



# Guía de Limpieza y Desinfección en el Hogar

Elaborado por:  
Unidad de Plaguicidas y Desinfectantes  
Departamento Salud Ambiental



## ¿Qué es limpieza y Desinfección?

La **limpieza** se define como el acto en el cual se eliminan desechos orgánicos e inorgánicos visibles, ésta debe llevarse a cabo utilizando agua con detergentes o productos enzimáticos que sean capaces de eliminarlos. Un residuo orgánico es todo aquel componente que proviene de un organismo vivo o que fue parte de él. (Por ejemplo: Frutas, verduras, carnes, heces, etc.). Los residuos inorgánicos son aquellos que provienen de materiales que no se descomponen o que demoran en hacerlo, como lo son plásticos, metales, vidrios y gomas, entre otros.

Los tipos de limpieza más comunes dentro del hogar son:

- ▶ Método de fricción (frotar en seco el objeto sucio con un paño, esponja o cepillo).
- ▶ Método de enjuague (usar detergente con agua).

Al momento de llevar a cabo la limpieza, **no** aseguramos la desinfección mediante el uso de agua y algún producto para contrarrestar la suciedad.

Es por ello, que se utiliza el proceso de **desinfección**, el cual asegura la eliminación de bacterias, hongos e incluso virus que puedan ser dañinos para el hombre y animales, mediante el uso de productos desinfectantes.

**TODOS LOS PRODUCTOS DESINFECTANTES QUE USEMOS EN NUESTROS HOGARES DEBEN ESTAR REGISTRADOS POR EL INSTITUTO DE SALUD PÚBLICA (ISP).**

En el hogar, puede existir un alto riesgo de transmisión de infecciones, ya que algunos microorganismos pueden sobrevivir por varios meses, por lo que es esencial la limpieza y la desinfección de superficies y del ambiente.

Estas consideraciones son de mayor relevancia en caso de mantener en casa a niños menores a 2 años, personas que se encuentren enfermas, postradas, con hospitalización domiciliaria, o bien mascotas



dentro del hogar (tendencia cada vez más común en Chile).

Las recomendaciones generales respecto a la **frecuencia de desinfección** de los diferentes lugares del hogar, con el fin de evitar algunas enfermedades, son las siguientes:

- Baño (WC, Lavamanos, Tina, Pisos), al menos una vez al día, si se encuentra una persona enferma debiera ser 2 veces por día.
- Cocina, accesorios de uso diario (lavaplatos, mesones, vajilla, pisos), limpieza después de usar y desinfección diaria (sobre todo en el caso de mesones, lavalozas y pisos).
- Implementos de limpieza (Esponja, paños de cocina, traperos, etc.), desinfección diaria.

Las superficies como asientos, pisos y paredes, no generan un gran riesgo de transmisión de infecciones, por lo que la acción de un detergente generalmente es suficiente para eliminar microorganismos, aunque deben tomarse en cuenta las siguientes consideraciones:

- Asegúrese de que la superficie esté seca y libre de residuos después de limpiar.
- Si existe material orgánico presente, se necesita una desinfección adicional. En este caso, puede utilizar un desinfectante en aerosol, que no deteriore las superficies.
- Cuando se limpian pisos, primero debe remover el polvo y suciedad, mediante uso de traperos o aspiradora, luego sanitizar con una solución desinfectante y dejar secar, de acuerdo a las instrucciones de la etiqueta.
- La limpieza de alfombras, requiere el uso de aspiradora de manera diaria y una limpieza completa cada 6 meses, o de manera inmediata luego de un derrame de fluidos (por ejemplo vómitos, sangre, orina, entre otros).



### **¿Con qué puedo desinfectar mi hogar?**

Algunos de los productos más utilizados para realizar la desinfección pueden encontrarse en formas líquidas, geles, cremas, toallitas húmedas, aerosoles, pastillas, polvos, y pueden contener:

- Compuestos derivados del Cloro (Hipoclorito de Sodio, Hipoclorito de Calcio, Dicloroisocianurato de Sodio, otros)
- Compuestos de Amonios Cuaternarios como son: Cloruro de Benzalconio o Bencilamonio.
- Alcohol Etílico (Etanol)
- Ortofenilfenol (o también 2-Fenil Fenol)
- Agua Oxigenada (o también Peróxido de Hidrógeno)

Estos compuestos se utilizan con la finalidad de desinfectar y así evitar infecciones comunes, como aquellas transmitidas por el consumo de alimentos contaminados, infecciones en la piel, infecciones respiratorias, tanto en seres humanos como en mascotas que viven en nuestro hogar.

### **¿Es seguro el uso de un producto que dice eliminar el 99,9% de las bacterias?**

Siempre que esté registrado por el ISP, por supuesto que es seguro, si se utiliza según las instrucciones de la etiqueta. Por lo general, los productos que registra el ISP como mínimo eliminan el 99,9% de los microorganismos.

**Tabla 1.**

**Procedimiento de limpieza y desinfección según área del hogar.**

Área del hogar	Utensilios	Procedimiento	Recomendación
Baño	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guantes</li> <li>• Escoba</li> <li>• Trapeador</li> <li>• Paño o esponja</li> <li>• Desinfectante</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ponerse los guantes</li> <li>• Barrer la suciedad visible</li> <li>• Utilizar un paño más desinfectante elegido</li> <li>• Utilizador trapeador más desinfectante elegido</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar desinfectante acorde a lo señalado en la etiqueta</li> <li>• Sacar la basura cada vez que sea necesario</li> </ul>
Inodoro	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guantes</li> <li>• Desinfectante</li> <li>• Hisopo para inodoro</li> <li>• Paño o esponja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ponerse guantes</li> <li>• Utilizar limpiador desinfectante de inodoro (Dejar reposar 5-10 minutos)</li> <li>• Restregar con hisopo y tirar la cadena</li> <li>• Limpiar superficies exteriores con un paño o esponja con desinfectante de inodoro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar desinfectante acorde a lo señalado en la etiqueta</li> <li>• Paño o esponja debe ser de uso exclusivo para el inodoro</li> <li>• Sacar la basura cada vez que sea necesario</li> <li>• Limpiar exterior del inodoro con Toallitas Húmedas Desinfectantes</li> </ul>
Cocina	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guantes</li> <li>• Paño o esponja</li> <li>• Escoba</li> <li>• Trapero</li> <li>• Desinfectante</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ponerse los guantes</li> <li>• Limpiar las superficies (Mesa, mesones, cocina, campana, lavaplatos)</li> <li>• Utilizar un paño húmedo con desinfectante escogido</li> <li>• Barrer la suciedad visible</li> <li>• Trapear con desinfectante escogido</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar desinfectante acorde a lo señalado en la etiqueta</li> <li>• Sacar la basura cada vez que sea necesario</li> </ul>
Otras áreas del hogar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aspiradora</li> <li>• Escoba</li> <li>• Trapero</li> <li>• Paño</li> <li>• Desinfectante</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aspirar o barrer diariamente dependiendo del tipo de piso</li> <li>• Limpiar superficies con un paño húmedo</li> <li>• Trapear el piso con algún limpiador desinfectante dependiendo del piso</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si tiene mascotas utilice la aspiradora para prevenir la presencia de pulgas, ácaros y microorganismos.</li> <li>• Lavar alfombras por lo menos cada 6 meses</li> <li>• Lavar y desinfectar los juguetes en forma periódica</li> </ul>

### ¿Qué debo hacer al usar un producto desinfectante?

El uso de desinfectantes siempre involucra algún tipo de peligro debido a que todo desinfectante es un **TÓXICO**. Hasta el más “seguro” conlleva riesgos en la aplicación y después de ella. A continuación se mencionan acciones que deben realizarse, las cuales son:

- Adquirir productos con Registro Sanitario del Instituto de Salud Pública (ISP). En la etiqueta debe aparecer como **“Reg. ISP Nº D-XXX/YY”**, donde XXX significa el Número correlativo de registro, e YY, el año en que se registró el producto.
- Usar productos con fecha de vencimiento vigente.
- No utilizar productos con el envase o etiqueta que se encuentren deteriorados.
- **LEER LAS ETIQUETAS.**
- Seguir las recomendaciones indicadas en la etiqueta.
- No mezclar productos desinfectantes, ya que existen productos incompatibles, los que al mezclarse pueden provocar reacciones químicas con efectos dañinos (Por ejemplo liberación de gases tóxicos o irritantes).
- Utilizar los productos solo en las superficies no recomendadas.
- No dejar un producto abierto.
- No almacenar junto con alimentos.
- No comer ni fumar mientras se aplica el producto.
- No usar una cantidad superior a lo recomendado en la etiqueta.
- **NUNCA** trasvasije el desinfectante a otro envase.

- No guardar los productos en lugares de fácil acceso para niños y mascotas.
- No combinar utensilios de limpieza de diferente uso en áreas del hogar. (Por ejemplo: No usar paños del baño en la cocina o utilizar escobilla para inodoro en la limpieza y desinfección de lavatorios).



### -¿Cuál es la importancia de leer la etiqueta de los productos desinfectantes?

Las etiquetas poseen información en la que se señala el correcto uso del producto, como también los peligros potenciales asociados, e instrucciones de acciones a tomar en caso de envenenamiento o derrame, con el fin de minimizar los riesgos y lograr un uso seguro del desinfectante.

Las etiquetas responden preguntas tales como:

- **¿Que contiene el producto?**  
Aquí se mencionan cuales son los componentes del producto, que le otorgan la acción desinfectante.
- **¿Cómo utilizar el producto?**  
Se detallan las instrucciones de uso.
- **¿Cuán tóxico es el producto?**  
Se indica la toxicidad del producto.
- **¿Qué precauciones debo tener al utilizar el producto?**  
En la etiqueta, se señalan las medidas relacionadas con precaución en el uso del desinfectante, por ejemplo “No mezcle con otros productos, no fume

o coma mientras aplica el producto, utilice en áreas ventiladas, etc.”

- **¿Qué hacer si el producto entra en contacto con los ojos, boca, vías respiratorias o piel?**

La información sobre los primeros auxilios siempre se encuentra en las etiquetas aprobadas por el Instituto. Todos los productos desinfectantes poseen un teléfono de emergencia toxicológica en Chile.

- **¿Qué restricciones existen para proteger el ambiente?**

En este caso, la etiqueta señala advertencias sobre peligros para el medio ambiente, como por ejemplo toxicidad acuática, terrestre entre otros.

- **¿Qué protección debo usar cuando utilice este producto?**

La etiqueta menciona elementos de protección como guantes, pechera o delantal.

- **¿Cómo debe ser almacenado y eliminado el producto?**

Todos los productos desinfectantes deben ser almacenados en su envase original, fuera del alcance de los niños y mascotas, en lugar fresco y seco. Debe ser eliminado en lugares establecidos, en la basura doméstica, o dispuestos para reciclaje.

- **¿Qué tipo de advertencias existen para el producto?**

La etiqueta cuenta con palabras de advertencias tales como: Corrosivo, Irritante, Inflamable, oxidante, etc.



### **¿Cómo puedo prevenir las enfermedades en mi hogar?**

En primer lugar, manteniendo una adecuada higiene en el hogar. Sin embargo, esto no asegura que algún miembro de la familia pueda contraer alguna enfermedad infecciosa, sobre todo si se trata de alguno de los grupos de riesgo mencionados con anterioridad.

A continuación se mencionarán algunos ejemplos de enfermedades infecciosas que pueden controlarse con medidas de higiene, limpieza y desinfección adecuada.

### **Enfermedades transmitidas por alimentos y agua contaminadas con toxinas o microorganismos.**

Dentro de este grupo podemos encontrar enfermedades como por ejemplo, Fiebre Tifoidea, Intoxicaciones alimentarias, Hepatitis A, o Gastroenteritis virales o bacterianas.

A continuación daremos algunas recomendaciones para la “Hepatitis A”, ya que, requiere de un mayor cuidado dentro del hogar:

#### **Hepatitis A**

Es una enfermedad viral, infectocontagiosa, asociada a malas condiciones sanitarias, de vivienda, de malos hábitos de higiene y desconocimiento en su prevención. Se

transmite por vía fecal-oral, cuando está contaminada el agua, ya sea para consumo o lavado de alimentos y utensilios.

La prevención del virus Hepatitis A en el hogar puede lograrse con las medidas que se mencionan a continuación:

- Lavar bien alimentos e implementos de manipulación básica en el hogar (vajilla, cubiertos, utensilios de limpieza, mamaderas, etc.)
- Destinar utensilios de uso exclusivo, si existe una persona que posea la enfermedad en el hogar, los cuales deben ser desinfectados una vez lavados.
  - Aumentar las medidas de higiene respecto al uso de ropa de cama y artículos de uso personal (cepillo de dientes, máquina de afeitar, papel higiénico, etc.)
  - Aumentar la frecuencia de limpieza y desinfección de las áreas del hogar como el baño y cocina.

#### **Enfermedades transmitidas por agentes que afectan el tracto respiratorio.**

Estas enfermedades son de especial importancia tanto para grupos de edad temprana como avanzada. Es por esto que es de suma importancia una higiene y desinfección adecuada del lugar donde se encuentre el enfermo.

A continuación daremos algunas recomendaciones para el virus de la

Influenza, ya que, requiere de un mayor cuidado dentro del hogar, debido a su rápida manera de contagiar personas.

#### **Influenza**

La influenza es una enfermedad respiratoria de tipo contagiosa provocada por los virus de la Influenza A y B. Puede cursar con síntomas leves que requerirán manejo general, o un cuadro grave que en ocasiones puede llevar incluso a la muerte. La principal forma de transmisión es de persona a persona, a través de gotitas que quedan suspendidas en el aire después de que un contagiado tose o estornuda. También es posible adquirir la infección cuando se tocan objetos contaminados con gotitas provenientes de un contagiado y se llevan a la boca o nariz sin lavarse previamente las manos.

La prevención del virus Influenza en el hogar puede lograrse con las medidas que se mencionan a continuación:

- De ser posible, evitar el contacto con personas contagiadas con el virus.
- Higiene de manos (lavado con agua y jabón y uso de soluciones antisépticas con alcohol).
- Evitar contaminantes ambientales (humo de cigarro, calefacción con carbón, leña o parafina), ya que esto puede generar mayor susceptibilidad al virus, al irritar vías respiratorias.
- Cubrir con pañuelos desechables boca y nariz al toser o estornudar, o como alternativa cubrir boca y nariz con antebrazo.
- Ventilar y desinfectar (desinfectante en aerosol) el lugar de reposo del enfermo al menos una vez al día.

## Hantavirus

La prevención de Hantavirus radica principalmente en medidas de higiene a nivel interior como exterior de la vivienda.

Se recomienda a la población en general tomar medidas preventivas en diferentes lugares de su entorno, tales como:

### Al interior de vivienda:

- Ventilar al menos 30min. Previo ingreso a la vivienda cuando han estado cerrados por tiempos prolongados, abriendo puertas y ventanas
- Sellar las aberturas que puedan ser posibles ingresos para roedores con materiales resistentes como el acero, cemento, etc.
- Eliminar los elementos en desuso que puedan servir como refugio de roedores.
- Mantener los alimentos almacenados en envases herméticos.
- Mantener una buena disposición de basura, utilizando contenedores cerrados con su respectiva tapa.
- No dejar alimentos al alcance de roedores incluyendo alimento de mascotas.
- Lavar y desinfectar de manera inmediata los utensilios usados y desechar los residuos en contenedores de basura correctamente cerrados.
- Desinfectar pisos, mesas y otras superficies, que puedan haber estado en contacto con roedores, utilizando una solución de Hipoclorito de Sodio (1/2 taza de cloro por 1 litro de agua).

### Exterior de viviendas:

- Mantener el perímetro de la vivienda limpio y despejado para evitar lugares de refugio de roedores.
- Desratizar el perímetro de la vivienda para evitar las migraciones de roedores al interior de la vivienda.
- Mantener el pasto corto y libre de maleza alrededor de la vivienda.
- En caso de no contar con un sistema de basura cerrado se recomienda enterrarla en lugares alejados de la vivienda y cubiertos al menos por 30 cm de tierra.
- Proteger las fuentes de abastecimiento de agua, en caso de no ser potable siempre hervirla antes de su ingesta.
- Mantener bodegas a no menos de 30



m. de la vivienda y con una adecuada ventilación.



### **Enfermedades transmitidas por animales (mascotas):**

Ahora es usual convivir con su mascota en el hogar. Pero es muy importante que la mantenga adecuadamente desparasitada y en buen estado de salud, ya que existen bacterias que pueden ser transmitidas por el rasguño de los gatos, o absesos de perros y gatos, y enfermedades producto de una inadecuada desparasitación, las que afectan especialmente a niños pequeños.

