

Limpieza y desinfección para una casa saludable

Limpieza más segura y el



COVID-19

Sigue nuestras recomendaciones y utiliza métodos más seguros de limpieza y desinfección de gérmenes, a fin de ayudar a prevenir la propagación de enfermedades.

La limpieza general, seguida de la desinfección, puede eliminar los gérmenes que causan enfermedades como el COVID-19. Abordar la limpieza, utilizando los productos y métodos de limpieza menos peligrosos, es la mejor manera de proteger a todas las personas que viven en tu casa.



Asma

(Si es una condición preexistente)



Piel irritada

Conoce los riesgos

Muchos de los productos de limpieza para el hogar, contienen sustancias químicas que pueden irritar los ojos o la garganta o causar dolores de cabeza y otros problemas de salud, como el asma. Esto se debe a la inhalación de vapores de productos como el cloro o la absorción de productos químicos en la piel. Cambiar a un método o producto de limpieza más seguro puede ayudar a evitar estos riesgos para la salud.



Ojos irritados



Dolor de cabeza

Evita productos con las palabras **CAUTION (precaución)**, **WARNING (advertencia)**, **DANGER (peligro)** o **POISON (veneno)** en la etiqueta.

Estos productos contienen sustancias químicas tóxicas perjudiciales para la salud. En cambio, elige los que tengan una etiqueta "Safer Choice" o "Cradle to Cradle" de la Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos (EPA, Environmental Protection Agency). Estos productos son menos tóxicos y riesgosos para la salud.

Usa productos de limpieza menos tóxicos

Puedes elaborar productos de limpieza domésticos con ingredientes comunes, como bicarbonato de sodio, vinagre, detergente y agua.

Pueden combinarse y usarse para limpiar la mayoría de las superficies de tu casa. Para ver las recetas efectivas y seguras para la limpieza del hogar, visita: hazwastehelp.org.

Utiliza un desinfectante registrado por la EPA para asegurarte de que sea eficaz matando gérmenes.

Para usar desinfectantes menos tóxicos, busca productos con los avisos de **CAUTION (precaución)** en lugar de **WARNING (advertencia)**, **DANGER (peligro)** o **POISON (veneno)** en la etiqueta. Otras opciones menos tóxicas son los productos que contienen etanol, isopropanol (alcohol isopropílico), peróxido de hidrógeno, ácido láctico y ácido cítrico.

En promedio, uno de cada tres productos de limpieza que se venden en la tienda lleva en la etiqueta las palabras **DANGER (peligro)** o **POISON (veneno)**. Conocer lo peligroso que los químicos son y cuáles son las alternativas más seguras, puede ayudarte a limpiar de forma más sana y eficaz.



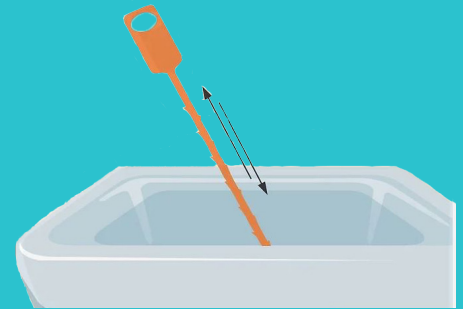
Esponja



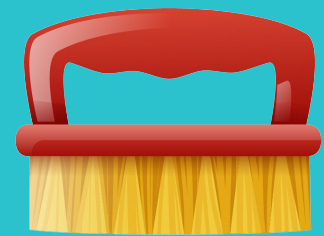
Toallita de microfibra

Utiliza herramientas más seguras para la limpieza

Con estas herramientas puedes usar agua o un producto de limpieza menos tóxico para limpiar muchas superficies.



Herramienta para limpiar la cañería



Cepillo para tallar

1. Empieza limpiando

Usa jabón, tu solución limpiadora menos tóxica, agua y frota. Con la limpieza se eliminan los gérmenes, la suciedad y las impurezas de las superficies o los objetos.

Primero limpia y después desinfecta

2. Usa protección

Toma medidas para proteger tu piel y ojos con guantes y lentes de protección. Protege tus pulmones abriendo las ventanas para que entre aire fresco.

3. Después desinfecta

Al desinfectar se van a destruir casi todos los gérmenes a través de una acción química, cuando se utiliza según las indicaciones de la etiqueta. No tiene ningún efecto sobre la suciedad, la tierra o el polvo. Después de limpiar la superficie, usa un desinfectante registrado por la EPA. Verifica que ese desinfectante sea el apropiado para la superficie que estás limpiando. Déjalo secar completamente o pásale un trapo húmedo.

Obtén más información sobre los métodos más seguros de limpieza y sobre cómo proteger a tu familia del COVID-19

Para obtener consejos de limpieza y desinfección más seguros, visita

Hazardous Waste Management Program of King County
Hazwastehelp.org

Para obtener información actualizada del COVID-19 y otros recursos del Condado de King, visita

Public Health-Seattle & King County
www.kingcounty.gov/depts/health

Para obtener información sobre desinfectantes para matar el virus del COVID-19, visita

Environmental Protection Agency (EPA)
www.epa.gov/coronavirus



¿Tienes alguna pregunta? Comunícate con:

Baba Badru

Residential Services Program Manager
babatunde.badru@kingcounty.gov
(206) 263-1555

Julia Singer

Residential Services Educational Outreach Programs
julia.singer@kingcounty.gov
(206) 263-1670

Medios de comunicación alternativos
disponibles: 206-263-8899 o TTY Relay: 711

LHWMP_0343_Spanish May 2020