

LIMPIEZA, SANITIZACIÓN Y DESINFECCIÓN ECOLÓGICAS



Una casa limpia y sanitaria es menos atrayente para las plagas y una parte importante de practicar el manejo integrado de plagas (IPM). Además, la limpieza, sanitización y desinfección evitan la transmisión de enfermedades. Desafortunadamente, muchos productos de limpieza, sanitización y desinfección contienen gases irritantes y químicos tóxicos. Las prácticas y productos de limpieza ecológicas son más seguros para su salud y el medio ambiente y reducen la cantidad de gérmenes que causan enfermedades.

¿Qué son la limpieza, sanitización y desinfección?

Estos términos pueden ser confusos porque a menudo se usan indistintamente, pero no son iguales.

Es importante entender la diferencia al elegir productos y elaborar políticas para su casa de cuidado infantil hogareño.

- ▶ **Limpieza** significa remover físicamente la suciedad, gérmenes y escombros de la superficie tallando, lavando y enjuagando. Se hace usando jabón o detergente y agua.
- ▶ **Sanitización** significa aplicar calor o químicos necesarios para matar la mayoría de los gérmenes en una superficie hasta el punto de que no signifiquen un riesgo a la salud. Los sanitizadores se usan en superficies para comida como trastos, utensilios, tablas para cortar, charolas de sillas infantiles, juguetes que se ponen en la boca y chupones.
- ▶ **Desinfección** significa aplicar químicos que matan casi el 100% de gérmenes identificados en su etiqueta. Los desinfectantes se usan en las superficies para cambiar pañales, lavamanos e inodoros en los baños; áreas de alto riesgo como perillas de puertas, asas de gabinetes y fuentes para beber agua; y superficies que estén contaminadas con líquidos del cuerpo como vomito o sangre. Un desinfectante tiene que permanecer en la superficie durante el tiempo recomendado de permanencia o no matará todos los gérmenes.
- ▶ **Siempre limpie una superficie primero antes de sanitizarla o desinfectarla.**

¿Por qué hacer la conversión ecológica?

Al hacer la conversión ecológica, puede reducir el riesgo de propagar los gérmenes sin exponer a las personas a químicos o gases fuertes. Muchos productos dejan residuos químicos que pueden acumularse con el tiempo en su hogar. Los niños pequeños pasan más tiempo en el piso y exploran su mundo tocando y poniéndose cosas en la boca. Podrían aspirar, absorber e ingerir estos químicos.

PRÁCTICAS DE LIMPIEZA ECOLÓGICA

- ▶ Lavado apropiado de manos. Use un jabón simple y agua para quitar la suciedad y gérmenes.
- ▶ Use una aspiradora con un filtro de alta eficiencia de partículas de aire (high efficiency particulate air, HEPA) o equivalente de HEPA.
- ▶ Use trapeadores y trapos de microfibra que atrapan la suciedad y los gérmenes en lugar de propagarlos de un lado a otro. Los productos de microfibra son reusables y lavables en la lavadora.
- ▶ Coloque tapetes en las entradas a edificios y enséñeles a los niños a limpiarse los pies al entrar al edificio. Esto reduce la cantidad de suciedad que limpiar. Considere una política que aliente a las personas a quitarse los zapatos cuando entren al lugar. Pídales al personal y a las familias que proporcionen un par de zapatos o pantuflas para uso en el interior.
- ▶ Use sanitizadores y desinfectantes únicamente cuando y donde sea necesario.

[Limpieza ecológica, continuación]

Elección de productos ecológicos para su casa de cuidado infantil hogareño

¿DEBO USAR BLANQUEADOR?

El blanqueador se usa mucho en los centros de cuidado infantil; sin embargo, usar blanqueador en su hogar puede ser un problema para los niños y los miembros del hogar con asma. Los gases del blanqueador se dispersan en el aire y pueden irritar los pulmones, ojos y el interior de la nariz. Para el personal que mezcla las soluciones con blanqueador, los gases son aún más fuertes y el contacto con blanqueador en toda su potencia puede dañar la piel, los ojos y la ropa. Hay alternativas más seguras que el blanqueador para mantener su casa de cuidado infantil hogareño limpia y sanitaria.

LIMPIADORES MÁS ECOLÓGICOS

El jabón simple y el agua son eficaces para la limpieza de la mayoría de las superficies. Elija un jabón sin ingredientes antibacterianos ni fragancias agregados. Los productos como limpiadores para uso general, limpiadores de vidrios, limpiadores de baños, limpiadores de alfombras y limpiadores de pisos pueden ser certificados como más seguros para la salud de las personas y el medio ambiente. Revise las etiquetas de los productos para la certificación de Safer Choice (anteriormente Design for the Environment) de la EPA de E.U.A., Green Seal™ y EcoLogo™.

SANITIZADORES Y DESINFECTANTES MÁS SEGUROS

Leer las etiquetas de los productos es clave para elegir sanitizadores y desinfectantes más seguros. En primer lugar, asegúrese que la etiqueta tenga un número de registro de la EPA de E.U.A. Luego busque el ingrediente activo, que es el que mata los gérmenes.

LOS INGREDIENTES ACTIVOS de los sanitizadores y desinfectantes más seguros incluyen:

- ▶ Peróxido de hidrógeno (agua oxigenada)
- ▶ Ácido cítrico
- ▶ Ácido láctico

Usted también puede buscar el logotipo de Design for the Environment Diseño (DfE) (Diseñado para el Medio Ambiente de la EPA de E.U.A.). Los sanitizadores y desinfectantes que cumplan los requisitos de la EPA de E.U.A. como que son más seguros para las personas y para el medio ambiente pueden mostrar el logotipo en su etiqueta. Para obtener una lista completa de productos certificados, visite: www.epa.gov/pesticides/regulating/labels/design-dfe-pilot.html.

Recuerde limitar los productos de limpieza, sanitización y desinfección a los menos posibles. Siempre lea las etiquetas de los productos minuciosamente y siga las instrucciones indicadas. Proporcione aire fresco abriendo ventanas o usando un sistema de ventilación.

FUENTES DE INFORMACIÓN

- U.S. EPA, Design for the Environment Antimicrobial Pesticide Pilot Project www.epa.gov/pesticides/regulating/labels/design-dfe-pilot.html
- American Academy of Pediatrics, American Public Health Association, National Resource Center for Health and Safety in Child Care and Early Education. 2011. Caring for our children, third edition, AAP <http://cfoc.nrckids.org/>
- Green Seal www.greenseal.org/findaproduct/cleaners.cfm
- EcoLogo <http://industries.ul.com/environment/certificationvalidation-marks/ecologo-product-certification>
- UCSF Institute for Health & Aging, UC Berkeley Center for Environmental Research and Children's Health, Informed Green Solutions, and California Department of Pesticide Regulation. Green Cleaning, Sanitizing, and Disinfecting: A Toolkit for Early Care and Education, University of California, San Francisco School of Nursing: San Francisco, California, 2013. <http://cerch.org/research-programs/child-care/greencleaningtoolkit/>
- San Francisco Asthma Taskforce 2013 Update: Bleach-free Disinfection and Sanitizing for Child Care <http://sfgov.org/asthma/child-care-settings>
- Clean & Healthy New York, Table of EPA-registered sanitizers and disinfectants that are asthma-friendly and Eco-Healthy www.cleanhealthyny.org/#1additional-resources/c11p5

California Childcare Health Program, University of California, San Francisco School of Nursing • cchp.ucsf.edu