



¿Cómo Limpiar, Sanitizar, y Desinfectar Superficies?

Escrito por Katheryn Parraga, Muscle Food Safety Extension Specialist, Virginia Seafood Agricultural Research and Extension Center, Virginia Tech; H. Lester Schonberger, Research Associate, Department of Food Science and Technology, Virginia Tech; Abigail Villalba, Extension Specialist, Virginia Seafood Agricultural Research and Extension Center, Virginia Tech; Laura K. Strawn, Associate Professor and Extension Specialist, Department of Food Science and Technology, Virginia Tech; and Reza Ovissipour, Assistant Professor and Extension Specialist, Department of Food Science and Technology, Virginia Tech

Introducción

Limpiar y sanitizar o desinfectar las superficies de la casa es algo que todo el mundo debería hacer frecuentemente. La frecuencia dependerá del material de la superficie y de la continuidad con la que se use o toque la superficie. Es posible que las áreas o superficies de alto contacto, como mesas y encimeras o mesones, deban limpiarse a diario o incluso con más frecuencia. Repasemos los pasos sobre cómo limpiar y sanitizar o desinfectar superficies.

La seguridad, ante todo

La Figura 1 proporciona una descripción general de los consejos de seguridad para el uso de soluciones químicas domésticas. Por ejemplo, lea la etiqueta; preste mucha atención a las advertencias de peligro e instrucciones del uso del producto. Le recomendamos limpiar y sanitizar o desinfectar en áreas que estén ventiladas para evitar respirar vapores que causen irritación. Use guantes desechables y gafas protectoras para evitar el contacto accidental con la piel y posible irritación. Deseche los guantes cuando termine y lávese las manos, para evitar la contaminación cruzada.

Limpieza

Después de implementar los pasos de seguridad, el primer paso es limpiar con agua y jabón las superficies sucias. Después, friegue y enjuague las superficies con agua para eliminar los alimentos que estén pegados o sueltos, la grasa, la suciedad u otras sustancias. Luego, lave la superficie con agua y una solución de jabón/detergente. Enjuague bien la superficie con agua potable (eliminando cualquier sustancia restante, incluido el polvo, los restos de comida y el jabón/detergente). Finalmente, su superficie está lista para la aplicación de un sanitizante o desinfectante (continúe con el siguiente paso). Si no necesita la aplicación de un sanitizante o desinfectante, puede dejar que la superficie se seque con el aire o searla con papel toalla desechable o una



Figura 1. Consejos de seguridad al utilizar soluciones químicas (Figura de Reza Ovissipour).

toalla limpia. Una vez finalizado el procedimiento, la superficie puede ser utilizada.

Elija entre sanitizar o desinfectar

La elección de sanitizar o desinfectar una superficie después de limpiarla dependerá del tipo de gérmenes que desee reducir (consulte [FST-386NP](#)) y de la frecuencia con la que se toque/use la superficie, el utensilio, el equipo o el objeto. Asegúrese de seguir las instrucciones de la etiqueta donde se detalla cómo mezclar y usar la solución para que sea seguro aplicarla en la superficie u objeto deseado (por ejemplo: en las encimeras o mesones de su cocina (superficie de contacto con alimentos) o en su baño (superficie que no está en contacto con alimentos).

Prepare una solución para sanitizar o desinfectar

Al preparar su propia solución de sanitizante o desinfectante, recomendamos prepararlos en un lavabo o contenedor con bordes elevados (por ejemplo, bandeja con bordes altos, balde grande, o en la bañera, etc.) para que sea fácil de controlar y limpiar en caso de derrame. Se recomienda identificar los implementos que se usarán para preparar estas soluciones, y mantenerlos separados de los implementos que se usan para cocinar para evitar la contaminación de los alimentos. También se recomienda tener toallas desechables listas para controlar cualquier derrame.

Para preparar una solución de sanitizante o desinfectante que sea adecuada para su superficie u objeto deseado, mezcle los productos químicos con agua siguiendo las instrucciones de la etiqueta. Use agua a temperatura ambiente, a menos que la etiqueta indique lo contrario.

Uso de soluciones preparadas en superficies de la casa

Una vez preparada la solución, aplíquela sobre la superficie ya limpia para que quede cubierta uniformemente. No enjuague ni seque la superficie. Deje la solución en la superficie durante el tiempo indicado en las instrucciones de la etiqueta. Esto se conoce como tiempo de contacto. Los tiempos de contacto son importantes para lograr eliminar los gérmenes.

Si la etiqueta dice que se puede usar en “superficies de contacto con alimentos”, entonces puede usarlo en superficies como platos, utensilios de cocina y encimeras o mesones.

A veces después de la desinfección, la etiqueta indica que hay que enjuagar con agua la superficie de contacto con los alimentos (esto es común en las soluciones desinfectantes, ya que las concentraciones químicas suelen ser más altas en comparación a las soluciones sanitizantes). Este enjuague eliminará cualquier residuo que quede y que pueda adherirse a la comida (contaminación cruzada).

Sanitizantes y desinfectantes comúnmente utilizados

Algunos de los productos químicos más utilizados para sanitizar y desinfectar superficies incluyen:

- Cloro (hipoclorito de sodio)
- Amonio cuaternario
- Peróxido de hidrógeno
- Soluciones de alcohol (al menos 70% de alcohol)

Usted puede preparar su propia solución siguiendo las instrucciones de la etiqueta, o puede comprar soluciones sanitizantes y desinfectantes ya preparados.

Si está buscando desinfectantes que hayan sido probados para su uso contra el SARS-CoV-2, asegúrese de que esté mencionado en la etiqueta y/o puede revisar la Lista-N de la Agencia de Protección Ambiental

([Environmental Protection Agency's List-N](#)) para encontrar los productos que se han probado contra el SARS-CoV-2.

Uso de sanitizantes o desinfectantes preparados comercialmente

Si compra soluciones que ya están preparadas, asegúrese de que se puedan usar en las superficies deseadas (superficies en contacto con alimentos o superficies que no están en contacto con alimentos) y que sea eficaz contra los gérmenes que desea reducir/eliminar (por ejemplo: bacterias, virus, parásitos y hongos).

Si usa toallitas húmedas, puede ser necesario usar más de una toallita para limpiar adecuadamente la superficie y mantenerla húmeda durante el tiempo de contacto indicado para sanitizar o desinfectar.

Evaluación de las superficies de su hogar

La etiqueta de un producto proporciona información sobre que superficies debe ser usado. Por lo general, estas superficies son duras y no absorberán el jabón, el agua ni la solución química utilizada (esto significa que las superficies no son porosas). Algunos ejemplos de estas superficies incluyen, pero no se limitan a:

- Mesas, encimeras o mesones que no sean de madera (piedra, concreto, material compuesto)
- Manijas (fregaderos, frigoríficos, armarios, cajones, puertas)
- Lavabos y bañeras (incluidos los grifos)
- Baños
- Interruptores de luz
- Aparatos electrónicos (teléfonos, tabletas, pantallas táctiles, teclados y controles remotos). Siempre consulte las instrucciones del fabricante para conocer los pasos o consideraciones adicionales antes de limpiar estos aparatos.

Consejos de seguridad adicionales (Figura 1)

- No use estas soluciones para limpiar o sanitizar alimentos. El contacto directo de estas soluciones con los alimentos puede dejar un residuo que puede ser tóxico. Úselo únicamente como se indica en la etiqueta.
- Siga las instrucciones de la etiqueta. Es importante no mezclar diferentes productos químicos, por ejemplo, cloro con amoníaco. Al mezclarlos no se hacen “más fuertes” entre sí, sino que pueden causar un daño grave como la liberación de gases que puede hacer que una persona se desmaye.
- Mantenga estos compuestos químicos y soluciones lejos del alcance de los niños y las mascotas. Si sospecha que los niños o mascotas han manipulado los químicos, llame inmediatamente al Control de Envenenamientos (1-800-222-1222). Se recomienda el uso de un recipiente secundario para mantener los productos químicos, ya que evitara cualquier fuga accidental.
- No coma, beba, respire ni se inyecte productos químicos en su cuerpo y nunca lo aplique directamente sobre la piel de personas o mascotas. La mayoría de los productos químicos son irritantes para la piel y pueden causar quemaduras, sarpullidos u otras reacciones.

Referencias

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC). 2021. How To Clean and Disinfect Schools To Help Slow the Spread of Flu. Disponible en: <https://www.cdc.gov/flu/school/cleaning.htm>

CDC. 2021. Cleaning and Disinfecting Your Home. Disponible en: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/disinfecting-your-home.html>

CDC. 2008. Introduction, Methods, Definition of Terms - Guideline for Disinfection and Sterilization in Healthcare Facilities. Disponible en: <https://www.cdc.gov/infectioncontrol/guidelines/disinfection/introduction.html>

Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos (EPA). 2020. Six Steps for Safe & Effective Disinfectant Use. Disponible en: <https://www.epa.gov/sites/production/files/2020-04/documents/disinfectants-onepager.pdf>

EPA. 2021. What's the difference between products that disinfect, sanitize, and clean surfaces? Disponible en: <https://www.epa.gov/coronavirus/whats-difference-between-products-disinfect-sanitize-and-clean-surfaces>

Recursos Adicionales

Limpieza, Sanitización, Desinfección y Esterilización. ¿Cuál es la diferencia? FST 386NP. Disponible en: <https://resources.ext.vt.edu/contentdetail?contentid=3249>

Agradecimientos

Este trabajo es apoyado por el programa de subvenciones competitivas A4131 de la Iniciativa de Investigación Agrícola y Alimentaria (subvención No. 2020-68003-32876, "Un enfoque integrado para abordar COVID-19 en el suministro de alimentos desde la granja hasta la mesa") del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Instituto Nacional de Alimentos y Agricultura.

Visit Virginia Cooperative Extension: ext.vt.edu

Virginia Cooperative Extension es una asociación de Virginia Tech, de Virginia State University, el Departamento de Agricultura de EE. UU. y los gobiernos locales. Sus programas y empleos están disponibles para todos, independientemente de su edad, color, discapacidad, género, identidad de género, expresión de género, nacionalidad, afiliación política, raza, religión, orientación sexual, información genética, estado militar o cualquier otra condición protegida por ley. Edwin J. Jones, director, Extensión Cooperativa de Virginia, Virginia Tech, Blacksburg; M. Ray McKinnie, administrador, Programa de Extensión de 1890, Virginia State University, Petersburg.

2021

FST-369NP