro de cada área y para proteger los artículos, como por ejemplo a través del uso de cobertores. Por ejemplo, las acciones que puedan expulsar materiales al aire, como pasar la aspiradora, deberían realizarse en primer lugar.
- En lo posible, tener equipos de limpieza y desinfección específicos para cada área del establecimiento.
  - Por ejemplo, contar con carros de equipos de limpieza y desinfección individuales para cada piso.
- Establecer un protocolo de desinfección para limpiar el equipo en caso de no poder contar con equipos separados.
  - Asegurarse de que el equipo de limpieza esté desinfectado antes de trasladarlo a una nueva área.
- Utilizar desinfectantes que estén dentro del período de conservación recomendado indicado por el fabricante.
  - El uso de productos expirados puede provocar problemas de recontaminación.

#### **Limpieza de superficies:**

Actualmente, no existen recomendaciones ni requisitos reguladores para determinar si una superficie o un objeto ha sido limpiado de forma adecuada. La mejor práctica actual consiste en respetar las recomendaciones de la etiqueta con respecto a la aplicación y al tiempo de contacto, y en utilizar técnicas de limpieza y de desinfección apropiadas. La supervisión por parte de otra persona puede servir como confirmación visual de que una superficie fue limpiada y desinfectada de forma correcta. Trabajar con los supervisores y la administración del edificio si existe un problema de efectividad de la limpieza. Existen métodos y técnicas disponibles para comprobar indirectamente si una superficie se limpió realmente. La administración debe seleccionarlos y brindarles una explicación completa a los trabajadores que estarán a cargo de la limpieza y la desinfección.

narlos y brindarles una explicación completa a los trabajadores que estarán a cargo de la limpieza y la desinfección.

- Se puede utilizar un material ultravioleta (como GloGerm™) como rastreador de presencia de materiales no removidos durante la limpieza.
- Las sustancias rastreadoras pueden ser utilizadas para indicar la efectividad del proceso de limpieza al colocarlas sobre distintas superficies antes de limpiarlas. Iluminar la superficie con luz ultravioleta tras la limpieza para ver si se ha quitado todo el rastreador.
- Se encuentra disponible una prueba de laboratorio, pero no es recomendada por ninguna autoridad reguladora actualmente.
- Estos métodos deberán ser utilizados únicamente como refuerzo para la observación visual y de limpieza correcta.

## **SECCIÓN 5: cuestiones del equipo de protección personal (EPP) y de seguridad**

### **i. Selección correcta del EPP:**

Según las autoridades reguladoras, como los Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) y la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA), es posible que la mayoría de los trabajadores de servicios ambientales, lo que incluye custodios, personal de mantenimiento y miembros del equipo de limpieza, no necesiten ningún otro EPP aparte de los que utilicen generalmente para protegerse durante las tareas de limpieza y desinfección rutinarias. Sin embargo, es posible que varias combinaciones de ingeniería (p. ej. ventilación localizada) y de administración (p. ej. turnos de trabajo más cortos) sean apropiadas para los trabajadores de servicios ambientales según las condiciones. Se pueden llegar a necesitar EPP adicionales cuando estos tra-



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

bajadores estén llevando a cabo procedimientos de limpieza y desinfección ‘mejorados’ antes de la reapertura de un edificio.

Estos procedimientos ‘mejorados’ incluyen tareas que por lo general no se realizan durante las rutinas de limpieza de un establecimiento o una habitación. Esto puede incluir la limpieza de fluidos corporales y de excremento de una persona sospechada, o ya confirmada, de tener síntomas adversos para la salud asociados con la COVID-19. En algunos casos, es posible que se contrate a otra empresa especializada en este tipo de limpiezas para que las realice.

En general, la selección de EPP para los trabajadores de servicios ambientales debería incluir lo siguiente:

- EPP para exposiciones al SARS-CoV-2:
  - Para las limpiezas de rutina, utilizar guantes resistentes a los químicos y mamelucos desechables, junto con todos los EPP normalmente utilizados para las tareas de rutina.
  - Para la limpieza de ambientes contaminados con fuentes de SARS-CoV-2 sospechadas o confirmadas, la administración debería analizar si es posible que los trabajadores de la limpieza necesiten otros EPP, como mascarillas, respiradores, y protección visual y facial. La administración decidirá si estos EPP adicionales son apropiados tras una evaluación profunda de los riesgos. Si se brinda este tipo de EPP, se recomienda que todos los trabajadores sigan las prácticas establecidas en la industria para estos equipos, lo que incluye el uso de EPP como protección, y el retiro y la eliminación de estos. Considerar ofrecer EPP de único uso para evitar agregar un nuevo riesgo al tener que compartirlos.
- EPP para exposiciones a químicos de limpieza potencialmente peligrosos:
  - Para las limpiezas de rutina, se recomienda que todo el personal de limpieza utilice productos

comunes de tipo comercial y que sigan las instrucciones del fabricante, incluidas las ofrecidas por la FDS. Se espera que la administración seleccione los EPP apropiados para proteger a los empleados contra químicos peligrosos. Cuando la administración lo considere necesario, como se indica en la Guía de administración, esta llevará a cabo una evaluación de riesgos, y el nivel del riesgo determinará el EPP adicional que será necesario.

## ii. Cuidado apropiado del EPP

Sin un mantenimiento apropiado, no se puede asegurar la efectividad del EPP. El mantenimiento debería incluir inspección, cuidado, limpieza, reparación y almacenamiento apropiado. Los cinco (5) pasos para un cuidado correcto de todos los EPP por parte de los usuarios (trabajadores) son los siguientes, dependiendo de las condiciones:

- Examinar el EPP antes y después de cada uso. Asegurarse de que el EPP se ajuste correctamente. Para los respiradores, es necesario que la administración solicite una autorización médica y pruebas de ajuste para cada trabajador antes del inicio de cualquier limpieza.
- Cuidar los propios EPP en todo momento, incluso durante los descansos. Cuidarlos significa que el trabajador debe asegurarse de que su propio EPP esté almacenado en un contenedor asignado, y debe comprobar si tiene manchas o rasgones antes de utilizarlo. Todos los EPP deben ser almacenados por los trabajadores en contenedores que hayan sido limpiados y desinfectados antes de su uso.
- Limpiar todos los EPP después de utilizarlos según lo ordenado por el empleador y de acuerdo con las instrucciones del fabricante.
- Reparar o reemplazar los EPP dañados o rotos lo antes posible.
- Guardar todos los contenedores de EPP en un ambiente limpio, seco y libre de la exposición a la



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

luz solar o a contaminantes, como los productos de limpieza.

La parte más importante en el cuidado de estos equipos es la inspección constante por parte del usuario. Es responsabilidad del trabajador cuidar de su propio EPP. Como empleado, es necesario conocer los procedimientos establecidos por el empleador para permitirles a los trabajadores conseguir un EPP nuevo o los repuestos necesarios para el equipo dañado, y para ofrecerles los productos apropiados que los ayuden a mantener los EPP limpios. Por ejemplo, los dispositivos de protección respiratoria requerirán un programa de reparación, limpieza, almacenamiento y pruebas periódicas. El empleado debería familiarizarse con el plan del EPP desarrollado por su empleador.

#### **Eliminación de EPP desechables después de la limpieza:**

En algunos casos, los trabajos de limpieza y desinfección requerirán el uso de guantes, batas y cartuchos de respiradores para proteger a los trabajadores mientras cumplen con sus tareas. En general, la mayoría de los EPP están diseñados para ser usados una sola vez, y por una sola persona, antes de ser desechados. Cuando se eliminen los EPP desechables, como los guantes, las batas y los cartuchos de los respiradores, es importante que se sigan los pasos correctos para garantizar que los contaminantes no se liberen en un área donde podrían causar daños en los otros trabajadores y en los ocupantes del edificio. Por lo general, se recomienda que todos los usuarios se quiten los EPP en un espacio (como una habitación 'limpia' en una unidad de descontaminación) antes de la entrada a un ambiente no contaminado del edificio. Esto contribuirá a la reducción de posibles exposiciones a otros ocupantes del establecimiento.

#### **Limpieza de EPP reutilizables (p. ej. mascarillas):**

El método recomendado para limpiar una mascarilla reutilizable (no un respirador N95) es el siguiente:

- Limpiar la mascarilla (no los cartuchos ni filtros) con una toallita de limpieza o sumergirla en agua tibia que no exceda los 120 grados Fahrenheit de temperatura y refregar con un cepillo suave hasta que esté limpia.
- Todos los EPP reutilizables (mascarillas, batas, etc.) deberían guardarse en contenedores designados hechos de materiales como plástico o metal, que puedan ser limpiados antes, o después, de su uso. Los trabajadores deberían tener sus propios contenedores designados para que los usen únicamente ellos. El trabajador debería limpiar con frecuencia el contenedor utilizando los productos de limpieza apropiados. Solo se deberían guardar EPP reutilizables que estén limpios en los contenedores.
- Para los respiradores N95, toda limpieza para su reutilización debe seguir las instrucciones del fabricante. No se recomienda que un respirador N95 se limpie para ser reutilizado si hay algún rasgón o daño en el filtro.

## **SECCIÓN 6: Recomendaciones de capacitaciones**

- El personal que realice el proceso de limpieza y desinfección debería recibir una capacitación anual en comunicación de peligros, según las normas de la OSHA, y la actualización periódica de la información sobre todos los químicos que estén usando.
- La capacitación del personal de custodia debería incluir lo siguiente:
  - Los principios básicos de la prevención y el control de infecciones.
  - La forma segura de preparar y utilizar soluciones de limpieza y desinfectantes.
  - La forma de preparación, uso, mantenimiento y almacenamiento de los EPP.



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

- Las personas que realicen limpiezas de rutina deberían recibir capacitación sobre las técnicas apropiadas para limpiar y desinfectar que se les solicite que apliquen a diario.
- Cualquier miembro del personal que se sienta incómodo con algún proceso o químico que esté utilizando debería ponerse en contacto con un profesional para consultar sus dudas personales.
  - Los higienistas industriales u otros profesionales de la salud y la seguridad ocupacionales pueden brindar este tipo de información a aquellos empleados con dudas.

## SECCIÓN 7: reporte de enfermedad y de posible exposición

### Reconocimiento de los síntomas adversos para la salud

Es importante hacer notar que existe un porcentaje de personas que den positivo en las pruebas de COVID-19, pero que posiblemente sean asintomáticas o manifiesten solo síntomas leves. Sin embargo, estos individuos podrían tener la capacidad de contagiar a otros trabajadores con quienes tengan contacto estrecho a través de la expulsión del virus al aire personal de ellos al respirar, toser o estornudar. Es por esta razón que se recomienda el uso de mascarillas (un cobertor facial, no necesariamente un respirador N95) mientras estén en lugares cerrados (p. ej. mientras limpian un baño juntos, etc.). Además, la administración debería desarrollar un protocolo de planificación para la detección temprana de signos o síntomas de la COVID-19. Todo el personal debe familiarizarse con ese protocolo y ayudar, cuando sea necesario, a identificar a los compañeros de equipo que estén manifestando estos signos o síntomas.

Por lo general, es posible que las personas tengan síntomas comunes de la COVID-19, como fiebre superior a los 100.4 grados Fahrenheit, sensación febril, empeoramiento o aparición de tos y dificultad

para respirar. Otros síntomas pueden incluir dolor de garganta, dificultad para tragar, pérdida del gusto o del olfato, náuseas, vómitos, diarrea, dolor abdominal, neumonía, secreción o congestión nasal.

Si usted, o alguien del trabajo, manifiesta estos efectos adversos para la salud, se recomienda que usted o la otra persona se retiren a sus hogares lo antes posible.

### Quédese en casa cuando esté enfermo

En caso de experimentar alguno de los síntomas mencionados anteriormente, se recomienda respetar las políticas del empleador respecto a la licencia por enfermedad o tratamiento médico relacionada con esta cuestión. Es una buena idea consultarle al empleador sobre su política si no se brinda esta información al momento de la contratación. En general, se espera que la mayoría de las políticas de las compañías impliquen quedarse en casa y pactar una cita para visitar al proveedor de atención médica. Si se realiza una prueba y los resultados dan positivo para COVID-19, se debe permanecer en el hogar y hacer cuarentena todo el tiempo que sea posible, sin contacto con el resto de la familia ni nadie que viva en la misma casa. También es importante conocer las políticas de licencia por enfermedad de su compañía, así como las leyes y las regulaciones locales, estatales y federales que las manejen. El objetivo de la política de licencia por enfermedad es garantizar que el empleado enfermo no vaya a trabajar de esa forma.

### Reporte al supervisor

En caso de sentirse mal por alguno de los síntomas mencionados anteriormente, ya sea en el trabajo o en la casa, o de haber dado positivo para la COVID-19, se recomienda contactar al supervisor tan pronto como sea posible. El propósito de este contacto es permitirle a la administración que tome todas las medidas necesarias para minimizar la propagación de la COVID-19 según las políticas de la compañía.



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

### RECURSOS

[Can I Use Fogging, Fumigating, or Electrostatic Spraying to Help Control COVID-19?](#) – EPA

[Cleaning and Disinfecting Your Facility](#) – CDC

[Cleaning and Disinfection for Community Facilities, Interim Recommendations for U.S. Community Facilities with Suspected/Confirmed Coronavirus Disease 2019 \(COVID-19\)](#) – CDC

[Cleaning and Disinfection for Households: Interim Recommendations for U.S. Households with Suspected or Confirmed Coronavirus Disease 2019 \(COVID-19\)](#) – CDC

[Cleaning and Disinfection for Non-Emergency Transport Vehicles](#) – CDC

[COVID-19 Employer Information for Office Buildings](#) – CDC

[The Dangers of Mixing Household Cleaners](#) – FEMA, 19 de marzo de 2020

[Design for the Environment Logo for Antimicrobial Pesticide Products](#) – EPA

[Disinfectants for COVID-19](#) – Departamento de Agricultura de Oregón

[Disinfectants and Work-Related Asthma: Information for Workers](#) – Departamento de Salud de California, junio de 2017 (PDF)

[Disinfectants and Work-Related Asthma: Information for Workers](#) – Departamento de Salud de California, junio de 2017, versión al español (PDF)

[Guidance for Cleaning and Disinfecting: Public Spaces, Workplaces, Businesses, Schools, and Homes](#) – EPA (PDF)

[List N: Disinfectants for Use Against SARS-CoV-2](#) – EPA

[List N Tool: COVID-19 Disinfectants](#) – EPA

[New York State Registered Disinfectants Based on EPA List](#) – Departamento de Conservación Ambiental de Nueva York (PDF)

[Safer Disinfectants on EPA's List of Recommended Antimicrobial Products for Use Against Novel Human Corona Virus Responsible Purchasing Network](#) – OSHA (PDF)

[Safer Cleaning, Sanitizing, and Disinfecting Strategies to Reduce and Prevent COVID-19 Transmission](#) – Facultad de Salud Pública de la Universidad de Washington (PDF)

[Workplace Cleaning for COVID-19: Guidance Document](#) – AIHA (PDF)

### DEPARTAMENTO DE SALUD DEL ESTADO DE NUEVA YORK

[Interim Guidance for Cleaning and Disinfection of Public and Private Facilities for COVID-19](#) – Departamento de Salud Pública del Estado de Nueva York (PDF)

[Interim Guidance for Cleaning and Disinfection of Public Transportation Settings for COVID-19](#) – Departamento de Salud Pública del Estado de Nueva York (PDF)

[Interim Guidance for Food Manufacturing Facilities or Food Retail Stores – Cleaning and Disinfection Guidance](#) – Departamento de Salud Pública del Estado de Nueva York (PDF)

[Interim Guidance for Cleaning and Disinfection for Non-Healthcare Settings Where Individuals Under Movement Restriction for COVID-19 are Staying](#) – Departamento de Salud Pública del Estado de Nueva York (PDF)

[Interim Cleaning and Disinfection Guidance for Primary and Secondary Schools for COVID-19](#) – Departamento de Salud Pública del Estado de Nueva York (PDF)



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | aiha.org

### AIHA®

La AIHA es la asociación de científicos y profesionales dedicados a preservar y a garantizar la salud y la seguridad laboral y ambiental (OEHS) en el lugar de trabajo y en la comunidad. Fue fundada en 1939 y asiste a sus miembros con experiencia, redes, programas de educación integral y otros productos y servicios que los ayudan a mantener los estándares profesionales y de competencia más altos. Más de la mitad de los casi 8500 miembros de la AIHA son higienistas industriales certificados y muchos cuentan con otras profesiones. La AIHA sirve de recurso para aquellos empleados de los sectores públicos y privados, así como también para las comunidades donde trabajan. Para obtener más información, visite [AIHA.org](https://www.aiha.org).

### Sobre los profesionales de la seguridad y la salud ambientales y laborales (OEHS)

Los profesionales de la seguridad y la salud ambientales y laborales (OEHS), también conocidos como higienistas industriales, practican la ciencia de la anticipación, el reconocimiento, la evaluación y el control de las condiciones del espacio laboral que puedan causar daños y enfermedades en los trabajadores. A través de un ciclo de mejora constante de la planificación, la realización, el control y el desempeño, los profesionales de la OEHS se aseguran de que los espacios de trabajo sean sanos y seguros.

Acceda a otros recursos en el [Centro de Recursos para Brotes de Coronavirus de la AIHA](#).

Encuentre un profesional de la OEHS y de la higiene industrial calificado que se encuentre cerca de usted en el [Listado de asesores](#).



HEALTHIER WORKPLACES | A HEALTHIER WORLD

AIHA | 3141 Fairview Park Dr., Suite 777 | Falls Church, VA 22042 | [aiha.org](https://www.aiha.org)