



Uso más seguro de desinfectantes Durante la pandemia de COVID-19

wspehsu.ucsf.edu



El uso de desinfectantes para limpiar las superficies en su casa o lugar de trabajo puede matar los gérmenes (bacterias y virus) que causan enfermedades, **pero también puede llevar riesgos para la salud**. Por ejemplo, muchos desinfectantes comunes (como el cloro y muchas toallitas desinfectantes) contienen sustancias químicas que pueden causar o empeorar el asma.

Si nadie en su casa está enfermo:

Limpie las superficies en su casa con un limpiador o jabón multiuso y un trapo de microfibras (se pueden comprar en línea, en supermercados y en almacenes grandes). Esto matará la mayoría de los gérmenes en las superficies limpiadas y usted reducirá su exposición a los desinfectantes.

Limpie y después desinfecte cualquier superficie que usted toque cada vez que regrese a su casa después de haber estado fuera, antes de lavarse las manos.

Si usted sabe o cree que alguien en su casa está enfermo:

Limpie las superficies y luego desinfectelas con uno de los productos incluido en ambas listas de la EPA: la lista de [Diseño para el Ambiente](#) y la lista N: [Desinfectantes](#) para el uso contra SARS-CoV-2.

Busque estos ingredientes activos más seguros:

- ▶ Ácido cítrico
- ▶ Agua oxigenada (hydrogen peroxide)
- ▶ Ácido lácteo-L (L-lactic acid)
- ▶ Etanol (Ethanol)
- ▶ Isopropanol
- ▶ Ácido peroxiacético (Peroxyacetic acid)
- ▶ Bisulfato de sodio (Sodium bisulfate)

Aplíquelo a la superficie y déjela visiblemente mojada durante el tiempo indicado en la etiqueta del producto.

Si usted no tiene acceso a productos más seguros:

Si no tiene acceso a un trapo de microfibras, use una esponja o toalla y lávela después de cada superficie que limpie:

▶ Limpie las esponjas

- En el lavaplatos o
- Dejándolas remojar un minuto en 1/2 cucharadita de cloro, o
- si la esponja **no contiene metal**, caliéntela bien mojada un minuto en el microondas.

▶ Lave las toallas en una tina o a máquina

Si sólo tiene cloro o desinfectantes a base de amoníaco:

- ▶ **Diluya los desinfectantes** según las indicaciones del fabricante;
- ▶ **Nunca combine los desinfectantes;** y
- ▶ Asegúrese de **ventilar el área** lo más posible (abra las ventanas, prenda ventiladores si los tiene).



Para más información, descargue nuestra hoja informativa sobre maneras más seguras de desinfectar su casa ([haga clic aquí](#)).

Ver el descargo de responsabilidad en la hoja informativa sobre maneras más seguras de desinfectar su casa.

