

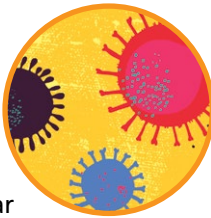
Uso más seguro de desinfectantes durante la pandemia de COVID-19



El nuevo virus que causa el COVID-19 se puede transmitir por el aire o (menos comúnmente) al tocarse los ojos, la nariz o la boca después de tocar una superficie sobre la que otra persona ha estornudado o tosido recientemente.

Lavarse las manos o usar gel sanitizante de manos después de tocar superficies posiblemente contaminadas y mantener las manos lejos de su cara son maneras muy importantes para evitar la transmisión. Para evitar exponerse al virus en el aire, sugerimos seguir las [recomendaciones de los CDC](#). Esta hoja informativa le explica cómo limpiar y desinfectar las superficies en su casa siguiendo las [indicaciones de los CDC](#) cómo mantener al mínimo los riesgos para la salud debido al uso de desinfectantes.

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



Limpieza: Cómo eliminar la suciedad y los gérmenes

Limpie las superficies en su casa con un limpiador o jabón multiusos y un trapo, paño o toalla. Si está disponible, el mejor trapo es uno de microfibra. Limpie el trapo de microfibra después de cada uso en la tina o lavadora. Si dobla el trapo de microfibra por la mitad y una vez más por la mitad, tendrá 8 superficies desinfectantes que usar antes de necesitar otro trapo. Lave los trapos de microfibra por separado de otros tipos de tela y sin usar suavizante de telas. Si usted limpia y restriega vigorosamente, podrá eliminar muchos gérmenes y así evitar la necesidad de usar desinfectantes. Si es necesario desinfectar, limpiar primero permite que los desinfectantes funcionen mejor. Los productos de limpieza certificados por [Green Seal](#) o por [Safer Choice](#) son más seguros para las personas y para el medio ambiente.

Desinfección: Cómo matar a los gérmenes

Qué desinfectar:

- ◆ Las superficies que se tocan frecuentemente
- ◆ Cualquier superficie que se toque con manos sin lavar después de regresar de lugares públicos. (Aun mejor: ¡aplíquese sanitizante para manos antes de entrar a su casa y tocar cualquier cosa!)

Muchos desinfectantes no son seguros para usar en superficies de contacto con alimentos. Busque las palabras en inglés "food-contact sanitizer" (sanitizante para contacto con alimentos) en la etiqueta del producto. Estas palabras indican que es seguro usar el producto en superficies que entran en contacto con los alimentos.

Opciones de desinfección más seguras y eficaces

No todos los desinfectantes son iguales. Muchos pueden llevar riesgos para la salud, especialmente para niños, mujeres embarazadas y personas con enfermedades respiratorias. ¡Tenemos opciones más seguras!

El programa de la EPA, Productos Antimicrobianos de Diseño para el Ambiente tiene una [lista](#) de productos desinfectantes con ingredientes activos que son más seguros para la salud de las personas y para el medio ambiente. Estos ingredientes activos

EPA United States Environmental Protection Agency

List N Tool: COVID-19 Disinfectants

Feedback

EPA Registration Number

Active Ingredient

Use Site

Contact Time

Browse All

Keyword Search

All

1,2-Hexanediol

Ammonium bicarbonate

Ammonium carbonate

Chlorine dioxide

Citric acid

Dodecylbenzenesulfonic acid

Ethanol (Ethyl Alcohol)

Glutaraldehyde

Glycolic acid

Hydrochloric acid

Hydrogen chloride

Hydrogen peroxide

Hypochlorous acid

Isopropanol (Isopropyl Alcohol)

Show results Clear results

Ejemplo de la Lista N de la EPA

son: ácido cítrico (*citric acid*), agua oxigenada (*hydrogen peroxide*), ácido lácteo-L (*L-lactic acid*), etanol (*ethanol*), isopropanol, ácido peroxiacético (*peroxyacetic acid*) y bisulfato de sodio (*sodium bisulfate*). Escoja productos con estos ingredientes activos de la [Lista N de la EPA](#) que contiene productos desinfectantes que cumplen con los criterios de la EPA para uso contra el virus que causa el COVID-19. La [Lista N](#) le permite buscar por ingrediente activo. Ya que ambas listas son actualizadas constantemente, usted podrá obtener la información más reciente visitando estos sitios en internet.

Para desinfectar de forma más segura:

- 1 Limpie la superficie según lo descrito arriba.
- 2 Desinfectela con un desinfectante incluido en la Lista N de la EPA que contenga uno de los ingredientes activos aprobados por el programa Productos Antimicrobianos de Diseño para el Ambiente de la EPA como más seguros para las personas y el ambiente (ver la lista arriba).
- 3 ¡Siga las instrucciones en la etiqueta del desinfectante! Uno de los pasos más importantes de la desinfección es siempre dejar que la superficie quede visiblemente mojada con el desinfectante durante el tiempo de contacto recomendado en la etiqueta del producto.
- 4 Verifique que el producto tenga un número de registro de la EPA y no esté vencido. Siempre guarde los desinfectantes según lo indicado en la etiqueta, en un lugar bien ventilado y lejos del alcance de los niños.



Es mejor usar un desinfectante líquido y un trapo de microfibra en lugar de toallitas desinfectantes, porque muchas veces las toallitas no están lo suficientemente mojadas y la superficie se seca antes del tiempo de contacto necesario.

¡Recuerde que la superficie sólo se mantiene desinfectada hasta que otra persona la toque o estornude o tosa sobre ella!

Si usted no tiene acceso a algunos de estos productos más seguros:

Si no tiene un trapo de microfibra: lave las esponjas, trapos o toallas después de limpiar cada superficie. Si dobla el trapo/toalla por la

mitad y una vez más por la mitad, tendrá 8 superficies desinfectantes que usar antes de necesitar otro trapo.

- ◆ Opciones para limpiar las esponjas:
 - ◇ lavarlas en el lavaplatos automático,
 - ◇ remojarlas por un minuto en una solución de ½ cucharadita de cloro con 4 tazas de agua,
 - ◇ para las esponjas que no tienen nada de metal, otra opción es mojarlas completamente y calentarlas un minuto en el microondas.

Cambie las esponjas cada semana. Incluso con la limpieza, las esponjas todavía contendrán bacterias (gérmenes).

- ◆ Las toallas se pueden lavar con jabón o detergente en una tina o en la lavadora.
- ◆ Si sólo tiene acceso a cloro o desinfectantes con ingredientes activos no incluidos en las listas de productos más seguros, es muy importante usar el equipo de protección personal recomendado por el fabricante. Asegúrese de ventilar bien el área (abra las ventanas, haga que entre aire de fuera, prenda ventiladores).

Al igual que con cualquier desinfectante, también es importante seguir las instrucciones incluidas con el producto, dejar que la superficie quede visiblemente mojada con el producto durante todo el tiempo de contacto recomendado, verificar que tenga un número de registro de la EPA, guardarlo en forma segura según lo indicado en la etiqueta y confirmar que no esté vencido. El cloro tiene una vida en estante bastante corta (dura menos de un año). **No combine desinfectantes.** Es sumamente peligroso combinar el cloro con el amoníaco. Para más información sobre el uso más seguro del cloro, vea este [recurso](#) de la Universidad Estatal de Michigan.

Conclusión

Limpie rutinariamente; desinfecte sólo cuando sea necesario. La desinfección debe enfocarse en las superficies de alto riesgo, usando los productos desinfectantes que le sean disponibles.

¡Desinfectar las superficies por sí solo no parará la transmisión del virus! Siga también las recomendaciones de los CDC sobre el distanciamiento social y el lavado de manos.



Recursos

Recomendaciones de los CDC sobre las exposiciones aéreas: ["Cómo protegerse y proteger a los demás"](#).

Hoja informativa de la Caja de herramientas sobre la limpieza, sanitización y desinfección verde: ¿Qué tiene de especial la microfibra? del Western States PEHSU: [What's So Great About Microfiber?](#)

Lista de productos de limpieza más seguros de Green Seal [Busque productos que cumplan con la norma Safer Choice](#)

Lista de productos más seguros de la EPA [Safer Choice Products List](#)

EPA [Design for the Environment Disinfectants Program](#).

EPA [List of Products for Use Against SARS-CoV-2 \(List N\)](#)

Michigan State University [Resource on Bleach](#).

