

# Consejos para la limpieza y desinfección del entorno de la PAM

---



Llave del Progreso

Instituto  
Nacional de  
Aprendizaje



# Bienvenida

Hola; antes de iniciar este recorrido y profundizar en temas relacionados con la asistencia a personas, el Núcleo Salud, Cultura y Artesanías le da la más cordial bienvenida a este recurso didáctico, el cual tiene como propósito presentar una serie de consejos que la persona asistente puede seguir para realizar los procesos de limpieza y desinfección.

Este material forma parte de una serie de recursos educativos que describen las principales medidas de bioseguridad utilizadas en la asistencia a personas adultas mayores.



Este recurso se desarrolla a partir de una serie de consejos que se plantean para optimizar los procesos de limpieza y desinfección.

Es importante indicar que el desarrollo de estos temas se realiza dentro del marco de las labores de asistencia a la persona adulta mayor, en cualquiera de los escenarios en los cuales se pueda presentar esta actividad.

Iniciemos...



# 1- Planifique las actividades de limpieza y desinfección.

Las actividades de limpieza y desinfección de los entornos de asistencia forman parte del conjunto de medidas de bioseguridad, por medio de las cuales se logra garantizar espacios seguros para las personas asistentes así como para las personas adultas mayores.

Es por esta razón que actividades tan relevantes para la salud de las personas deben ser planificadas y ejecutadas con la misma responsabilidad y rigurosidad con que se realizan otras labores asistenciales.



# 1- Planifique las actividades de limpieza y desinfección.

Esta planificación debe considerar al menos los siguientes parámetros:

Áreas y superficies que se deben sanitizar	Procesos a realizar	Descripción del procedimiento	Productos utilizados	Frecuencia	Persona responsable	Observaciones
Ej.: habitaciones, mobiliarios, utensilios, contenedores, etc.	Ej.: limpieza de los pisos, desinfección de la mesa utilizada para la alimentación, etc.	Ej.: las mesas deben primero limpiarse y posteriormente desinfectarse.	Ej.: utilizar desinfectante a base de amonio cuaternario.	Ej.: diariamente, antes y después de cada tiempo de alimentación.	Ej.: persona asistente.	Ej.: no limpiar ni desinfectar con personas sentadas alrededor de la mesa.





## 2- Aplique las medidas de seguridad.

Con el propósito de evitar accidentes antes y durante las actividades de limpieza y desinfección de los entornos de asistencia, es importante seguir las siguientes recomendaciones:

- ✓ Utilice siempre el equipo de protección personal según corresponda. En caso de ser desechable, este se debe cambiar todos los días o cuando sea necesario, según las condiciones de uso.
- ✓ Realice, en la medida de lo posible, las actividades de limpieza y desinfección en lugares ventilados.
- ✓ Capacítase en el uso de productos de limpieza y desinfección e indague sobre los protocolos en caso de accidente.
- ✓ Realice un lavado de manos posterior a realizar este tipo de actividad, para cortar la cadena de transmisión de enfermedades infecciosas.





### 3- Prepare los productos de limpieza y desinfección.

(1) Siga las indicaciones de la etiqueta antes de preparar el producto de limpieza o desinfectante.

(2) Verifique la fecha de caducidad del producto.

(3) Realice la preparación del producto, respetando las mezclas, concentraciones y dosificaciones que indica la casa fabricante.



(4) Utilice siempre el tipo de envase que recomienda la casa fabricante.

(5) Rotule el envase utilizado para preparar el producto (en caso de ser necesario), para evitar cualquier accidente.

(6) Almacene el producto en un lugar que cumpla con las características de temperatura y humedad que indica la casa fabricante.



## 4- Recomendaciones durante el proceso de limpieza y desinfección.

1

La limpieza debe avanzar de la parte menos sucia hacia la más sucia, de arriba abajo, para que los detritos caigan al suelo y se limpien al final.

2

Hay que proceder de una manera sistemática, para no omitir ninguna zona.

3

Utilice paños limpios al comienzo de cada sesión de limpieza.

4

Deseche los paños que ya no estén saturados con la solución para limpieza o desinfección.



## 4- Recomendaciones durante el proceso de limpieza y desinfección.

5

La limpieza de superficies debe realizarse con un paño humedecido solo con agua. Se realizan pasadas rectas, tanto en sentido horizontal como vertical, desde los extremos hasta el centro, comenzando por la parte más alta.

6

El barrido de los pisos se debe realizar lentamente, de forma tal que se evite que el polvo o algún otro agente presente en el piso se suspenda en el aire. Esto puede evitarse colocando un trapo húmedo amarrado a la escoba o con un trapeador humedecido.

7

El barrido debe realizarse desde los extremos más alejados del área hacia el centro y luego hacia la puerta de acceso. Se deben recoger los residuos en un recipiente o bolsa destinada para tal fin.

8

Las camas se deben limpiar y efectuar una desinfección cuidadosa, debido a que en ellas pueden acumularse suciedad y fluidos corporales. Antes de iniciar la limpieza, se retira la ropa de la cama, envolviéndola hacia el centro, para evitar producir aerosoles.



## 4- Recomendaciones durante el proceso de limpieza y desinfección.

9

El proceso de limpieza de los baños se inicia con el lavado de las paredes, el lavamanos, la jabonera, las perillas de la ducha y la puerta, con un producto desinfectante.

10

Antes de iniciar el lavado del inodoro se recomienda vaciar el agua del tanque al menos una vez. Posteriormente, se debe esparcir la solución desinfectante.

11

El piso se lava con un cepillo y solución desinfectante; se recomienda una solución desinfectante que es hipoclorito de sodio en una concentración de 5:100 (5 partes de cloro y 95 partes de agua). Posteriormente, se limpia con un limpiapisos bien escurrido.

# Síntesis del tema

- En las labores de asistencia a personas, es fundamental garantizar la efectividad de los procesos de limpieza y desinfección, y es que la improvisación durante estas actividades puede significar la transmisión de enfermedades infecciosas entre personas.
- Por esta razón, es responsabilidad de las personas asistentes realizar estas labores con altos estándares de calidad, para salvaguardar la salud de las personas asistidas y de quienes les asisten.



# Bibliografía

Ministerio de Salud. (2012). Manual de Bioseguridad para establecimientos de salud y afines. San José: Decreto Ejecutivo n.37552, del 8 de octubre del 2012.

Ministerio de Salud. (2020). Lineamientos generales para la limpieza y desinfección de viviendas que alojen casos en investigación, probables o confirmados de COVID-19 en el marco de la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19). Costa Rica: Versión 2 del 12 de marzo del 2020. Consultado de:

[https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/lineamientos\\_limpieza\\_desinfeccion\\_COVID19\\_18032020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/lineamientos_limpieza_desinfeccion_COVID19_18032020.pdf)

Organización Panamericana de la Salud. (2020). Recomendaciones para la limpieza y desinfección en sitios públicos. Washington D.C. Consultado de:

[https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52110/OPSCDECECOVID-19200015\\_spa.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52110/OPSCDECECOVID-19200015_spa.pdf?sequence=5&isAllowed=y)

