

LAS TAREAS DE LIMPIEZA EN EL HOGAR

LAS TAREAS DE LIMPIEZA EN EL HOGAR

Un hogar que no esté **limpio y ordenado** es un factor de riesgo importante para la proliferación de infecciones, además de ser un condicionante de la **calidad de vida** de la persona y de su **seguridad**.

Por eso es esencial que las personas responsables de la atención domiciliaria contribuyan a la **higiene ambiental** o del entorno y, para ello, no deben descuidar las **tareas de limpieza del hogar**.



CRITERIOS PARA EL ORDEN EN LAS TAREAS DE LIMPIEZA

- Ventilar la casa
- Limpiar de arriba a abajo
- Priorizar las zonas de atención especial: baño, cocina y dormitorio.
- Preparar previamente los productos y utensilios que necesitaremos.
- Mantener la casa ordenada



ORDEN EN LAS TAREAS DEL HOGAR

Habitualmente, en un domicilio empezaremos por la **higiene de la persona**. Después la **acompañaremos a la zona de desayuno**, normalmente, la cocina. Si la persona no precisa ayuda para el desayuno, mientras se lo toma, **limpiaremos y acondicionaremos la zona** en la que se instalará después.

A continuación, limpiaremos el **cuarto de baño**. Así, cuando se vuelva a tener necesidad de usarlo, ya estará limpio y seco. Siguiendo este orden, después podemos aprovechar para **limpiar la cocina**.

FRECUENCIA EN LAS TAREAS DE LIMPIEZA

- **Diariamente:** barrer o aspirar, quitar el polvo, recoger cocina (platos, encimera, fogones y rejilla campana, barrer y fregar suelo), limpiar baño (WC, lavamanos y suelo), hacer la cama, tirar basura.
- **Dos veces por semana:** fregar suelo habitación y comedor, cambiar toallas baño y trapos cocina.
- **Semanalmente:** cambiar sábanas, poner lavadora, aspirar alfombras, polvo zonas concretas, baño completo, cocina completa, cubo basura.
- **Mensualmente:** limpiar nevera, limpiar mantas y edredones, cortinas y persianas, puertas, cristales, telarañas techo y ordenar armarios.

MATERIALES Y UTENSILIOS DE LIMPIEZA

- Escobas y mopas.
- Recogedores
- Fregonas
- Cubos y palanganas
- Esponjas, estropajos y bayetas
- Gamuzas, trapos y plumeros
- Aspiradora y lavavajillas.



PRODUCTOS DE LIMPIEZA

El agua por sí sola tiene una gran capacidad de limpieza por arrastre, aunque no es suficiente para cumplir todas las exigencias que requiere una limpieza efectiva, por eso será necesario añadirle unos productos que mejoren esta eficacia.

Los más básicos serán los productos **limpiadores y de sinfectantes**, pero además hay otros con funciones específicas.



PRODUCTOS LIMPIADORES

- Detergentes
- Espumas
- Captapolvo (mopa)
- Desengrasantes (cocina)
- Limpiacristales
- Lavavajillas
- Limpiamuebles



PRODUCTOS DESINFECTANTES

Los desinfectantes se utilizan **para eliminar o reducir los gérmenes**, por eso se usan en las **zonas más sucias** y en las que albergan un mayor número de bacterias (**baño**).

El desinfectante se debe aplicar en superficies limpias, es decir, que habremos lavado **previamente con detergente**, pues la acción limpiadora de los desinfectantes, por ejemplo la lejía, suele ser poco eficaz. De todas maneras cada vez proliferan más los detergentes que limpian y desinfectan al mismo tiempo.

TENLO EN CUENTA!!!

Para realizar las tareas de limpieza en el hogar, utiliza **guantes** para evitar el contacto directo con los productos de limpieza en las manos y el resto del cuerpo.

Al acabar, **lávate y sécate bien las manos** y aplícate una **crema** específica para mantener el equilibrio de la piel.



USO SEGURO DE LOS PRODUCTOS DE LIMPIEZA

Todos los productos de limpieza tienen que llevar **etiquetas** que nos informan sobre los **peligros** que pueden suponer si no se hace un buen uso o almacenamiento, y proporcionan una serie de **indicaciones de seguridad o precaución**, así como **iconos de uso seguro**:

- **Pictograma CLP:** Indica el tipo de riesgo.
- **Advertencia:** atención o peligro.
- **Indicaciones de peligro:** daños que puede causar.
- **Consejos de prudencia:** recomendaciones uso y almacenamiento.
- **Iconos de uso seguro**