



L I M P I E Z A

EN

**Recursos Residenciales de la
Red de Atención a Conductas
Adictivas de Extremadura, ante
la COVID-19.**

(Febrero de 2021)

**Cómo limpiar y desinfectar superficies
para evitar la propagación del COVID-19**



TÍTULO

Limpieza en Recursos Residenciales de la Red de Atención a Conductas Adictivas de Extremadura, ante la COVID 19.

EDITA

JUNTA DE EXTREMADURA
Consejería de Sanidad y Servicios Sociales.
Servicio Extremeño de Salud.
Secretaría Técnica de Drogodependencia – Dirección General de Salud Pública.

AUTORAS/ES

M^a Jesús López Fernández

COLABORADORAS/ES

José Antonio Santos Cansado
M^a del Pilar Morcillo Sánchez

LUGAR Y FECHA DE PUBLICACIÓN

Mérida, 23 de febrero de 2021.

ÍNDICE:

1.- Introducción.....	Página 4
2.- Objetivo	Página 4
3.- Definiciones.....	Página 5
4.- Generalidades.....	Página 5
5.-Recomendaciones para la obtención de una máxima eficacia de los productos de limpieza y desinfección.....	Página 6
6.- Limpieza de espacios físicos y enseres.....	Página 7
6.1. Limpieza de zonas de uso común.	
6.2. Limpieza de zonas privadas.	
7.- Fuentes de información.....	Página 13

1. INTRODUCCIÓN.

La crisis de la COVID-19 está teniendo un impacto sin precedentes a nivel mundial, pero este impacto no está siendo igual para todas las personas. Cómo se ha podido ver, algunas características individuales, como la edad o algunos problemas de salud crónicos como las adicciones conllevan una mayor vulnerabilidad y una peor evolución ante la enfermedad por COVID-19.

La emergencia de salud pública de COVID-19 puede afectar desproporcionadamente a las personas con trastornos por consumo de sustancias adictivas o adicciones comportamentales, muchas de las cuales tienen necesidades de atención médica complejas que pueden incluir tratamiento para afecciones de salud adicionales, VIH, VHC... Por ello, se plantean riesgos y daños que el impacto COVID-19 puede tener en las poblaciones usuarias de adicciones con y sin sustancia, y sobre todo las que experimentan vulnerabilidades como falta de vivienda o encarcelamiento.

Por ello, si no se aborda la limpieza y desinfección adecuadamente en los centros residenciales de atención a conductas adictivas pueden ser el espacio con mayor incremento de brotes por COVID-19, siendo las personas residentes el grupo vulnerable más importante y prioritario en cuanto a medidas de reducción de riesgo se lleven a cabo.

La práctica constante de las normas de higiene en colectivos formados por personas con conductas adictivas es una responsabilidad básica de los equipos de profesionales dedicados a su atención.

2. OBJETIVO:

Este documento tiene como objetivo:

Elaborar recomendaciones para abordar la limpieza en recursos residenciales de adicciones de la Red de Atención a Conductas Adictivas en Extremadura en el contexto de la pandemia de la COVID-19.

3. DEFINICIONES

Limpieza: procedimiento de arrastre y eliminación de la suciedad y de la materia orgánica presente en el objeto o superficie que se quiere limpiar. Se debe de realizar de forma diaria (rutinaria) aplicando las técnicas básicas de limpieza y de forma terminal cuando se trata de una limpieza más completa, incluyendo todas las superficies horizontales y verticales, internas y externas.

Desinfección: Es el proceso en el que, mediante productos químicos, se destruyen los microorganismos, pero no necesariamente todas las esporas bacterianas de los objetos y de las superficies.

4. GENERALIDADES

1. Deben utilizarse métodos de protección adecuados durante los procedimientos de limpieza y desinfección: usar siempre guantes (domésticos) de goma, siguiendo las recomendaciones de uso del fabricante.
2. Antes de iniciar la limpieza general, recoger la materia orgánica si existiese (sangre y otros fluidos). Limpiar siempre que esté sucio. Limpiar de limpio a sucio, de arriba a abajo y de dentro hacia fuera.
3. No se debe realizar limpieza en seco. Se recomienda barrido húmedo (recoger la suciedad con mopa o protegiendo el cepillo con textil húmedo o tejido sin tejer). Limpiar las superficies con bayetas húmedas.
4. El material de limpieza utilizado tiene que ser específico. Los utensilios utilizados en la limpieza y desinfección deben de ser limpiados, desinfectados y secados después de su uso.
5. No crear corrientes de aire que faciliten el desplazamiento de gérmenes. Se establecerán programas para la limpieza y mantenimiento de los conductos de aire acondicionado.
6. Utilizar productos aprobados por la política de limpieza y desinfección del centro. Se usarán siguiendo las instrucciones del fabricante. Dosificar el producto según las pautas establecidas. No mezclar productos incompatibles (ej.: hipoclorito sódico con aldehídos). Llevar siempre en el carro de la limpieza los envases originales tanto de detergentes como de desinfectantes.
7. No se recomienda en caso de precisarse el uso de desinfectantes en forma de nebulizaciones o aerosoles.
8. No entrar el carro de limpieza en las diferentes estancias a limpiar.

9. El material utilizado para limpiar todo tipo de superficies (bayetas, fregonas, mopa, etc.) ha de estar lo más escurrido posible. Dejar actuar el desinfectante sobre las superficies, no es necesario aclarar ni secar.
10. Durante la manipulación de los productos de limpieza, el personal se protegerá para prevenir posibles riesgos (inhalación y/o salpicaduras sobre piel o mucosas) con equipos de protección individual (EPI) adecuados para ello.

5. RECOMENDACIONES PARA LA OBTENCIÓN DE UNA MÁXIMA EFICACIA DE LOS PRODUCTOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

1. Las diluciones y posterior envasado de los productos se harán de forma centralizada en los lugares donde se dispone de dispensadores.
2. Preparar las soluciones en las concentraciones adecuadas.
3. Preparar las soluciones en recipientes limpios y sin restos del producto. Una vez finalizado el turno se vaciarán las botellas y se dejarán limpias por el turno siguiente (No rellenar nunca las botellas).
4. Los envases que contengan soluciones desinfectantes deben estar siempre tapados y bien etiquetados.
5. Las diluciones de los productos a base de lejía o cloro caducan a las 24 horas, aunque hayan sido bien tapados.
6. La estabilidad de los desinfectantes es variable. Hay que protegerlos de la luz y de las fuentes de calor.
7. No utilizar productos que han sido abiertos, sobre los que se ha perdido control de fecha de apertura.
8. Aplicar los mismos rociando directamente sobre la superficie a limpiar o desinfectar.
9. En general el tiempo mínimo de contacto de los desinfectantes con las superficies debe 10 minutos aproximadamente. No secarlos nunca, antes de este tiempo. Si el desinfectante se seca antes de este tiempo, hay que volver a aplicar. Hay que consultar siempre las indicaciones de la ficha técnica.
10. Se debe tener en cuenta la compatibilidad del desinfectante con la superficie u objeto que hay que desinfectar.

11. Los desinfectantes se pueden inactivar cuando hay materia orgánica por lo que es imprescindible la limpieza previa con agua y jabón.
12. Cuando los desinfectantes tienen efecto residual no se debe pasar un paño ni aclarar.

6. LIMPIEZA DE ESPACIOS FÍSICOS Y ENSERES

a. Limpieza de zonas de uso común.

Se consideran aquellas zonas que son utilizadas por todas las personas residentes del centro, de ahí que se deba tener especial cuidado en su higiene y orden.

Generalidades:

- Airear y permitir la entrada de luz solar.
- La limpieza de suelos y superficies se realizará como mínimo una vez al día.
- No se debe barrer ni hacer limpieza en seco con escobas o cepillos por lo que se utilizará el sistema de “barrido Húmedo”, de esta forma se evitará que se levante polvo.
- El fregado del suelo se realizará mediante el sistema de “doble cubo” en carro de limpieza; consiste en utilizar dos cubos, uno de color azul con agua y producto limpiador para el fregado y otro de color rojo, que solo contendrá agua para el aclarado. Se debe cambiar el agua con frecuencia.
- Nunca se limpiará con agua sola, se deben emplear productos de limpieza que contengan un detergente bactericida incluido en la política de limpieza y desinfección del centro.
- Para la limpieza del mobiliario y superficies se utilizarán bayetas sin tejer, microfibras, humedecidas con el producto de limpieza apropiado para cada uno de ellos.
- Las papeleras habilitadas para el depósito de residuos de vaciaron regularmente al menos dos veces al día y siempre que estén repletas de residuos evitando que estos se viertan al suelo. Las bolsas se retirarán cerradas mediante un doble nudo depositándose en el contenedor/saco de limpieza que habrá en el carro de limpieza habilitado para este fin.
- Si se limpian las paredes y techo, se realizará siempre de arriba abajo, con el material de limpieza bien escurrido y no se pasará dos veces por el mismo sitio.
- Se limpiará de la zona más limpia a la más sucia, de arriba abajo y de dentro a fuera.

	Frecuencia	Método/sistema	Producto
Barrido de suelos	1 vez/día	Barrido húmedo	Agua pulverizada
Fregado de suelos	1 vez/día	Doble cubo	Detergente bactericida-virucida
Mobiliario: superficies	1 vez/día	Bayeta humedecida	Adecuado al material

**Tabla orientativa de mínimos. Cada centro planificará sus actuaciones.*

1. Limpieza de aseos:

- Son espacios que pueden ser utilizados por todas las personas usuarias del centro, por lo que se debe incidir de forma importante en la limpieza e higiene de estas zonas fundamentalmente para evitar la proliferación y posible transmisión de microorganismos patógenos.
- Se limpiarán al menos dos veces al día y siempre que sea necesario.
- El carro de limpieza no entrará en los aseos y se quedará bloqueando la puerta de entrada.
- Se limpiará siempre de dentro a fuera, de los espacios más limpios a los menos limpios y de arriba abajo terminando con el fregado del suelo.
- Las paredes alicatadas se limpiarán de arriba hacia abajo, se frotarán con un estropajo impregnado con el producto limpiador y después se aclararán con bayeta. Por último, se secarán con paños que no dejen residuos. Es importante que no queden húmedas lo que podría facilitar la aparición de hongos. Los productos empleados serán de tipo detergente-bactericida-virucida.
- La limpieza de los sanitarios se realizará por dentro y por fuera, no olvidando los desagües y agujeros o ranuras de seguridad. Los productos empleados serán líquidos, no corrosivos y que no rayen las superficies, empleando bactericidas de amplio espectro y que garanticen una permanencia de actividad de 12 horas. Las bayetas empleadas serán exclusivas para esta labor.
- Para el fregado de los suelos emplearemos el sistema de “doble cubo”, y el producto empleado será detergente desinfectante.
- Si estos aseos estuvieran dotados de duchas o de bañeras, se limpiarán de la forma expuesta en el punto anterior y con los mismos productos de limpieza. Si existen cortinas para duchas, estas se impregnarán de lejía en las zonas en las que aparezcan “puntos negros” y luego se aclararán con agua (aunque es más recomendable, cuando esto suceda, que se sustituyan por otra nueva). Para la limpieza de las mamparas se empleará un limpiador para cristales.

- Para el fregado de los suelos emplearemos el sistema de “doble cubo”, y el producto empleado será detergente desinfectante.
- Es muy recomendable la instalación en los sanitarios de bacterioestáticos, que proyectan una carga de producto bactericida cada vez que descargamos el agua del inodoro, garantizando una correcta desinfección de éste siempre que sea utilizado.
- Todos los útiles que empleemos para la limpieza de estas zonas serán exclusivos para esta labor.
- Tener en cuenta que la utilización de productos de cloro (lejía) no nos garantiza un tiempo de actuación superior a treinta minutos, frente a otros productos que actúan durante doce horas.

	Frecuencia	Método/sistema	Producto
Paredes alicatadas	1 vez/día	Arriba/abajo Fregado Aclarado	Detergente Bactericida- virucida
Sanitarios	2 veces/día	Dentro a fuera No rayaduras Material exclusivo	Bactericida- virucida líquido no corrosivo
Duchas/bañeras	Después de la ducha	Dentro a fuera No rayaduras	Bactericida- virucida líquido no corrosivo
Cortina de duchas	Cuando sea necesario	Frotación y aclarado	Lejía
Mamparas	Después de la ducha	Frotación	Limpiacristales
Suelos	2 veces/día	Doble cubo	Detergente desinfectante

**Tabla orientativa de mínimos. Cada centro planificará sus actuaciones.*

b. Limpieza de zonas privadas.

1. Habitaciones:

El proceso a seguir en el orden de la limpieza de una habitación, teniendo en cuenta que siempre se limpiará de dentro hacia fuera; ha de ser el siguiente:

- Desconectar el aire acondicionado o la calefacción por aire si la hubiera.
- Comprobar las luces por si estuvieran fundidas.
- Vaciar papeleras.
- Abrir las ventanas para ventilar (entre 15 y 30 minutos es suficiente).

- Retirar restos de alimentos y menaje si los hubiera.
- Hacer las camas.
- Limpiar el mobiliario con bayetas humedecidas sin tejer, microfibras, con el producto adecuado, si en algún mueble, se encontraran restos de sangre, se realizará una limpieza de arrastre con una bayeta impregnada de desinfectante (puede ser lejía), y después se procederá a realizar una limpieza normal.
- Barrer el suelo en húmedo.
- Fregar el suelo, empezando por el punto más alejado hasta la puerta de la habitación.
- Cambiar el agua en cada habitación.
- El producto utilizado para esta labor debe ser un detergente-desinfectante.
- Una vez secado el suelo se procederá a cerrar las ventanas, correr los visillos y cortinas, y dejar las persianas entornadas.

Criterios generales:

- Para el fregado de los suelos utilizaremos el sistema de doble cubo.
- Si las habitaciones dispusieran de cuarto de baño en su interior, éste se limpiará en último lugar.
- El carro de limpieza se situará en la entrada de la habitación, bloqueando el paso.

NUNCA SE LIMPIARÁN LOS SUELOS DE LA HABITACIÓN Y EL BAÑO CON EL MISMO AGUA. NI SE EMPLEARÁ PARA LIMPIAR OTRA HABITACIÓN.

	Frecuencia	Método/Sistema	Producto
Mobiliario exterior	1 vez/día	Frotación	Adecuación al material
Mobiliario interior	Cada 15 días	Frotación, aclarado y secado	Adecuación al material
Colchones	Cuando cambie de usuario/a	Frotación, aclarado y secado al aire	Quitamanchas Producto espuma controlada
Barrido suelos	1 vez/día	Barrido húmedo	Agua pulverizada
Fregado suelos	1 vez/día	Doble cubo	Detergente desinfección

* Tabla orientativa de mínimos. Cada centro planificará sus actuaciones.

2. Limpieza de ropa de cama

Se considera ropa de cama: la sábana bajera, sábana encimera, funda de almohada, colcha, funda de colchón plastificada (con rizo superior), manta y almohada.

Éstas se deberán cambiar semanalmente y en las situaciones que sean necesarias.

Modo de retirar la ropa usada de la cama:

La ropa usada de la cama debe introducirse en una bolsa y posteriormente ser depositada en el espacio indicado en cada centro.

- Cuando se prevea contacto con sangre, fluidos corporales, descamaciones, mucosas, etc., utilizar guantes de un solo uso, no estériles.
- Retirar la ropa de cama, el pijama/camisón y material desechable del residente (empapadores, compresas, pañales, etc.) introduciéndolos directamente en bolsas y posteriormente, siendo depositada en el espacio indicado en cada centro.

NUNCA HAY QUE DEPOSITAR LA ROPA EN PUNTOS INTERMEDIOS (SUELO, MUEBLES, CAMAS, ...)

3. Aseos

Se pueden encontrar bien dentro de la habitación o junto a ella; los pasos a seguir para realizar su limpieza son los siguientes:

- Retirar la ropa de aseo sin sacudir, depositándola directamente en los carros destinados a ello.
- Comprobar las luces.
- Vaciar las papeleras.
- Limpiar el mobiliario con bayeta humedecida con el producto adecuado.
- Limpiar los sanitarios por dentro y por fuera, los desagües y las ranuras de seguridad también se limpiarán. Se utilizarán productos desinfectantes líquidos, que no sean corrosivos ni rayen la porcelana.
- La bañera o el plato de ducha se limpiarán de igual modo y con los mismos productos.
- Las cortinas, si las hubiera, deberán limpiarse con un poco de lejía y después un buen aclarado si se observan puntos negros. Si hubiera mamparas, se limpiarán con un limpiacristales.
- El suelo se limpiará en último lugar, utilizando el sistema de doble cubo, y productos detergentes-bactericidas-virucidas.

Criterios a seguir:

- Los materiales que se utilicen para realizar esta limpieza serán exclusivos para ésta.
- Se revisará periódicamente si hay papel higiénico y se repondrá cuando sea necesario.
- Se repondrá la ropa de baño limpia y se colocará en perfecto orden.
- Si se realiza una limpieza general de los cuartos de baño, se comenzará por la limpieza de los techos, pasando luego a la limpieza de las paredes, si éstas estuvieran alicatadas, se frotarán desde arriba hasta abajo con un producto bactericida-virucida, después se aclararán y por último se secarán, evitando siempre que queden humedades.

Normas generales:

- Los profesionales de la limpieza vestirán adecuadamente para su trabajo (incluyendo el uniforme completo para el personal de limpieza)
- Al iniciar las tareas de limpieza siempre habrá que asegurarse que en el carro de limpieza se llevan todos los materiales necesarios para realizar esta labor correctamente.
- Cuando se termine de realizar la limpieza se deberán lavar todos los útiles que se hayan usado, fregando cubos, bayetas fregonas y hasta el propio carro, dejándolo en las condiciones adecuadas para su posterior utilización.
- Todos estos artículos deberán guardarse en un cuarto adecuado.
- Para realizar cualquier tipo de limpieza se deberán utilizar guantes estos serán de goma o bien pueden ser de un sólo uso no estériles, si dicha limpieza se va a realizar en objetos posiblemente contaminados.

7. FUENTES DE INFORMACIÓN

Información actualizada sobre cómo actuar ante la infección por Covid-19:

o Documentos consultados:

- ✓ Guía de buenas prácticas en los centros de trabajo. Medidas para la prevención de contagios del COVID-19. Ministerio de Sanidad.
- ✓ Plan Nacional de Resistencia Antibióticos. Recomendaciones para la bioseguridad, limpieza e higiene ambiental. Línea estratégica III: Prevención. Salud humana. Agencia Española de Medicamentos y Productos sanitarios. 2017.

o Páginas Web:

- Web del Ministerio de Sanidad: <https://www.mscbs.gob.es/>
- Web del Plan Nacional sobre Drogas: <https://pnsd.sanidad.gob.es/>
- Web de Salud Extremadura: <https://saludextremadura.ses.es/web/>
- Web de la Secretaria Técnica de Drogodependencias (STD): <http://www.drogasextremadura.com>

- o **Información actualizada** a través de las redes sociales, a toda la Red de Atención a Conductas Adictivas de Extremadura: WhatsApp, Facebook, e-mail, Instagram, Twitter.