

Principios de limpieza

¿Cada cuánto se debe desinfectar?

¿Cómo limpiar?

- ★ Limpie el polvo con un **trapo mojado y NO sacuda** (para que se disminuya el polvo).
- ★ Primero, limpie con **agua y jabón o detergente**. Después desinfecte con un **desinfectante**.
- ★ Siempre **empiece con el área más limpia** y termine con el área más contaminada.
- ★ Utilice **equipos e insumos separados** para áreas de trabajo de alto riesgo. Por ejemplo, quirófano o área de aislamiento.

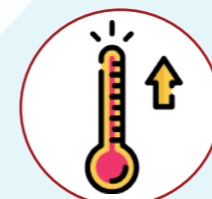
¿Cómo crear una solución de cloro al 0.5%?



- ★ En un litro de agua agregue 6.5 cucharadas soperas (o 100 ml en jeringa) de cloro al 5% (ej: Clorox, Blancox) y revuelva.

Para tener en cuenta:

- ★ Manipular y limpiar adecuadamente la ropa sucia (de cama y de vestir). Mantener una bolsa para desechos (ej. tapabocas usados) y otra para ropa y lencería de cama usadas. Círrrelas bien cuando estén llenas antes de sacarlas.
- ★ La ropa se puede lavar con jabón común, pero hay que evitar sacudirla antes del lavado.
- ★ **Automonitoreo** significa estar atento a su salud y posibles síntomas, para la detección temprana.
- ★ En el caso que detecte uno de los siguientes íntomas, quédese en casa, aíslese, contacte a su empleador y a su EPS, y solicite una prueba COVID-19 (**mencionando que es personal de salud**):



Fiebre más de 38 °C



Tos



Dificultad respiratoria



Dolor al tragar/
dolor de garganta








Dolor muscular o de cuerpo



Fatiga/
adinamia



Pérdida reciente del olfato

Zona de pacientes	Frecuencia de limpieza y desinfección	Orientaciones adicionales
 Zona de tamizaje o triage	Al menos dos veces al día	Concentrarse en una adecuada limpieza en estas zonas.
 Habitaciones de pacientes o de cohortes, ocupadas	Al menos dos veces al día, de preferencia tres , sobre todo de las superficies que se tocan mucho	Limpie primero las superficies que se tocan mucho, empezando por las superficies compartidas o comunes y pasando después a cada cama; si es posible, use un paño nuevo para cada cama; por último, limpie los pisos.
 Habitaciones de pacientes, desocupadas (limpieza terminal)	Cuando el enfermo recibe el alta o es trasladado	Superficies que se tocan poco, superficies que se tocan mucho, pisos (en ese orden); retiro de desechos y ropa blanca, limpieza y desinfección a fondo de la cama.
 Habitaciones de consulta externa	Después de cada consulta de un paciente (en particular de las superficies que se tocan mucho) y limpieza terminal al menos una vez al día	*Las superficies que se tocan mucho serán desinfectadas después de cada consulta de un paciente. *Una vez al día las superficies que se tocan poco, las superficies que se tocan mucho y los pisos (en ese orden); retiro de desechos y ropa blanca, limpieza y desinfección a fondo de la mesa de exploración.
 Vestíbulos y pasillos	Al menos dos veces al día	Superficies que se tocan mucho, inclusive barandillas y equipo en los vestíbulos, y al final los pisos.
 Cuartos de baño e inodoros de los pacientes	* Inodoro privado de un paciente: al menos dos veces al día *Inodoros compartidos: al menos tres veces al día	*Superficies que se tocan mucho, como tiradores de las puertas, interruptores eléctricos, mostradores, grifos, lavabos, inodoros y por último el piso (en ese orden). *Evítese que el personal y los pacientes compartan los inodoros.