

CÓMO PREVENIR LA PROPAGACIÓN DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

CONTROL DE INFECCIONES AMBIENTALES

PRÁCTICAS BÁSICAS



Lávese las manos con jabón y agua tibia durante al menos 20 segundos



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sucias



Evite el contacto cercano con personas enfermas

Si usted está enfermo:

- Quédese en casa hasta que ya no tenga fiebre/escalofríos por al menos 24 horas.
- Evite el contacto cercano con otros.
- Lávese las manos frecuentemente.
- Al estornudar o toser, cúbrase la nariz y la boca y luego lávese las manos.
- Mantenga los objetos y superficies de su hogar y espacio de trabajo limpios y desinfectados.
- Utilice una mascarilla cuando esté en público.



LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

Seguir estas precauciones les permite a los cuidadores (padres, familiares, niñera, etc.) o trabajadores (personal de limpieza, etc.) realizar una adecuada limpieza y desinfección. Se puede usar un servicio de limpieza profesional de forma opcional; no es obligatorio.

1. Reúna las herramientas e insumos:

a. Ropa de protección

- Gafas protectoras (a prueba de salpicaduras)
- Protector facial (opcional)
- Delantal u overol desechable (opcional)
- Cubrezapatos
- Guantes (para lavavajillas, de nitrilo u otros guantes impermeables)
- Letrero
- Cinta

b. Jabón o detergente

c. Agua tibia

d. Balde

e. Paño

f. Desinfectante

g. Bolsas plásticas de basura



2. Póngase la ropa de protección

3. Empiece a limpiar:

- Aísle el área; mantenga a las personas alejadas (por ejemplo, ponga letreros, use cinta de seguridad, cierre la puerta, etc.).
- Siga las instrucciones de la etiqueta de todos los productos.
- Añada el jabón al balde de agua tibia y mezcle.
- Sumerja el paño en el agua jabonosa.
- Exprima el paño y limpie el área afectada hasta eliminar toda la basura visible y las manchas.
- Enjuague la superficie con agua limpia y pase un paño limpio.
- Desinfecte la superficie, siga las instrucciones de la etiqueta. Asegúrese de que la superficie permanezca húmeda durante al menos 10 minutos para garantizar que el virus muera. Esto reduce el riesgo de que el virus siga en la superficie y pueda causar una infección.
- Enjuague con agua.
- Deje que la superficie se seque al aire.
- Guarde en una bolsa los artículos de superficie porosa (como sábanas, ropa, toallas, etc.); lávelos con agua caliente y séquelos a temperatura alta.
- Retírese la ropa protectora.
- Coloque la ropa protectora en una bolsa de basura y deséchela.
- Lávese las manos después de quitarse los guantes y manipular cualquier material, basura o desperdicio contaminado.

DESINFECTANTES EFECTIVOS Y TIPOS DE SUPERFICIES

- Para hacer una solución de lejía, mezcle 1 cucharada de lejía (cloro) con 1 litro (4 tazas) de agua. Para mayor cantidad, agregue ¼ de taza de lejía en 1 galón (16 tazas) de agua. Use la solución dentro de los siguientes 20 minutos.
- Pueden utilizarse otros desinfectantes aprobados por la EPA si son eficaces contra los coronavirus. El consumidor puede comunicarse al número "1-800" de la etiqueta del producto para determinar si funciona contra el "2019-nCoV".
- Entre las superficies duras no porosas están el acero inoxidable, pisos, superficies de cocina, encimeras, mesas y sillas, lavamanos, inodoros, pasamanos, interruptores de luz, manijas, juguetes de metal/plástico, teclados, control remoto, equipo de recreación.
- Entre las superficies porosas suaves están las alfombras, tapetes, toallas, ropa, sofás, sillas, sábanas, juguetes suaves de tela (p. ej.: peluches), etc.

MÉTODOS DE DESINFECCIÓN

- Para superficies duras no porosas: después de limpiar, desinfecte con una solución de lejía u otros desinfectantes aprobados; asegúrese de que el tiempo de contacto sea mínimo de 10 minutos. Si la superficie está en un área de preparación de alimentos, enjuague con agua después de desinfectar. Para superficies que se corroen o se dañan con el uso de lejía, use productos registrados efectivos contra los coronavirus.
- Para superficies porosas suaves: lave con agua caliente, use un detergente que contenga lejía especial para ropa de color y seque a temperatura alta.

MANIPULACIÓN ADECUADA DE DESINFECTANTES, ARTÍCULOS Y RESIDUOS

- Los productos químicos se deben usar en un área bien ventilada.
- Evite mezclar productos químicos incompatibles (lea la etiqueta).
- Evite que los productos químicos entren en contacto con alimentos durante la limpieza.
- Manipule los materiales contaminados lo menos posible.
- Gestione los residuos adecuadamente y deséchelos en un contenedor seguro.

Para más información sobre cómo prevenir enfermedades transmisibles en ambientes de procesamiento de alimentos, comuníquese con el Servicio de Consultas al (888) 700-9995

Para reportar un caso posible o confirmado de enfermedad transmisible, comuníquese con Morbilidad: (888) 397-3993 o al fax (888) 397-3779 - Sitio web: www.publichealth.lacounty.gov/acd/cdrs.htm

