

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE ZONAS COMUNES EN COMUNIDADES DE PROPIETARIOS: PASAMANOS, PORTEROS AUTOMÁTICOS, BARANDILLAS, SUELOS, ASEOS, ETC.

Las autoridades sanitarias han empezado con la fase de desconfinamiento de manera escalonada.

La Comunidad de Madrid en este momento continúa en **la fase 0** que comenzó el 4 de mayo, pero desde el lunes 18 de mayo se flexibiliza en algunos aspectos.

Aunque existe controversia sobre cuáles son las zonas comunes que se pueden utilizar o cuando se podrán utilizar (canchas deportivas, zonas infantiles, piscinas), estableceremos unos criterios básicos para la limpieza y desinfección de zonas comunes en las CCPP, con el objetivo de minimizar la transmisión de COVID-19 y por tanto proteger la salud de los residentes y trabajadores de CCPP.

También se añadirá información sobre los productos de limpieza y desinfección validados por las autoridades sanitarias, y otros no aconsejados en zonas con personas.

Cómo se propaga el Coronavirus y cuánto tiempo puede permanecer activo

La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o exhala.

Estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer la COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca.

Tiempo que puede permanecer el SARS-CoV-2 en algunos elementos:

| Material | Duración estimada |
|----------------------|-------------------|
| Papel, cartón | 3 -5 horas |
| Acero inoxidable | 2 días |
| Madera, ropa, vidrio | 1 a 2 días |
| Acero inoxidable | 2 días |
| Plástico | 3 días |
| Dinero en papel | 4 días |

La limpieza de los enseres y superficies utilizando agentes biocidas, inactiva el virus de forma eficaz y rápida, por tanto, es conveniente establecer pautas de limpieza y desinfección en las instalaciones.

Según la Organización Mundial de la Salud también se podría dar una transmisión por aerosolización en espacios cerrados o en gotículas menores a 5 micras, como fuente de exposición secundaria.

Como frenar el coronavirus en el ámbito laboral (por orden de prioridades)

1. Evaluar el riesgo según las tareas que realice cada trabajador, informarle y facilitarle los medios de protección necesarios en función de la actividad.
2. Mantener distanciamiento físico con otras personas de 2 metros.
3. Reforzar la higiene personal de lavado de manos.
4. Higiene respiratoria: al toser o estornudar cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo o con el codo flexionado. Usar pañuelos desechables, y tirarlos tras su uso.
5. Limpieza y desinfección de los espacios y superficies.

Cuando hay que lavarse las manos para evitar riesgo de contagio

-) Antes de empezar a trabajar.
-) Antes de manipular alimentos elaborados o listos para el consumo.
-) Después de manipular o preparar alimentos crudos.
-) Después de tocar basura.
-) Después de realizar las tareas de limpieza y desinfección.
-) Después de ir al baño.
-) Después de sonarse la nariz, estornudar o toser.
-) Después de comer, beber o fumar.
-) Después de tocar zonas o superficies que puedan estar contaminadas.
-) Después de manipular dinero.
-) Antes y después de realizar tareas de cuidado de personas enfermas.
-) Después de tocar animales.

Pasos del procedimiento de limpieza de zonas comunes

Este documento recoge las características de las distintas instalaciones y la intensidad de uso, de manera que se puedan establecer frecuencia de limpieza y desinfección, materiales y productos utilizados y medios de protección necesarios para los trabajadores.

Definir lo que queremos hacer

-) **Limpieza** para eliminar suciedad e impurezas, donde utilizaremos agua y detergentes.
-) **Desinfección** para eliminar o reducir la carga microbiana de las superficies, con productos autorizados por las autoridades sanitarias y en algunos casos aplicados por empresas especializadas.

Ventilación de espacios cerrados

-) Ventilar todos los días al menos 15 minutos cada zona. La ausencia de ventilación favorece la transmisión del virus.
-) Si la ventilación se realiza con medios mecánicos, estos deben conservarse en buen estado de mantenimiento, limpieza y desinfección.

Limpieza y desinfección de instalaciones y mobiliario

1. Las medidas de limpieza y desinfección de zonas comunes son vitales para contener la propagación del coronavirus y mantener el entorno seguro.
2. Después de un tiempo sin uso, antes de volver a utilizar instalaciones se procederá a una limpieza y desinfección exhaustiva de las mismas, siendo aconsejable contactar con una empresa especializada.

3. Hay que realizar una exhaustiva limpieza antes de proceder a la desinfección, ya que ésta carece de eficacia si la superficie no ha sido previamente desprovista de suciedad que puede servir de refugio a los microorganismos.
4. Se prestará especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes como pomos de puertas, pasamanos, botoneras del portero electrónico o ascensor, interruptores, superficies metálicas o plásticas y otros elementos de similares características.
5. En puestos de trabajo compartidos, se realizará la limpieza y desinfección del puesto tras la finalización de cada uso, con especial atención al mobiliario y otros elementos susceptibles de manipulación. También se tendrá en cuenta en aseos, taquillas, etc.
6. En zonas de mucho tránsito de personas, valorar la posibilidad de poner alfombras impregnadas con producto desinfectante.

Productos virucidas desinfectantes

-) En el uso de estos productos siempre se respetarán las indicaciones de la etiqueta.
-) Lejía:
 - o Se podrán utilizar desinfectantes como **diluciones de lejía** recién preparada o cualquiera de los desinfectantes con actividad virucida que se encuentran en el mercado y que han sido autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad.
 - o La **lejía doméstica** es muy efectiva en una proporción **1:50** para la desinfección de superficies donde pueda haber virus:
 - Superficies que se tocan con frecuencia: mesas de trabajo, etc.
 - Pomos de las puertas, botoneras.
 - Superficies del baño y el inodoro, Grifos.
 - o Nunca se debe mezclar la lejía, ni ningún otro producto, con amoníaco, salfumán, alcohol, vinagre u otra sustancia, porque se potencia su toxicidad y puede producir gases peligrosos.
 - o Para que la lejía sea eficaz hay que **limpiar previamente las superficies** con bayetas húmedas, para recoger el polvo.
 - o Después limpiar esas mismas superficies con otra bayeta humedecida (no mojada al limpiar llaves de la luz, botonera de ascensor, etc.) en una disolución de **lejía al 1:50**.
 - o **¿Cómo preparar la lejía al 1:50?**
 1. Coger **20 ml de lejía casera**, no importa la marca.
 2. Echarla dentro de una **botella de 1 litro**.
 3. Rellenar la botella con agua fría del grifo hasta completar.
 4. Cerrar y **darle la vuelta** varias veces para mezclar.
 5. **Preparar la mezcla el mismo día de su uso**
-) **Alcohol**
 - o El **alcohol de 70º** es muy eficaz en la desinfección de objetos personales
 - Gafas.
 - Teléfonos fijos.
 - **Móviles** (evitar compartirlos).
 - Teclados de ordenador y ratón.
 - Mandos a distancia.
 - Llaves.
 - o **¿Cómo preparar el alcohol de 70º?**
 0. Partir del alcohol para desinfectar las heridas que tenemos en casa, que es alcohol de 96º.
 1. Coger **70 ml de alcohol de 96º**.
 2. Rellenar con agua del grifo hasta 100 ml.
 3. Cerrar y **darle la vuelta** varias veces para mezclar.

4. Humedecer un paño limpio con esta disolución para desinfectar los objetos personales.
 - J Ozono como desinfectante:
 - o El ozono no se puede aplicar en presencia de personas. El ozono se ha notificado como sustancia biocida para uso ambiental, pero **no ha sido aprobado todavía a nivel europeo y aún no se conocen los usos para los que será autorizado**. Esto impide que tenga un etiquetado que avise de su peligrosidad y usos, a diferencia del resto de biocidas.
 - o Más información, aportada por la Comunidad de Madrid, [pulsando aquí](#).
 - J Abrir puertas y ventanas al desinfectar.
 - J Tras cada limpieza, los **materiales** empleados y los equipos de protección **utilizados se desecharán** de forma segura, procediéndose posteriormente al lavado de manos.
 - J Se procederá al lavado y desinfección diaria, tanto si se emplean uniformes o ropa de trabajo, como de las prendas utilizadas por los trabajadores en contacto con clientes, visitantes o usuarios, debiendo lavarse de forma mecánica en ciclos de lavado entre 60 y 90 grados centígrados.
 - J Cuando el **uso de los aseos** esté permitido por clientes, visitantes o usuarios, su ocupación máxima será de una persona. Deberá procederse a la limpieza y desinfección de los referidos aseos, varias veces al día.
 - J Se deberá disponer de **papeleras**, a ser posible con tapa y pedal, en los que poder depositar pañuelos y cualquier otro material desechable. Dichas papeleras deberán ser limpiadas de forma frecuente, y al menos una vez al día.

CONCLUSIONES

1. **Los riesgos asociados al COVID-19 están relacionados con la interacción entre personas. Las medidas más eficaces para evitar la transmisión del virus son el distanciamiento social y el refuerzo de la higiene de manos y respiratoria.**
2. **La limpieza y desinfección diaria de superficies y zonas comunes es fundamental para evitar la propagación del virus.**
3. **Para prevenir la transmisión del virus, los usuarios y los trabajadores deben cumplir las medidas de distancia social, cumplir las normas de higiene y aplicar los criterios técnicos de mantenimiento, limpieza y desinfección.**