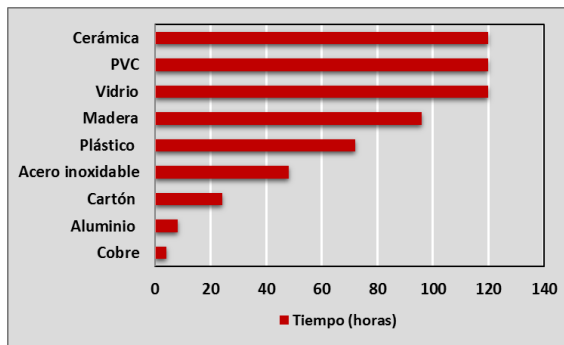


ASPECTOS BÁSICOS A CONSIDERAR

- ❖ Las personas expulsamos gotículas por la nariz o la boca al toser, estornudar o hablar. Si estamos infectados por coronavirus, estas gotículas pueden caer sobre los objetos y superficies más próximas, de modo que otras personas pueden contaminarse cuando tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca.
- ❖ Para combatir al coronavirus, es crucial asegurar una correcta limpieza de las superficies y de los espacios, tratando de que se realice una limpieza diaria de todas las superficies, haciendo hincapié en aquellas de contacto frecuente como pomos de puertas, barandillas, botones etc.
- ❖ En estos momentos, no se dispone de datos concluyentes sobre la estabilidad del SARS-CoV-2 en superficies de nuestro entorno laboral. Sí se ha evidenciado que la permanencia viable del virus puede alcanzar los 5 días, en estudios en laboratorio.



- ❖ Debido a su eficacia virucida y su accesibilidad, la lejía comercial (hipoclorito sódico diluido) es uno de los productos químicos más recomendados para la desinfección de superficies u objetos contaminados, en los diferentes protocolos nacionales.
- ❖ Cuando el coronavirus entra en contacto con una solución de hipoclorito sódico con una concentración al 0,1%, se ha demostrado que el virus queda inactivado.

DAÑOS A LA SALUD

- ❖ El hipoclorito sódico (disolución <5%) es un irritante de los ojos, la piel y el tracto respiratorio.
- ❖ El contacto prolongado o repetido puede producir sensibilización de la piel o hiperreactividad bronquial en individuos susceptibles.
- ❖ En caso de ingestión, provoca sensación de quemazón, dolor de garganta, tos, dolor abdominal, diarrea y vómitos.

LIMITACIONES DE LA LEJÍA COMO DESINFECTANTE

- ❖ La desinfección con lejía no será efectiva en superficies que presenten suciedad. Antes de desinfectar, se requiere realizar una limpieza con agua y jabón para las superficies de contacto frecuente.
- ❖ La lejía comercial tiene un carácter alcalino y un fuerte poder oxidante. Es capaz de producir la corrosión de diferentes superficies metálicas (especialmente el cobre) y su acción blanqueadora deteriora los materiales textiles.

PREPARACIÓN DE LA DISOLUCIÓN

- ❖ No realices la disolución en espacios cerrados y con ventilación reducida.
- ❖ Utiliza guantes de protección de química desechable y protección ocular o facial.



- ❖ La lejía comercializada según la Reglamentación Técnico-Sanitaria nacional, es una dilución de hipoclorito sódico, cuyo contenido en cloro activo varía entre 35 y 100 gramos por litro.
- ❖ Asumiendo el peor escenario (35 g/litro), una dilución de 1:50 generaría una concentración del 0,07%. Por lo tanto, para conseguir una disolución de hipoclorito sódico al 0,1%, se deberían añadir como mínimo 28 ml y rellenar el resto del envase con agua del grifo fría hasta alcanzar la cantidad total de 1 litro, o su equivalente, por ejemplo: 14 ml de lejía con 486 ml de agua (obteniendo 0,5 litros).
- ❖ Respeta las concentraciones recomendadas. La tendencia a utilizar disoluciones mucho más concentradas, te va a exponer a riesgos adicionales y puede deteriorar más rápidamente los materiales a descontaminar.
- ❖ Las soluciones preparadas son inestables, por lo cual se han de mantener tapadas, siendo recomendable su preparación diaria.
- ❖ Etiqueta el contenido del recipiente, el cual será preferentemente de plástico opaco. No utilices envases de productos alimenticios.
- ❖ En el caso de realizar la disolución en un cubo de fregar, es preciso utilizar la misma con mayor rapidez.

NO MEZCLES CON OTROS PRODUCTOS QUÍMICOS

- ❖ La mezcla de lejía con productos químicos (amoníaco, aguafuerte, alcohol, etc.) puede generar reacciones químicas peligrosas y causar intoxicaciones.



MÉTODO DE LIMPIEZA

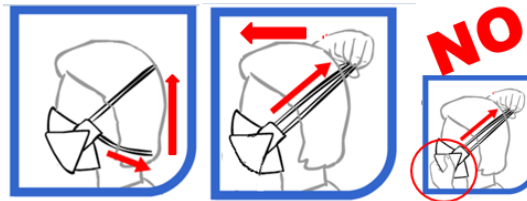
- ❖ Durante la limpieza, aprovecha para ventilar la estancia, abriendo puertas y ventanas.
- ❖ Utiliza guantes de protección química desechables y mascarilla.
Recuerda que el uso de guantes no evita que debas mantener una adecuada higiene de manos, sobre todo antes de su colocación y después de quitártelos.
- ❖ Importante: Si te tocas la cara, te puedes infectar.
- ❖ En el caso de limpiar en zonas con pacientes infectados con COVID-19, consulte con su organización preventiva los Equipos de Protección Individual necesarios.
- ❖ Para las superficies de contacto frecuente, realiza de forma previa a la desinfección, una limpieza diaria con agua y jabón.
- ❖ Efectúa la limpieza de las zonas menos sucias a las zonas más sucias y de las zonas más altas a las zonas más bajas.
- ❖ A continuación, desinfecta las superficies u objetos con material textil desechable, que se humedecerá en la disolución preparada de hipoclorito sódico al 0,1%.
- ❖ Después de cada uso, limpia la bayeta con agua del grifo y vuelva a impregnarla con esta disolución de lejía.
- ❖ Al finalizar los trabajos, revisa que existe aprovisionamiento suficiente del material de limpieza y equipos de protección individual, para poder acometer las tareas de higienización reforzada a diario.

RETIRADA DE EQUIPOS DE PROTECCIÓN

- ❖ En primer lugar, quítate los guantes. No se recomienda que sean descontaminados con solución alcohólica antes de quitártelos.
- ❖ Para no contaminarte, debes de seguir una técnica específica, evitando tocar la parte externa de los guantes con tus manos.



- ❖ El último paso consiste en realizar una completa higiene de manos con agua y jabón, al menos 40-60 segundos.
- ❖ A continuación, quítate la mascarilla, sin tocar la pieza facial en ningún momento y procede nuevamente a realizar una completa higiene de manos.



- ❖ Tanto las bayetas desechables, los guantes y la mascarilla, debes depositarlos en el contenedor de residuos habilitado al efecto.

ACCESO A RECURSOS DE INTERÉS



Acceso a carteles



Acceso a vídeos

CORONAVIRUS: DESINFECCIÓN CON LEJÍA



FREMAP

Mutua Colaboradora con la
Seguridad Social nº 61



PLAN DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS DE LA SEGURIDAD SOCIAL 2021

El contenido de este tríptico se ha elaborado a partir de las indicaciones disponibles por el Ministerio de Sanidad a: 26/04/2020 y son susceptibles de ser actualizadas. Puede consultar la información oficial del Ministerio de Sanidad en: www.mschs.gob.es