

# COVID-19

## RECOMENDACIONES DE SALUD AMBIENTAL PARA ESPACIOS COMUNITARIOS

### CERRADOS

#### ANCIANATOS, ORFELINATOS Y OTROS LUGARES RESIDENCIALES COLECTIVOS

Los ancianatos, orfanatos y otros lugares residenciales colectivos que prestan servicios a grupos de personas en condiciones de vulnerabilidad son fundamentales para el bienestar de la sociedad. Es muy importante que estos espacios comunitarios cerrados cuenten con condiciones ambientales y de higiene adecuadas para proteger la salud de los cuidadores, visitantes y los residentes (ancianos, niños). Esta nota incluye recomendaciones para proteger la salud durante la pandemia de COVID-19.

Instruir a los cuidadores, personal de servicio, residentes, familia y visitantes en las indicaciones de esta ficha técnica.

Aspecto	Acciones Clave
Agua potable	<p>Objetivo: Asegurar la calidad del agua potable para el consumo.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Preferir el uso de agua tratada o de fuentes seguras. Los establecimientos sin acceso a agua tratada deben informar a las autoridades correspondientes.</li><li>• Evitar el almacenamiento de agua. Cuando el almacenamiento del agua sea necesario, asegurarse de hacerlo en un recipiente limpio y con tapa.</li><li>• Asegurar que el personal, cuidadores y residentes identifiquen y tengan acceso a puntos de agua potables.</li><li>• Lavar todos los recipientes destinados al servicio comunitario de agua potable previo a su uso y contar con tapas.</li><li>• Restringir el uso de bebedores públicos.</li></ul>
Lavado de manos	<p>Objetivo: Asegurar buenas prácticas de lavado de manos para reducir la transmisión del virus.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Lavar las manos con agua y jabón.</li><li>• Utilizar la técnica de lavado de manos que permita cubrir la totalidad de la superficie de las manos entre 40-60 segundos con jabón.</li><li>• Hacer accesibles y funcionales instalaciones de lavado de manos con agua y jabón.</li><li>• Equipar baños y estaciones de lavado de manos accesibles a los residentes (ancianos y niños) atendiendo a sus condiciones de movilidad y altura.</li><li>• Realizar el secado de manos con toallas de papel las cuales deben ser descartadas después de su uso o con toallas de uso personal.</li></ul>

# COVID-19

Aspecto	Acciones Clave
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantener suficientes insumos para el lavado de manos (por ejemplo, jabón, agua, toallas de papel)</li> <li>• En caso de no disponer de agua y jabón, alcohol en gel al 70% o Peróxido de Hidrógeno, podría usarse una solución desinfectante de hipoclorito de sodio al 0.05% para lavarse las manos, sin embargo, esta es la opción menos recomendada, ya que el uso frecuente puede provocar alergias, dermatitis, despigmentación e incluso asma.</li> <li>• Realizar el lavado de manos frecuentemente y en los momentos críticos:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• inmediatamente al llegar de la calle</li> <li>• antes y después de entrar en contacto con a los ancianos y niños;</li> <li>• antes y después de realizar una tarea de limpieza;</li> <li>• después de ir al baño</li> <li>• antes y después de comer</li> <li>• antes y después de preparar comida</li> <li>• después de tocar animales</li> </ul> </li> </ul>
Limpieza de superficies y lavado de ropa	<p>Objetivo: Asegurar buenas prácticas para la limpieza de superficies.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las superficies horizontales y aquellas con alta frecuencia de contacto (por ejemplo: interruptores de luz, manijas de puertas, soluciones desinfectantes, barandillas de las camas y teléfonos) deben limpiarse al menos dos veces al día, con soluciones desinfectantes de 0,1% a base de hipoclorito de sodio de acuerdo con las indicaciones de la tabla de abajo o con desinfectante a base de alcohol 70%.</li> <li>• Las superficies visiblemente sucias, deben limpiarse primero con agua y detergente. Luego aplicar una solución desinfectante de 0,1% a base de hipoclorito de sodio, de acuerdo con las indicaciones de la tabla de abajo, dejando actuar por mínimo 1 minuto. Después de alcanzar el tiempo de contacto se debe enjuagar con agua.</li> <li>• Limpiar los baños con agua y detergente y luego aplicar una solución desinfectante de 0,1% a base de hipoclorito de sodio, de acuerdo con las indicaciones de la tabla de abajo, dejando actuar por mínimo 1 minuto. Realizar esta operación al menos dos veces al día.</li> <li>• Limpiar la ropa con agua tibia y jabón normalmente. Si hay enfermos, luego del lavado, enjuaga la ropa en solución de hipoclorito de sodio de 0.05% y déjalo 30 minutos. Luego enjuagarlo con agua limpia y secar al sol.</li> </ul>
Ventilación	Objetivo: Asegurar una adecuada ventilación y aire limpio.

# COVID-19

Aspecto	Acciones Clave
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Verificar con el proveedor de servicios que las rutinas de mantenimiento y limpieza de los sistemas de ventilación, calefacción y aire acondicionado se realicen de acuerdo con un cronograma establecido.</li><li>• Asegurar la buena ventilación de los espacios y evitar condiciones de confinamiento. Esto puede incluir la apertura de ventanas al exterior cuando hay poca contaminación al aire libre.</li><li>• Evitar el uso de combustibles sólidos y queroseno para cocinar y calefacción. Los espacios comunitarios cerrados que usen estos combustibles deben aumentar la ventilación hacia el exterior en las zonas de cocina y comunicar a las autoridades para encontrar alternativas de energéticas más limpias.</li></ul>
Gestión de residuos sólidos	<p>Objetivo: Asegurar un manejo adecuado de los residuos sólidos que evite la transmisión del virus.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mantener la separación de residuos (ordinarios/generales, reciclaje, cuidado de salud).</li><li>• Lavar envases destinados al reciclaje antes de separarlos en el recipiente indicado. En caso de no poder lavarlos, estos residuos deben ir con residuos ordinarios.</li><li>• Cercar la zona de almacenamiento de residuos y asegurar el acceso a agua segura y de jabón para lavarse las manos.</li><li>• Usar Equipamiento de Protección Personal (EPP) para el manejo de residuos sólidos (ropa de trabajo; guantes a prueba de pinchazos; botas de seguridad; protección para la cara y los ojos: gafas o una careta y mascarilla).</li><li>• Limpiar con agua y jabón y secar bien los contenedores.</li></ul>

## ¿CÓMO PREPARAR LAS SOLUCIONES DESINFECTANTES?

- Utilizar la concentración de hipoclorito de sodio disponible en el país que está indicada en la etiqueta del envase, para mezclar la concentración de solución de desinfectante según el uso destinado siguiendo las indicaciones de la tabla abajo.
- Utilizar medidas de protección como guantes, mascarilla, protección de ojos y delantal para la mezcla de las soluciones.
- Preparar las soluciones diariamente. Si no necesita un litro por día, hacer ajustes en las cantidades de la tabla de abajo.
- Utilizar un envase exclusivo para las soluciones preparadas, y marcar (rotular) el envase con la concentración claramente.
- No reutilice empaques de productos comestibles para preparar la solución desinfectante y así evitar envenenamientos.

# COVID-19

- Adicionar la cantidad de hipoclorito de sodio a la cantidad de agua según se indica en la tabla de abajo.
- No mezclar hipoclorito de sodio con jabón o limpiadores.
- Guardar el hipoclorito de sodio fuera del alcance y vista de niños, en un lugar seguro y que no esté expuesto a la luz y el calor.
- Usar presentaciones de hipoclorito de sodio que vengan sin suavizantes o elementos que le den color u olor.

Concentración de hipoclorito de sodio	Concentración de solución desinfectante			
	0,05% <sup>1</sup>		0,1%	
	Para lavado de manos y lavado de ropa		Para desinfección de superficies y pisos y utensilios de limpieza	
	Cantidad de hipoclorito de sodio	Cantidad de agua	Cantidad de hipoclorito de sodio	Cantidad de agua
1%	50 ml	1 litro	100 ml	1 litro
3%	15 ml	1 litro	30 ml	1 litro
4%	13 ml	1 litro	25 ml	1 litro
5%	10 ml	1 litro	20 ml	1 litro
10%	5 ml	1 litro	10 ml	1 litro

Unidad de Cambio Climático y Determinantes Ambientales de la Salud  
Departamento de Enfermedades Transmisibles y Determinantes Ambientales de la Salud

OPS/CDE/CE/COVID-19/20-0022 • © Organización Panamericana de la Salud, 2020.  
Algunos derechos reservados. Esta obra está disponible en virtud de la licencia CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

<sup>1</sup> En caso de no disponer de agua y jabón, alcohol en gel al 70% o Peróxido de Hidrógeno, podría usarse una solución desinfectante de hipoclorito de sodio al 0,05% para lavarse las manos, sin embargo, esta es la opción menos recomendada, ya que el uso frecuente puede provocar alergias, dermatitis, despigmentación e incluso asma.