

MANUAL DE NORMAS Y PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA

Propósito:

Es el responsable de efectuar la limpieza y el acondicionamiento de la planta física, con su correspondiente mobiliario y equipamiento así como las áreas circundantes de la institución.

Objetivo:

Crear y mantener un ambiente físico higiénico, seguro, confortable y agradable estéticamente.

Funciones:

- ➔ Conservar en condiciones adecuadas de higiene y con un mínimo de agresión, la planta física, mobiliario, equipamiento y útiles pertenecientes a la institución.
- ➔ Establecer normas preventivas para la conservación de la limpieza.
- ➔ Establecer procedimientos eficientes de limpieza y de manejo de residuos, manteniendo estándares de calidad previamente establecidos.
- ➔ Ayudar a mantener las condiciones de orden y bioseguridad.
- ➔ Participar con los programas de educación e investigación que se realicen en la Institución.

Cada servicio que integra, en el cumplimiento adecuado de sus funciones aseguran el logro de los objetivos del mismo. Los funcionarios Ayudantes de Servicios Generales: ASG, tanto en el nivel operativo como en el de supervisión, forman parte del equipo que trabaja para el bienestar de la Institución. Su tarea entonces, está dirigida a asegurar un ambiente limpio y seguro, y prevenir la diseminación de la infección.

El **ASG** es un eslabón importante en la cadena de la higiene, al aplicar en forma sistematizada los procedimientos de limpieza y desinfección.

Se debe recordar también que un ASG, al igual que cualquier otro funcionario cuando está desarrollando su trabajo, es parte de la Institución. Su forma de actuar y de trabajar incidirán en la opinión que sobre el tengan todos los que a ella diariamente acuden.

Las tareas de limpieza que el **ASG** realiza están encaminadas a:

- a. Realizar tareas en el control de las infecciones.
El **ASG** debe aprender las técnicas básicas de limpieza y el empleo de agentes y equipos necesarios en los procedimientos que más se usan. Debe asimismo saber como se controlan los olores que causan molestias.
- b. Conservar el medio ambiente en condiciones higiénicas y agradable (equipos de trabajo y planta física).
- c. Crear un medio ambiente seguro. Si se trabaja adecuadamente se comprenderá que pueden evitarse graves accidentes, por ej. un piso resbaloso o húmedo es peligroso y el abandono del material de trabajo en corredores o ambientes puede provocar accidentes.

El funcionario de Servicios Generales, ASG de acuerdo a las necesidades y según el lugar donde sea asignado tiene la responsabilidad de las siguientes tareas:

1. Mantener las áreas asignadas en buenas condiciones higiénicas, sanitarias y de seguridad.
2. Limpiar y mantener en condiciones el instrumental técnico, los equipos y útiles de trabajo.
3. Limpiar el predio que rodea el edificio .
4. Efectuar tareas de limpieza de vidrios, puertas y ventanas, techos, paredes, pisos, muebles , corredores, oficinas, ascensores, baños y demás ambientes del hospital.
5. Cargar, transportar y/o descargar bultos dentro o fuera de la Institución.
6. Cargar, transportar, descargar residuos.
7. Recibir, cuidar y distribuir materiales de los que se le hace responsable.
8. Realizar tareas relacionadas.

I. CONCEPTOS BÁSICOS:

A. Fuentes de infección:

- * **Humanas**. En general las infecciones contraídas resultan del pasaje de gérmenes de un ser humano a otro. Estos se constituyen en un factor peligroso de transmisión ya que muchas veces no se sabe que puede transmitir la infección y entonces no se toman sobre él medidas de control.
- * **Animales**. No son muchas las posibilidades de que los animales sean fuente de infección si son cumplidas estrictamente las normas de saneamiento ambiental, desinfección, desratización y desinsectación.

Suelo, polvo y otros elementos inertes. Las esporas de las bacterias permanecen vivas por largos períodos. Tales fuentes así como tanques de almacenamiento de agua, no deberían ser un problema en una Institución , pero la experiencia indica que las acciones sanitarias que se llevan a cabo en ellos no son las suficientes. La misma mención merece la cocina, y otros sectores que proveen a los pacientes, los que deberían ser objeto de controles y evaluaciones periódicas.

B. Vías de transmisión:

Para todos los que trabajan en una institución es importante conocer la cadena de infección que da lugar a los diferentes procesos.

- * **Contacto directo**. contacto físico inmediato tocando a las personas o animales infectados.
- * **Contacto indirecto**. Transmisión sin contacto físico. Por ejemplo diseminación respiratoria por gotitas que caen en superficies cercanas lo que se observa en general en ambientes mal ventilados con inadecuada comunicación al exterior.

También puede darse la transmisión a través de las manos del personal, por tanto es importante un correcto y repetido lavado de manos.

Barrer en áreas de gran circulación también contribuye a diseminar masivamente en el aire el

polvo contaminado.

- * **Vectores.** Transmisión de infección a través de un animal (insecto, roedor, etc.) que deposita el material infectado al picar la piel o al tomar contacto con alimentos u objetos diversos. Por eso, dentro de una institución la tarea del control de vectores es sumamente importante.

C. Acciones sanitarias:

Antes de abordar las diferentes acciones sanitarias es importante definir los conceptos de:

ASEPSIA: literalmente significa ausencia de bacterias, pero ésto es muy difícil de mantener durante mucho tiempo.

ANTISEPSIA: Se entiende por ello las acciones sanitarias que se toman para combatir e impedir la infección y contaminación.

En relación a estos conceptos es que se aplicarán las diferentes acciones sanitarias:

1. Limpieza.

Procedimiento por el cual se logra la remoción física de la materia orgánica y/o suciedad. Se utiliza fundamentalmente para remover y no para matar.

Se puede diferenciar una limpieza diaria de rutina, de una limpieza de mantenimiento que se planifica semanal o mensualmente de acuerdo a las necesidades.

2. Desinfección.

Consiste en la destrucción de las bacterias ya sea por medios físicos o químicos aplicados directamente, pero no contempla a las esporas. Puede ser parcial o altamente efectiva, dependiendo de la cantidad de gérmenes y la concentración del producto utilizado.

3. Esterilización.

Es el proceso por el cual se destruye cualquier forma de vida: virus, bacterias y sus esporas, hongos, que estén contenidos en líquidos, instrumentos, utensilios o dentro de diversas sustancias.

4. Control de vectores y reservorios.

Procedimientos por medio de los cuales se logra controlar piojos, pulgas, moscas, mosquitos, cucarachas, ratas, ratones. Se dan en llamar desinsectación y desratización.

II. IMPLEMENTOS DE TRABAJO:

A. Carro de Limpieza

Los modelos difieren según las instituciones de salud en las cuales son usados, pero todos ellos tienen características similares.

Son de plástico que lo protege del agua y los productos químicos con que se trabaja. Pueden tener 3 o 4 rodados de goma o plástico. Algunos presentan reparticiones que permiten el transporte de los equipos y materiales de limpieza.

El funcionario antes de comenzar su tarea debe tener el carro con todo su equipamiento y materiales de trabajo. El tener todo lo necesario para trabajar, implica ahorro en tiempo y energía.

El carro debe colocarse siempre en un lugar donde permita tener el material a mano pero, bajo ningún concepto debe obstruir el tránsito.

Todo el equipamiento y material al finalizar el turno debe ser entregado en adecuadas condiciones de higiene. Recordar que el equipo de limpieza es de uso de todos los funcionarios del servicio por lo que es imprescindible cuidar su manejo y entregarlo limpio.

Carro completo: a. Equipamiento: 1 balde para lavar
1 balde para enjuagar
1 recipiente con bolsa para residuos
1 lampazo para piso mango aluminio 1.80 mts.-
1 escoba plástica mango aluminio 1.40 mts.
1 escobilla
1 sopapa
1 pala

b. Suministros: 1 par de guantes
2 paños de piso
pañes rejilla
detergente
hipoclorito de sodio
esponja verde
bolsas de residuos negras, rojas y precintos.
lampazo o paño para la limpieza de vidrio

Materiales opcionales: cepillo de mano
cepillo de mango largo
cepillo de cerda para barrido
espátula
mangueras (de calibre y largo variable)

El servicio debe proveer a los funcionarios otros materiales que sean necesarios para poder realizar las tareas en forma adecuada y según necesidad (aserrín, soda, cera, etc.).

B. Características y empleo de los materiales.

BALDES:

Se utilizan 2, para lavado y enjuague (puede llevarse otro balde o recipiente con la bolsa de residuos).

No deben llenarse hasta el borde. Recordar que se ha de sumergir el paño de piso y las manos sin derramar agua. Lavarlos al finalizar la jornada de trabajo.

PALA:

Se usa para recoger residuos y se puede utilizar también para recoger agua. No debe usarse como espátula, y se ha de lavar al final de la jornada.

En áreas de circulación general cuando se realiza un barrido y concomitantemente se van recogiendo residuos, es de mucha utilidad el uso de la pala sapo.

PAÑO DE PISO:

Debe ser de material de algodón con buen nivel de absorción. Sus medidas han de permitir que cubra bien el lampazo (45 x 55 cm aproximadamente). Debe usarse en el mismo sentido de la trama del tejido.

Para lavar, se coloca uno de los lados más largo cubriendo con un tercio el lampazo, quedando dos tercios fuera de él que se volverá a doblar sobre el mismo. Esto permite una superficie más firme para recuadrar, un arrastre parejo de la suciedad adherida al piso y el paño se mantiene más húmedo.

Para enjuagar y secar, se coloca uno de los lados más largo cubriendo con un tercio el lampazo y los dos tercios libres se doblan por debajo de él. Esto nos permite mayor contacto del paño con el área a secar.

Debe lavarse con agua y detergente al finalizar el turno.

LAMPAZO:

Existen diferentes modelos que varían según su uso. Pueden ser de plástico o goma, con mango de aluminio de 1.80mt. Se utiliza humedecido para realizar el "**barrido**" de las áreas previo al lavado.

Puede ser usado para arrastrar agua y para ésto los más adecuados son los más grandes (base de 60 cm.). Para colocar el paño debe apoyarse en el carro y no en el hombro del funcionario u otro lugar.

Si no está en uso colocarlo en el carro y no apoyarlo en otro lugar. Al hacerlo siempre con la parte de goma en el piso, y no al revés.

Verificar periódicamente que esté en buenas condiciones: mango firme y goma entera.

ESCOBA:

Debe ser de plástico con mango de aluminio de 1.40 mts. No debe usarse en ningún área asistencial, ni siquiera humedecida. Su uso se limita a: áreas exteriores, escaleras, en limpiezas especiales para refregar paredes, pisos, zócalos, etc. (en baños, ambientes vacíos, corredores etc.) Es un "cepillo muy útil". Debe usarse para recoger los residuos.

Ha de lavarse con agua y detergente al finalizar la tarea.

ESCOBILLA:

Debe ser de plástico. Se usa para limpiar la parte interna del inodoro. Lo correcto es que cada servicio higiénico tenga su escobilla.

Debe lavarse con agua y detergente antes de su uso en otra área y al finalizar el turno.

SOPAPA:

Existen diferentes tamaños, variando su diámetro. Se usa en inodoros y desagües.

Debe utilizarse en forma regular en todos los desagües de los ambientes que se vayan a limpiar, ya que facilita la t

PAÑO REJILLA:

Puede ser sustituido por otro paño pero debe tener una buena absorción. Doblarlo en mitades hasta lograr reducirlo al tamaño de la palma de la mano e ir trabajando con sus diversas caras.

Se utiliza tanto para lavar, enjuagar o secar.

Debe lavarse con agua y detergente al finalizar el turno.

GUANTES:

Son el elemento de protección para las manos del trabajador contra los gérmenes y los productos químicos utilizados. Son de goma o látex. Su uso es particular de cada funcionario. Tienen una vida útil que varía de acuerdo a la intensidad de su uso, y a los productos que se utilizan. No deben usarse si están rotos, ya que no estarían cumpliendo la función primordial de protección.

Si no se está trabajando no "pasear con los guantes puestos".

Su lavado debe realizarse con ellos puestos.

ESPONJAS VERDES:

Se usan para refregar superficies muy manchadas o deterioradas.

CEPILLOS DE CERDA:

Son utilizados en áreas de circulación general y ambientes grandes de docencia. Su tamaño varía

entre 60 y 80 cm de base con 10 a 15 cm de alto.
Al finalizar la tarea limpiarlos con un peine para retirar toda la suciedad.

BOLSAS DE RESIDUOS:

Son de polietileno, su espesor varía entre 40 a 100 micrones dependiendo del tipo de residuo y su uso, como así también diversos tamaños. La Institución debe normatizar, según las características del residuo que se descarta, respetando normas nacionales MSP, como internacionales.-

AGUA:

El agua de distribución urbana es por lo general aceptable para usar en la limpieza.
Esta debe de tener determinadas características:

- ser neutra
- prácticamente libre de microorganismos, sustancia orgánica y materia en suspensión.
- de "baja dureza" es decir, con bajo contenido de sales. De esta forma se evita su precipitación en contacto con los jabones y la formación de sedimento en los materiales de trabajo.

JABONES:

Los jabones de uso común son sales de sodio o potasio de ácidos grasos, estos se obtienen junto con la glicerina por hidrólisis alcalina de grasas y aceites naturales. Son solubles en agua y poseen propiedades detergentes y las más importantes que debemos tener en cuenta son:

- su poder detergente.
- su nivel de solubilidad.
- su facilidad de enjuague.

DETERGENTES SINTÉTICOS:

Son productos relativamente nuevos, se desarrollan a partir de la Petroquímica. Su mecanismo de acción consiste en remover la materia orgánica para que los desinfectantes puedan actuar sobre los gérmenes destruyéndolos.

Recordar que previo a cada desinfección debe realizarse una buena limpieza.

Ventajas:

- menor sensibilidad a las sales y ácidos.
- descomponen la materia orgánica y la suciedad.
- generalmente no precipitan con la dureza del agua.
- mayor poder humectante.
- más adecuados para el lavado, ya que son solubles en agua fría
- compatible con productos auxiliares.
- son biodegradables.
- su adecuado uso abarata el uso del desinfectante.
- protección efectiva del medio ambiente.

Desventajas:

- necesitan más enjuague.
- son más costosos.
- no tienen acción desinfectante.
- son fácilmente contaminables en envases grandes por lo que deben

- adquirirse en envases de 1 lt.
- los envases deben ser opacos y han de almacenarse bien tapados en lugares frescos.

ALCOHOL y alcohol gel:

Es el producto químico, Etanol o Isopropanol al **70% o 95 %**. El nivel de desinfección del alcohol es mediano, su mecanismo de acción es germicida . No actúa en presencia de materia orgánica por lo que deben lavarse previamente las superficies sobre las que se va a aplicar.

Acción germicida: mata las bacterias pero no sus formas esporuladas.

Aplicaciones:

- asepsia de piel.
- asepsia de manos.
- desinfección de superficies limpias, principalmente metálicas , por no tener carácter corrosivo.

Ventajas:

- escasa acción corrosiva sobre metales.
- bajo costo.

Desventajas:

- altamente inflamable.
- su uso repetido puede provocar sequedad de la piel.

Observaciones: Se deben tomar precauciones por ser inflamable.

HIPOCLORITO DE SODIO:

Tiene en su composición sodio, cloro y oxígeno, Su acción se mide por el porcentaje de cloro libre. Su nivel de desinfección es mediano y no actúa en presencia de materia orgánica por lo que debe lavarse previamente la superficie donde se usará.

Tiene acción germicida, oxidante y blanqueadora. Su acción germicida es muy rápida, si la concentración es la adecuada, mata el 99% de las bacterias en 15 minutos. No mata las formas esporuladas. Destruye todos los virus incluido el de la hepatitis B y el VIH, además de protozoarios y hongos.

Aplicaciones:

- Variando las concentraciones, puede usarse como desinfectante (hipoclorito de sodio comercial concentrado) o antiséptico .

Ventajas:

- acción potente y rápida.
- toxicidad nula en relación con su potencia germicida.
- alta eficacia germicida y de espectro total.
- bajo costo.

Desventajas:

- acción corrosiva sobre el hierro y otros metales.
- estabilidad limitada
- incompatibilidad con algunos detergentes.
- disminuye su efectividad en agua caliente.

Observaciones:

- debe renovarse la solución cada 24 hs.
- se debe almacenar en recipientes oscuros y en lugares frescos.
- no pasar los tiempos establecidos porque es corrosivo.
- usar siempre guantes en su manipulación.

USOS DEL HIPOCLORITO DE SODIO PARA LA DESINFECCIÓN

USOS	FORMA DE PREPARAR LA DILUCIÓN	MODO DE EXPOSICIÓN	CONCENT. FINAL DE CLORO ACTIVO	TIEMPO
Planta física: Pisos, paredes,puertas(excepto madera), ventanas etc.	Diluir 100 cc de hipoclorito de sodio en 10 lt de agua	Pasar un paño con esta dilución y secar	0.1% 1g/lt	15 min.
Mobiliario y equipamiento: sillas mesas, camillas, cunas, bandejas de alimentos y otros en contacto con el paciente	Diluir 100 cc de hipoclorito de sodio en 10 lt. de agua	Pasar un paño con esta dilución y secar	0.1% 1g/lt	15 min.
Material muy contaminado: Superficies con derrames de sangre u otras sustancias contaminadas(pisos, mesadas paredes, etc.) recipientes en contacto con materia fecal, vómitos etc.(violines, salivaderas etc..) Prevención de enf. infectocontagiosas(VIH, hepatitis,etc.)	Diluir 500 cc (1/2 lt.) de hipoclorito de sodio en 10 lt. de agua.	Cubrir con esta dilución durante 30 min., luego lavar con agua y jabón, enjuagar y cubrir nuevamente con esta dilución.	0.5% 5g/lt.	30 min.

III. PROCEDIMIENTOS BÁSICOS:

SACUDIR. Es el procedimiento mediante el cual se remueve el polvo depositado sobre las superficies. Puede realizarse con un paño seco o un paño humedecido sólo con agua Se dobla el paño en una serie de cuadros para proporcionar mayor cantidad de caras limpias. Se realizan pasadas rectas tanto en sentido horizontal como vertical, desde los extremos hasta el centro, comenzando por la parte más alta . No sacudir nunca el paño con el cual se quita el polvo Ej. escritorio: primero los objetos que están encima, luego, la parte de arriba del escritorio, continuar por sus laterales y por último sus patas.

En un área administrativa se comienza por el mobiliario más cercano a la puerta, se recorre todo el ambiente y se finaliza donde se comenzó.

En caso de que a posteriori se use un producto para dar lustre, debe volcarse el producto en el paño y jamás sobre la superficie a trabajar.

LAVAR. Es el procedimiento mediante el cual se remueve la suciedad con agua y detergente.

La operación de lavar consiste en:

- a) quitar la suciedad mediante lavado.
- b) enjuagar.
- c) secar.

Para lavar debe utilizarse el paño previamente escurrido, evitando así salpicar, realizando movimientos circulares o lineales superponiendo las pasadas.

Para el enjuague y secado realizar movimientos superponiendo las pasadas, cubriendo así toda el área, luego secar con un paño seco.

Al finalizar controlar la tarea asegurándose que no quedaron manchas o franjas sin limpiar o secar.

El cambio de agua varias veces nos asegura una limpieza adecuada.

BARRER. El barrido es el procedimiento mediante el cual se remueve del piso los residuos y el polvo.

En las áreas asistenciales el "**barrido**" no se realiza con escoba o cepillo, sino con un lampazo humedecido, que permite recoger residuos grandes (papeles, etc.) sin levantar o movilizar el polvo.

El barrido al inicio de la tarea nos permite, además de arrastrar la suciedad, una recorrida por el área observando las condiciones de ésta, para así planificar mejor el trabajo.

El barrido con el lampazo se comienza humedeciéndolo, introduciendo las puntas en un balde con agua sola, trabajando desde los extremos más alejados del área hacia el centro y luego hacia la puerta de acceso.

Se deben recoger los residuos en el recipiente o bolsa destinada para tal fin. En caso de que el área a cubrir sea grande, barrer por sectores, recogiendo los residuos al finalizar cada sector y no dejar la recolección para el final.

No debe dejarse sin recoger de inmediato residuos detrás de las puertas o en áreas de mucha circulación.

Debemos recordar:

- usar guantes siempre que se manipule residuos.
- no apretarlos tratando de reducir su volumen.
- no apoyar la bolsa contra el cuerpo tratando de cerrarla.

BARRIDO CON CEPILLO. Se realiza en áreas grandes (pasillos, salas de espera, áreas exteriores). Se lo utiliza trabajando en franjas en línea recta y hacia adelante. En caso de áreas grandes dividir por sectores y no olvidar de recoger los residuos al finalizar cada sector.

El barrido con escoba está restringido a áreas exteriores y escaleras cuidando de hacer movimientos cortos y firmes que ayuden a movilizar los residuos, sin levantar polvo. El uso del cepillo puede ser más efectivo en estas áreas que una escoba.

TRATAMIENTO DEL EQUIPO DE TRABAJO. Al finalizar la tarea diaria se debe acondicionar los materiales de trabajo teniendo en cuenta los siguientes pasos:

- Descartar el agua del lavado y enjuague en el baño .
- Lavar y enjuagar los paños de piso.
- Lavar u enjuagar los paños rejilla.
- Lavar y enjuagar los baldes utilizados.
- Antes de retirar los guantes realizar su lavado con ellos puestos. Secarlos y guardarlos.
- Acondicionar los materiales del carro para devolverlo limpio al servicio.

Lavado del paño de piso: El paño de piso debe lavarse en el baño, en la canilla que se encuentra debajo de la pileta, si no hay pacientes en el mismo

Procedimiento:

1. Colocar el balde debajo de la canilla.
2. Doblar el paño en 4 en el sentido de la trama.
3. Enrollar el paño en la canilla.
4. Abrir la canilla dejando caer agua en abundancia y a buena presión.
5. Deslizar la mano por el paño tantas veces hasta que notemos que la suciedad adherida ha desaparecido y el agua tenga aspecto límpido.
6. Retorcer el paño hasta escurrir el agua y extenderlo sobre los baldes.

LAVADO DE MANOS:

Objetivos:

- Eliminar la flora microbiana transitoria y disminuir la flora normal.
- Prevenir la diseminación de los gérmenes a través del contacto manual.

El lavado de manos debe realizarse antes de colocarse los guantes y luego de retirárselos. La periodicidad va a estar dada por el cambio de áreas. Si en algún momento es necesario quitárselos debe reiterarse el lavado antes de colocárselos nuevamente.

Procedimiento:

1. Retirar de la mano o muñeca los accesorios que se posea.
2. Subirse las mangas hasta la altura del codo.
3. Abrir la canilla y mantenerla abierta.
4. Enjabonarse las manos y muñecas friccionando principalmente entre los dedos.
5. Enjuagarse colocando las manos debajo del chorro de agua, dejándola correr en forma abundante.
6. Secarse las manos y luego los antebrazos con toallas descartables.
7. Cerrar la canilla utilizando la misma toalla.

El tiempo mínimo para un adecuado lavado de manos es de 20 segundos.

El lavado de manos antes y después de haber realizado una tarea es una medida simple que no requiere más que la buena voluntad de cumplirla, y con ella se eliminan la gran mayoría de los gérmenes que se tienen en las manos, disminuyendo así el transporte de los mismos hacia otras áreas.

Se trata entonces de un mecanismo de protección para el mismo funcionario y para el paciente

IV. LIMPIEZAS ESPECIFICAS:

A. Ventanas y vidrios.

Existen diferentes tipos de ventanas:

- fijas.
- de una o más hojas.
- banderolas.

Procedimiento:

1. Preparar agua con detergente para lavar.
2. Preparar un balde con agua para el enjuague.
3. Con una rejilla doblada en cuadros comenzar a lavar la parte superior del marco y luego los laterales, finalizando por la parte inferior. Si la ventana se abre comenzar por el marco que está fijo en la pared para luego continuar por el marco de los vidrios.
4. El paño se va desdoblando y utilizando una a una sus caras a medida que se van ensuciando.
5. Se enjuaga con el mismo paño manteniendo los pasos del procedimiento anterior.
6. Se continúa con los vidrios lavando con agua sola o con un mínimo de detergente ya que se tienden a opacar haciendo muy difícil el enjuague.
7. Si hay material adherido al vidrio (pegamento, leucoplasto, etc.) quitarlo previo al lavado, con DISAN o esponja limpia aluminio. Si los vidrios son rugosos usar esponja limpia aluminio y si están muy sucios lavar usando agua con detergente y dejar unos minutos antes de refregar.
8. Enjuagar con agua sola utilizando el mismo paño o el lampazo para vidrio.
9. El secado de los vidrios puede ser realizado con un paño seco manteniendo la misma forma como se lavó y enjuagó. Si es con lampazo, se retira el agua de lavado con éste.
10. Volver a repasar con un paño humedecido las paredes y los marcos en caso de salpicar, principalmente la parte inferior.
11. Si la ventana se abre, repetir el mismo procedimiento del otro lado.

B. Puertas.

Existen diferentes tipos de puertas:

- de madera o metal.
- de una o más hojas.
- con o sin vidrios.

Procedimiento:

- 1) Preparar el agua con detergente para lavar.
 - 2) Preparar un balde con agua sola para el enjuague.
 - 3) Con una rejilla doblada en cuadros comenzar a lavar el marco superior y luego los laterales. Abrir todas sus hojas para poder limpiar las tres caras del marco.
 - 4) La rejilla se va desdoblando y utilizando cada una de sus caras en la medida que se va ensuciando.
 - 5) Se enjuaga con el mismo paño manteniendo los mismos pasos que el procedimiento anterior.
 - 6) Se continúa con la puerta comenzando a lavar por la parte más alta, dividiéndola en cuadrados o rectángulos (según ancho de la puerta) y continuar hacia abajo.
- Es importante mantener durante todo el procedimiento la misma forma de limpieza

C. Techos.

Son áreas que no se limpian todos los días por lo que debe definirse previamente con que periodicidad será realizada la tarea y ésta puede variar de acuerdo al uso del ambiente.

Para realizar dicha tarea, además de los materiales habitualmente utilizados deben agregarse:

- escoba de mango largo, dependiendo de la altura del ambiente.

- escalera doble hoja.

Procedimiento:

1) Pasar la escoba en seco, deteniéndose en las esquinas y en los ángulos techo-pared, realizando movimientos lineales que ayuden a retirar el polvo, telas de arañas, pinturas descascaradas y hongos. Esta simple tarea nos permite mantener los techos en condiciones adecuadas de higiene. Se deben incluir los puntos de luz si éstos están en el techo.

Si el área está muy sucia continuar con el siguiente paso.

2) Realizar el lavado con un paño de piso con una solución de hipoclorito de sodio, colocado en un lampazo, realizando movimientos lineales de pared a pared, deteniéndose en las esquinas y en los ángulos techo-pared.

3) Si hay áreas muy sucias (ej. con hongos) utilizar el fregado a mano con un paño humedecido con una solución de hipoclorito más concentrada. Para esto es necesario el uso de una escalera de base segura.

4) Secar con un paño humedecido realizando los mismos movimientos.

Las esquinas y los lugares por donde pasan cañerías son los que necesitan de un mantenimiento más continuo.

D. Paredes o mamparas.

Las paredes son áreas muy expuestas a mancharse debido al contacto y a que es costumbre el utilizarlas como apoyo.

Antes de realizar el procedimiento de limpieza debemos tener en cuenta algunos elementos:

- a) pueden ser revestidas de una pintura lavable desde el zócalo hasta determinada altura (1.50 m o más) continuando luego con otra pintura.
- b) puede ser todo el ambiente incluido el techo pintado con el mismo tipo de pintura.
- c) del zócalo hasta determinada altura puede ser revestida de baldosas, mármol o azulejos y luego pintada.

La limpieza de una pared puede variar de acuerdo a cuanto ésta se ensucia, sin embargo es necesaria una limpieza periódica y un repaso diario en la parte baja.

Este mismo procedimiento es el que se utilizará en la limpieza de las mamparas.

Procedimiento:

Importante: Sellar los puntos de luz previo al comienzo de la tarea.

Si es necesario una limpieza total de la pared (de techo a piso) se procede de la siguiente manera:

1. Comenzar por la parte superior yendo hacia abajo con un lampazo con paño de piso con agua y detergente con un movimiento largo y firme. Enjuagar primeramente con agua sola, luego un segundo enjuague con agua e hipoclorito de sodio y posteriormente secar. El uso del lampazo es adecuado para la parte superior de la pared.
2. En la parte inferior trabajar sólo con el paño doblado en cuadros, delimitar un área aproximada de 1 m. e ir trabajando en ella y sucesivamente ir movilizándose. Proceder luego al enjuague con agua e hipoclorito de sodio y secar.
3. Si la pared está muy manchada es necesario el uso de esponja y/o pulidor realizando enjuagues y secado a posteriori. Ser cuidadosos con el uso del pulidor ya que saca la

- pintura.
4. Recordar realizar los mismos movimientos para el secado que para el lavado.
 5. Si toda la pared está muy deteriorada es posible utilizar una escoba humedecida en agua y detergente lo que ayuda a un fregado más profundo pero cuidar los movimientos ya que se salpica mucho. En este caso los enjuagues se realizan con lampazo y un paño o a mano con un paño, luego finalizar con el secado.
 6. El uso de una aspiradora para remover el polvo o pintura descascarada es de gran utilidad pudiendo incluirse el techo si es necesario.

Importante: cuando se utiliza abundante agua en la limpieza de las paredes, cuidar de cubrir los puntos de electricidad o apagar la llave general si es posible. No olvidar prenderla luego de finalizada la tarea.

E. Pisos.

Los pisos son las áreas más expuestas a la suciedad y las que más rápidamente se deterioran en un edificio. Son uno de los elementos de mayor costo no sólo en su colocación sino también en su conservación. Y es además lo primero que se ve y se mira al entrar a un edificio.

El tránsito permanente y continuo de personas hacen que la limpieza de rutina así como de mantenimiento debe ser cuidadosamente planificados en términos de horarios a pesar de que muchas veces pueda surgir la demanda.

Existen diferentes tipos de pisos (mampostería, baldosas, cerámicas, mármol, madera, vinílicos, etc.) cuya limpieza puede diferir en término de los productos utilizados pero no en la forma de realizar el procedimiento.

El procedimiento que se describe es por lo tanto aplicado a todo tipo de piso.

Procedimiento:

1. Se inicia la tarea barriendo dependiendo del sector puede ser con lampazo humedecido, cepillo o escoba. Se comienza desde el extremo más alejado de la puerta hacia el centro. Si es muy grande se divide en sectores.
2. Se recogen los residuos en el balde o recipiente destinado a dicho fin.
3. Si hay manchas realizar el lavado de las mismas con el producto indicado.
4. Si hay residuos adheridos retirarlos con espátula, cuidando de no marcar o rayar el piso.
5. Comenzar el lavado del piso recuadrando de afuera hacia dentro.
6. Cada vez que se llega al carro de limpieza, volver a mojar, escurrir y continuar recuadrando, montando las pasadas unos 10 cm. Cambiar el agua cuantas veces sea necesario.
7. Si el sector es muy grande, dividirlo de tal manera que el último tramo quede en la entrada del ambiente.
8. El carro de limpieza se coloca donde comienza el recuadro, en un lugar aún no lavado y se moviliza al mismo tiempo a que se hacen los diversos tramos.
9. Cambiar de balde y paño y hacer el enjuague y secado, que se comienza con un recuadro y luego se cruza de lado a lado, montando las pasadas, hasta finalizar. Cambiar el agua cuantas veces sea necesario.
10. Si el piso ha quedado aún mojado reiterar cuantas veces sea necesario el secado.
11. Luego de completar toda el área esperar unos minutos que el piso seque.
12. Si se movilizó mobiliario y equipamiento ,retornarlo a su sitio al finalizar la tarea.

El encerado de los pisos es un procedimiento que puede realizarse sobre algunos de ellos y en

algunas áreas de la institución.

F. Zócalos

Los zócalos se deben dividir en tramos que pueden corresponder a los espacios entre puertas, pero que no supere los 3 mts. La limpieza del zócalo puede realizarse junto con la de la pared. Para realizar esta tarea además de los materiales de uso habitual se puede utilizar un cepillo de mango largo, que puede ser reemplazado por una escoba.

Procedimiento:

1. mojar el zócalo con agua con detergente incluyendo unos 15 cm de pared por encima y la baldosa pegada al zócalo. Dejar unos minutos en remojo.
2. refregar con escoba o cepillo , insistiendo en los ángulos piso-zócalo que es donde se acumula más suciedad. Retirar con la escoba o lampazo el agua cuidando de que esta no corra hacia otras áreas.
3. enjuagar con lampazo y un paño con agua. Si fuera necesario realizar un segundo enjuague con agua e hipoclorito, de sodio.
4. si se mantiene muy sucio puede ser necesario refregarlo con esponja.

G. Radiadores

Los radiadores pueden variar de acuerdo a los diferentes tipos existentes, pero en todos ellos se mantiene el procedimiento de limpieza.

Procedimiento:

1. lavar con agua y detergente utilizando una escoba o escobilla, insistiendo entre los espacios de las placas metálicas, puede utilizarse un paño.
2. lavar la pared que se encuentra detrás del radiador, que en general es un área muy sucia y tiende a olvidarse.
3. enjuagar con agua sola y secar cuidadosamente ya que al quedar mojado facilitaría
4. el deterioro de la limpieza.

Limpieza con manguera:

En áreas cerradas que están muy deterioradas o sucias se puede realizar una limpieza profunda por arrastre utilizando mangueras, lo que comúnmente se denomina "baldeo con manguera". El área a limpiar difiere en tamaño y condiciona la cantidad de funcionarios que serán necesarios para desarrollar la tarea.

Los materiales de trabajo serán trasladados en una zorra teniendo en cuenta la cantidad de funcionarios asignados, incluyendo una manguera cuyo calibre y longitud se adecuen al área.

En la etapa previa de planificación de la tarea debe verificarse que existan puntos de salida de agua con una presión adecuada cercanos al lugar, y que los desagües no estén obstruidos.

Preparación para iniciar el procedimiento de limpieza:

A) Del funcionario: Debe usar botas de goma.

B) Del ambiente: El área debe estar totalmente vacía de mobiliario y equipos, retirar cortinas, apagar la llave general de corriente eléctrica y cubrir los puntos de luz.

Procedimiento:

1. Trasladar todo el material a la puerta de acceso al área.
2. Barrer con lampazo humedecido, escoba o cepillo y retirar los residuos.
3. Comenzar lavando paredes, ventanas, puertas y zócalos a mano o refregando con la escoba con agua y detergente. En los sectores muy sucios se insiste en el refregado con esponja y pulidor.

4. Lavar los techos con lampazo y paño y si están muy sucios a mano siendo necesaria una escalera.
5. Conectar la manguera a la salida de agua asegurando su conexión. Abrir el pase de agua manteniendo un flujo constante que asegure un nivel de presión adecuado que facilite el arrastre.
6. Trabajar con la manguera de arriba hacia abajo comenzando por el techo, desde el área más alejada a la entrada y continuar por las paredes incluyendo ventanas, puertas, zócalos y el piso.
7. Al mismo tiempo que se trabaja con la manguera ir con el lampazo llevando el agua hacia el desagüe.
8. Dar por finalizada la tarea con la manguera cuando el agua que se arrastra tenga el aspecto de límpida.
9. Continuar movilizand o toda el agua del piso hacia el desagüe.
10. Repasar con un paño escurrido con una solución de hipoclorito de sodio, y usando un lampazo las paredes de arriba hacia abajo. A mano se harán ventanas , vidrios y puertas.
11. Secar ventanas, vidrios y puertas, dejarlas abiertas permitiendo que el ambiente se vaya secando.
12. Verificar que en los desagües no queden residuos que los obstruyan.
13. Secar el piso, pero si es muy extensa el área debe dividirse en sectores.
14. Esperar que el área se haya secado en su totalidad.
15. Retirar la cubierta de los puntos de electricidad y prender la llave general.
16. Notificar ante quien corresponda que el área está en condiciones de ser habilitada.
17. Acondicionar el material utilizado previa a su devolución y retornarlo al servicio.

L. Espacios exteriores.

Las áreas exteriores ya sean patios, (internos) o azoteas, no necesitan de una misma periodicidad en la limpieza, e incluso ésta puede diferir.

En edificios de gran altura las áreas exteriores (azoteas) se mantienen en mejores condiciones de limpieza por mayor tiempo. No se puede comparar la intensidad de la limpieza en una azotea así como tampoco un patio interno con uno circundante del edificio, ni con el "patio de los residuos"

Áreas a limpiar: Áreas exteriores.

Recursos humanos: Es necesario un grupo de funcionarios, preferentemente, que trabajen de acuerdo a un plan específico para estas áreas. El tiempo que les asuma la tarea difiere de acuerdo a la dimensión y a las características del área en cuanto a su uso y destino.

Recursos materiales: Los implementos de limpieza que son de uso regular en esta tarea son:

- guantes
- escoba o cepillo
- pala de obra
- recipiente para residuos incluyendo bolsas
- mangueras de diámetro no menor de 2 cm y de largo variable (opcional)
- carretillas (opcional)

Preparación para iniciar el procedimiento de limpieza:

- El funcionario, si trabaja en las azoteas debe usar casco protector, debido al riesgo de caídas de objetos desde las alturas. El funcionario debe usar botas de goma.
- En el área si se va a lavar, debe existir una salida de agua dentro o en un lugar muy cercano y un sistema de desagüe que permita el descarte del agua de lavado y enjuague.

Ambos deben ser revisados antes de comenzar la tarea.

Estas áreas si están cercadas muchas veces son depósitos de diferentes materiales o equipamiento o son las áreas donde se depositan los residuos de la Institución previo a su traslado fuera de ella, por lo que pueden llegar a ser áreas muy sucias con la consiguiente presencia de insectos, roedores y muy malos olores.

Procedimiento:

- 1) Se lleva el material necesario para la tarea del día .
- 2) Si es necesario movilizar materiales o equipamientos, hacerlo en la medida de las posibilidades.
- 3) Barrer con cepillo o escoba desde afuera hacia el centro. Si el área es muy grande, dividirla en sectores. Recordar que esta tarea puede verse dificultada por la presencia del viento.
- 4) Recoger con la pala de obra los residuos al finalizar cada uno de los sectores.
- 5) Revisar los desagües por si contienen residuos que los obstruyan los que deben ser retirados.
- 6) Retornar los materiales o equipamientos a su sitio.

Si es necesario lavar, continuar con los pasos siguientes:

- 7) Conectar la manguera a la salida del agua, asegurando bien la conexión. Abrir el pase de agua manteniéndolo con un flujo constante que asegure un nivel de presión adecuado que facilite un lavado por arrastre.
- 8) Comenzar a lavar desde afuera, con un chorro que no tenga de altura más de 80 a 100 cm ya que pierde fuerza.
- 9) Refregar con escoba o cepillo al mismo tiempo que se trabaja con la manguera. Insistir en los ángulos piso-pared incluyendo unos 20 cm de la pared. Ir llevando el agua en el arrastre hacia el desagüe. Si el área a lavar es un patio hacia el que dan ventanales, se debe asegurar previamente el cierre de los mismos. Trabajar con la manguera de arriba hacia abajo con un buen refregado de escoba o cepillo tanto de la pared como de los ventanales.
- 10) Dar por finalizada la tarea cuando se vea que el agua que se arrastra tenga el aspecto de límpida.
- 11) Usar cepillo o escobas al movilizar el agua lo que ayuda a un secado más rápido. Se debe recordar que algunas de estas áreas tienen un tránsito de personas importante.
- 12) Al finalizar la tarea revisar el desagüe ya que pueden haber residuos que lo obstruyan por lo que deben ser retirados. Desconectar la manguera y acondicionarla para que no quede con agua
- 13) Acondicionar el material previo a su devolución.
- 14) Retornar material o equipamiento a su sitio una vez que se haya secado el área.

V. MANEJO DE RESIDUOS.

Se deberá de incorporar al presente Manual:

CAPITULO I, art. 1; CAPITULO II, arts. 3,4,7,8,9,10 y 11; CAPITULO VII, art. 34, del Decreto referente a Residuos, que se encuentra disponible en la Web de la Dirección General de Personal.

Los Residuos se clasifican en: **contaminados y no contaminados o comunes**. Es por este motivo que debe existir un plan de trabajo que se adecue a las necesidades de la Institución y que cumpla con la reglamentación existente. **Decreto del poder Ejecutivo Nro. 586/009 del 21 de Diciembre de 2009**

A través del procedimiento de limpieza se obtienen dos productos: un área limpia y un "remanente de residuos" que debe ser abordado como tarea sanitaria, desde su generación hasta su destino, dentro o fuera de la Institución.

Los **residuos contaminados** desde su generación deben ir a partir del Decreto de Ley del Poder Ejecutivo 586/009 del 21 de Diciembre de 2009 en bolsa roja, preferentemente con etiqueta donde figure fecha y lugar de emisión de este material. Al igual que los **residuos no contaminados que deberán ir en bolsa negra** también etiquetados con fecha y procedencia.-

Tarea:

Recolección y traslado de todos los residuos generados a los depósitos intermedios, hasta el depósito final fuera de la Institución bajo techo y perimetrado, malla alambre, para evitar otros vectores como gatos perros y roedores. No debiendo permanecer más de **48 horas** sin que se lleven los residuos comunes la **IMM de los contenedores con tapa de aproximadamente 800Kg.** y el retiro de las **tarrinas con tapa rosca.** para el material contaminado de la empresa contratada para el proceso de estos residuos y su destino final.-

Recursos humanos:

Un mínimo de tres funcionarios asignados preferentemente al manejo de residuos y tareas afines.

Recursos materiales:

- Un ascensor destinado a dicha tarea.
- Carros de plástico cerrados .
- Cepillos y escobas.
- Material para la limpieza de áreas (opcional)

Preparación para iniciar la tarea:

El funcionario debe estar equipado con los elementos de protección :

- guantes de cuero reforzado
- zapatos o botas de seguridad
- delantal impermeable (de pechera)
- uniforme completo al iniciar su tarea por lo que debe tener una
- máscara para evitar gases-
- antiparras

Procedimiento:

1. Retiro de todos los residuos de los depósitos intermedios que se encuentran generalmente localizados cercanos a su lugar de origen.
2. Barrido diario del área del depósito.
3. Barrido y lavado si es necesario del recorrido de los residuos hacia el ascensor y hacia el depósito final.
4. Barrido diario del depósito final una vez que fueron retirados los residuos de la institución.
5. Limpieza profunda del área de depósito final (según plan).
6. Lavado de contenedores de residuos (según plan).
7. Limpieza de los equipos usados en la tarea.

8. Limpieza del ascensor utilizado en el traslado.

VI. BIOSEGURIDAD. SALUD OCUPACIONAL.

Los cuidados de la salud en el desempeño laboral resultan de significativa jerarquía como para incluirlos en esta normalización de procedimientos.

Habitualmente son los accidentes del trabajo y las enfermedades ocupacionales los que se vinculan directamente con las condiciones y medio ambiente de trabajo. Claro está, que también se deben reconocer otros procesos de salud-enfermedad no tan claramente definidos, ni tan relacionados con las condiciones de trabajo pero sí, vinculados a las mismas, a saber: malestar general, fatiga crónica, pérdida de capacidades, entre otras dolencias.

Por lo antes expresado, justifica que cada trabajador conozca correctamente la tarea a realizar en su puesto de trabajo, identificando todos los posibles factores de riesgo ocupacionales presentes, siendo ésta la primera etapa para la prevención y la promoción de la salud de los trabajadores. Estas acciones forman parte de la seguridad e higiene en el trabajo.

La discusión colectiva de las condiciones de trabajo, permite iniciar el conocimiento de las mismas e identificar los factores de riesgo ocupacionales presentes.

La representación gráfica espacial de los mismos, llamada **"Mapa de Riesgos"**, es un instrumento útil para la Vigilancia Ambiental y la planificación de las tareas de prevención.

Es recomendable que cada sector del Departamento de Higiene y Acondicionamiento Ambiental realice el mismo, identificando, clasificando y ubicando en las diferentes áreas de trabajo los factores de riesgo presentes, en los siguientes 5 grupos:

1. Aspectos inherentes a: temperatura, humedad, ventilación, iluminación y ruido.
2. Contaminantes presentes en el proceso de trabajo: químicos, físicos y biológicos.
3. Identificar posturas y/o movimientos más frecuentes en el trabajo vinculados a la fatiga física.
4. Aspectos relacionados con la organización del trabajo: identificar factores vinculados a la fatiga mental (tiempo de descanso, contenido del trabajo, supervisión, etc.)
5. Identificar características y/o procesos de trabajo que resulten de riesgo de accidentes.

Los mapas de riesgos de cada sector servirán para conducir las acciones de prevención, debiendo ser actualizados periódicamente.

A continuación se plantean una serie de pautas y recomendaciones generales y particulares vinculadas a la tarea del Departamento de Higiene y Acondicionamiento Ambiental.

Se destacan de las tareas que realizan los Ayudantes de Servicios Generales los siguientes riesgos ocupacionales:

- Alteraciones óseo articulares por carga física: debidas a movimientos, posturas y/o manipulación de cargas durante la tarea.
- Riesgos biológicos ante la manipulación de residuos del área asistencial.
- Riesgos químicos por la manipulación de productos y/o sustancias para la limpieza desinfección y tratamiento de plagas.

Las siguientes recomendaciones deben formar parte de la rutina de trabajo a fin de minimizar

los riesgos ocupacionales mencionados anteriormente:

1. Criterios generales:

- Las áreas de trabajo deberán estar bien iluminadas, ventiladas y correctamente señalizadas.
- Deberá existir un mantenimiento del orden y la limpieza que ayude a generar un ambiente agradable.
- La ropa de trabajo deberá ser la exigida por la institución.
- Las áreas de descanso y/o alimentación no deben ser las mismas en las que se trabaja.
- Las instalaciones eléctricas deben encontrarse en condiciones reglamentarias.

2. Criterios particulares:

La carga física máxima recomendada para levantar un peso es:

-en la **mujer 15 kg.**

-en el **hombre 25 kg.**

Es recomendable que el objeto a levantar posea manijas.

Se debe realizar el levantamiento de la carga haciendo uso de los miembros inferiores, colocando ambos pies alrededor del objeto a levantar, doblando las piernas y manteniendo erguido el tronco. El objeto deberá ser llevado hacia el cuerpo.

En el traslado de carga deberá existir siempre buena visibilidad del lugar por el que se transita, conservando la carga entre los hombros y la cintura.

Se deberá evitar tanto los movimientos que suponen giros de cintura, como la permanencia de posturas encorvadas.

Cuando se transportan bolsas de residuos, se debe evitar apretarlas ya que pueden existir en su interior elementos corto-punzantes mal descartados.

Cuando se manipulan diferentes sustancias se debe conocer sus características. Es recomendable leer las etiquetas de los productos, y en caso de duda consultar a la jefatura responsable.

Se deben usar guantes siempre que se manipulen sustancias que puedan causar daño a la piel. No trabajar a "mano limpia".

Cuando es necesario fraccionar líquidos que tienen algún nivel de toxicidad se debe realizar en ambientes bien ventilados.

Cuando se deban aplicar plaguicidas (polvo, aerosoles) deberá usarse siempre la máscara adecuada al tóxico utilizado.

Material extraído de:

- **Manual de Normas y Procedimientos de Limpieza Hospitalaria** autores: Graciela Cabrera y María Lourdes Pignatta.
- **Agencia Nacional de Vigilancia Sanitaria, (ANVISA)**, de Brasil utilizado por **MSP.-**