

Limpieza y desinfección de su hogar

Pasos diarios y pasos adicionales cuando alguien está enfermo

Cómo limpiar y desinfectar

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

Limpio

Limpie las superficies con agua y jabón. Práctica limpieza rutinaria de superficies frecuentemente tocadas.

Las superficies táctiles altas incluyen:

Mesas, pomos de puerta, interruptores de luz, encimeras, asas, escritorios, teléfonos, teclados, aseos, grifos, fregaderos, etc.

Desinfectar

- Limpie el área o el artículo con agua y jabón u otro detergente si está sucio. Luego, use un desinfectante doméstico.
- **Recomendar el uso de [desinfectante doméstico](#) registrado por la [EPA](#).**

Siga las instrucciones de la etiqueta para garantizar un uso seguro y eficaz del producto.

Muchos productos recomiendan:

- Mantener la superficie húmeda durante un período de tiempo (ver etiqueta del producto).
- Precauciones como usar guantes y asegurarse de tener una buena ventilación durante el uso del producto.



- **Las soluciones de lejía doméstica diluida también se pueden utilizar** si es apropiado para la superficie. Compruebe que el producto no haya superado su fecha de caducidad. La lejía doméstica no caducada será eficaz contra los coronavirus cuando se diluyan adecuadamente.

Siga las instrucciones del fabricante para su aplicación y ventilación adecuada. Nunca mezcle lejía doméstica con amoníaco o otro limpiador.

Deje la solución en la superficie durante al menos 1 minuto

Para hacer una solución de lejía, mezcle:

- 5 cucharadas (1/3 taza) de lejía por galón de agua
- Or
- 4 cucharaditas de lejía por cuarto de agua

Soluciones de alcohol con al menos 70% de alcohol.

Superficies blandas

Para superficies blandas como suelo de **moqueta, alfombras y cortinas**

- **Limpie la superficie con agua y jabón** o con limpiadores adecuados para su uso en estas superficies.



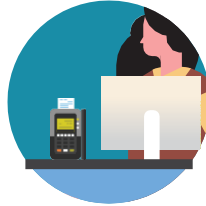
Lava los artículos (si es posible) de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Utilice el ajuste de agua más cálido y seque completamente los artículos.

Or

Desinfectar con un desinfectante doméstico registrado por la EPA. [Estos desinfectantes](#) cumplen con los criterios de uso de la EPA contra COVID-19.

Electrónica

Para dispositivos electrónicos, como **tabletas, pantallas táctiles, teclados y controles remotos.**



Considere poner una **cubierta limpia** en la electrónica.

Siga las instrucciones del fabricante para limpiar y desinfectar.

- Si no tiene orientación, use **toallitas** o aerosoles a **base de alcohol** que **contengan al menos 70% de alcohol.** Superficie seca surface a fondo.

Lavandería

Para ropa, toallas, ropa de cama y otros artículos

- Lava los artículos de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Utilice el **más caliente el ajuste de agua adecuado** y los artículos secos por completo.
- **Use guantes desechables** cuando manipule ropa sucia de una persona enferma.
- La ropa sucia de una persona que está enferma se puede lavar con **artículos de otras personas.**
- **No sacuda la ropa** sucia.
- Limpiar y **desinfectar las cestas de ropa**
- de acuerdo con las directrices anteriores para las superficies.
- **Quítese los guantes** y lávese las manos de inmediato.



Manos limpias con frecuencia

Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante 20 segundos.



- Siempre lave inmediatamente después de quitarse los guantes y después del contacto con una persona enferma.

Desinfectante de manos: Si el jabón y el agua no están disponibles y las manos no están visiblemente sucias, use un desinfectante de manos que contenga al menos 60% de alcohol. Sin embargo, si las manos están visiblemente sucias, lávese siempre las manos con agua y jabón.

Los momentos clave adicionales para limpiar las manos incluyen:

- Después de soplarse la nariz, toser o estornudar
- Después de usar el baño
- Antes de comer o preparar alimentos
- Después del contacto con animales o mascotas
- Antes y después de proporcionar atención de rutina a otra persona que necesita asistencia
- (por ejemplo, un niño)

Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

Cuando alguien está enfermo

Dormitorio y baño

Mantener dormitorio separado y baño para una persona enferma (si es posible)



- La persona que está enferma debe mantenerse separado de otras personas en el hogar (como tanto como sea posible).
- Si tiene un dormitorio y un baño separados: Limpie solo el área alrededor de la persona que está enferma cuando sea necesario, como cuando el área está sucia. Esto ayudará a limitar su contacto con la persona que está enferma.

Los cuidadores pueden **proporcionar artículos** de limpieza personal a la persona que está enferma (si corresponde).

Los suministros incluyen pañuelos, toallas de papel, limpiadores y [desinfectantes registrados por la EPA](#). Si se sienten a la dueña, la persona que está enferma puede limpiar su propio espacio.

En caso de baño compartido: La persona enferma debe limpiar y desinfectar después de cada uso. Si esto no es posible, el cuidador debe esperar el mayor tiempo posible antes de limpiar y desinfectar.

Ver [precautions for household members and caregivers](#) para obtener más información.

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-prevent-spread.html>

Viveres

Permanezca separado: La persona que está enferma debe comer (o ser alimentado) en su habitación si es posible.



Lave los platos y utensilios con guantes y agua calientes

: Manipule los platos usados, tazas/vasos o cubiertos con guantes. Lavado con agua caliente y jabón o en un lavavajillas.

Limpie las manos después de

quitarse los guantes o manipular los artículos usados.



Basura

Un cubo de basura dedicado y forrado: Si es posible, dedique un cubo de basura forrado para la persona que está enferma. Use guantes al retirar las bolsas de basura, y manipule y deseche la basura. Lávese las manos después.

[cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)

