

# Limpiando y desinfectando superficies

para ayudar a prevenir la propagación del virus de la gripe

---

Esta hoja informativa explica como la limpieza y desinfección de superficies en el hogar y lugares públicos (como escuelas, guarderías infantiles y negocios) pueden ayudar a prevenir la propagación del virus de la gripe.

## Limpiando y desinfectando superficies

- Mantenga las superficies limpias y desinfectadas como encimeras o las mesas de cocina, mesas, escritorios, y las superficies del cuarto de baño.
- Mantenga las superficies limpias y desinfectadas que tocan más de una persona. Ejemplos incluyen las perillas de las puertas, y los tiradores de la refrigeradora y microondas.
- Utilice pañuelos desechables higiénicos para limpiar cosas electrónicas que se tocan con frecuencia, como el teléfono, la computadora, el control remoto y juegos de mano.
- **Cuando las superficies no se ven sucias**
  - Limpie la superficie con un producto comercial que actúa como detergente (limpia) y desinfectante (mata gérmenes) a la vez. Estos productos pueden utilizarse cuando las superficies no están sucias a simple vista.
- **Cuando las superficies se ven sucias**
  - Lave la superficie con un limpiador (jabón o detergente), enjuáguela con agua y después use un desinfectante. Este método debe ser usado para las superficies que se ven sucias.
- **Si no tiene desinfectantes comerciales**
  - Prepare una solución de blanqueador (Cloro) añadiendo una cucharada de blanqueador a un cuarto (4 tazas) de agua; use un paño para aplicar a las superficies y déjelo secar de 3 a 5 minutos antes de remojarlo con agua. Use guantes para proteger sus manos cuando trabaje con blanqueadores.
- **Precauciones**
  - No mezcle desinfectantes con limpiadores a menos que las etiquetas lo indiquen. La combinación de ciertos productos (como blanqueadores y amoníaco) pueden ser dañinos.
  - Lea las etiquetas cuidadosamente cuando este usando desinfectantes y limpiadores.
  - Ponga atención a cualquier aviso de peligro e instrucciones en las etiquetas para el uso de equipo de protección personal (como guantes de protección).

## Para más información

Para saber más acerca de como protegerse de la gripe porcina, visite la página de información de la gripe porcina en el correo electrónico del Departamento de Salud en el [www.doh.wa.gov/swineflu](http://www.doh.wa.gov/swineflu)