



Limpieza, Sanitización, Desinfección y Esterilización. ¿Cuál es la diferencia?

Escrito por H. Lester Schonberger, Research Associate, Department of Food Science and Technology, Virginia Tech; Abigail Villalba, Extension Specialist, Virginia Seafood Agricultural Research and Extension Center, Virginia Tech; Laura Strawn, Associate Professor and Extension Specialist, Department of Food Science and Technology, Virginia Tech; and Reza Ovissipour, Assistant Professor and Extension Specialist, Department of Food Science and Technology, Virginia Tech

Introducción

El COVID-19 ha obligado a todos a pensar en el distanciamiento social, el lavado de manos, el uso de mascarillas y la limpieza de las superficies que tocamos. Cada uno de ellos, cuando se hace correctamente, puede reducir el riesgo de contraer y propagar el SARS-CoV-2, el virus que causa el COVID-19.

Específicamente, con las superficies que tocamos y los utensilios y equipos que usamos en casa, hay confusión entre lo que significa limpiar, sanitizar, desinfectar y esterilizar superficies y equipos. A menudo, la confusión en torno a estos términos y definiciones hace que las personas los realicen incorrectamente. Aquí explicamos las diferencias entre cada una de estas actividades y por qué son importantes a la hora de realizarlas en casa.

¿Cuál es el objetivo?

Limpiar, sanitizar, desinfectar y esterilizar son todas acciones que reducen el número de gérmenes en superficies y objetos de uso común como las mesas de la cocina y sus superficies, interruptores de luz y manijas de puertas. Los gérmenes como bacterias, virus, parásitos y algunos hongos son parte de la vida cotidiana y muchos son inofensivos que se pueden encontrar en todas partes. Sin embargo, algunos gérmenes pueden enfermar a las personas, y limpiar, sanitizar, desinfectar y esterilizar se utilizan para reducir el número de gérmenes, por lo que es menos probable que las personas se enfermen.

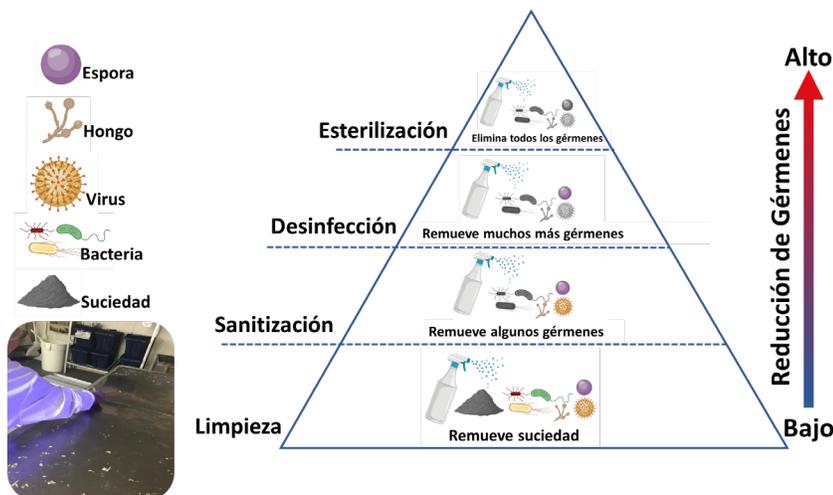


Figura 1. Nivel de reducción de gérmenes como resultado de las prácticas de limpieza, sanitización, desinfección y esterilización (Figura creada por Reza Ovissipour).

Limpieza

La limpieza por sí sola puede reducir los gérmenes y también es el primer paso antes de que pueda sanitizar, desinfectar o esterilizar. La limpieza remueve las cosas que se pueden ver (p. ej. suciedad, polvo o trozos de comida) y al fregar, lavar, limpiar y enjuagar, también remueve gérmenes presentes en la superficie, utensilio, equipo u otros objetos. Comúnmente esta acción hará uso de jabón (u otro detergente) y agua para aflojarlos físicamente de las superficies y objetos. Por ejemplo, la acción mecánica de lavarse las manos con agua y jabón (en otras palabras, limpiar las manos), puede también remover los gérmenes.

Sanitizar

Recuerde de limpiar antes de sanitizar (ya que no puede sanitizar una superficie sucia). Sanitizar una superficie limpia, un utensilio, un equipo u otros objetos reduce aún más el número de bacterias presente en una superficie. Los productos para sanitizar pueden incluir químicos (p. ej. cloro, alcohol) o dispositivos (p. ej. luz UV). Todos los productos para sanitizar tendrán una etiqueta que proporciona instrucciones sobre cómo mezclar y usar para maximizar su efectividad contra los gérmenes.

Desinfectar

Recuerde de limpiar antes de desinfectar (ya que no puede desinfectar una superficie sucia). La desinfección de una superficie limpia, un utensilio, un equipo u otros objetos reduce un gran mayor número de gérmenes, incluyendo los virus que causan COVID-19. Al igual que los sanitizantes, hay una gama de productos químicos comúnmente usados para desinfectar como lo es el cloro y el alcohol. Cada desinfectante debe mezclarse y utilizarse de acuerdo con las instrucciones en la etiqueta. Generalmente, la desinfección requiere que el producto permanezca en las superficies y objetos durante un cierto período de tiempo para maximizar su eficacia contra los gérmenes.

Esterilización

La esterilización elimina bacterias, virus, parásitos y hongos en las superficies. Por lo general, la esterilización se utiliza en el campo médico; por ejemplo, los instrumentos quirúrgicos se esterilizan antes de su uso en un quirófano, o los instrumentos dentales antes de la limpieza dental de un paciente.

¿Cuándo debo limpiar?

Las superficies siempre deben limpiarse una vez que se usan o se ensucian. La limpieza es una manera fácil de promover una buena salud e higiene y prevenir futuros problemas causados por ambientes insalubres (es decir, sucios).

¿Cuándo debo sanitizar o desinfectar?

Elegir si tiene que sanitizar o desinfectar dependerá del tipo de gérmenes que desee reducir y de la frecuencia con que se toque o use la superficie, el utensilio, el equipo o cualquier otro objeto. Por ejemplo, debe desinfectar en lugar de sanitizar una superficie limpia, cuando el objetivo es reducir un virus como el SARS-CoV-2. En general, para desinfectar, se usa una solución con una concentración más alta en comparación con una solución que se usa para sanitizar y permanece en contacto con la superficie por un tiempo más largo.

Además, es importante dependiendo si va a sanitizar o desinfectar, leer la etiqueta para obtener información sobre como mezclar y usar adecuadamente el compuesto. Por ejemplo, algunos desinfectantes requieren un enjuague con agua después de la aplicación debido a la concentración alta en que estos productos químicos se utilizan.

¿Puedo limpiar y sanitizar o desinfectar algo al mismo tiempo?

Sí. Hay productos que pueden hacer las dos cosas. Por ejemplo, las toallitas para sanitizar o desinfectar una superficie, pueden dejar residuos de productos químicos cuando son usados para sanitizar o desinfectar la superficie.

Asegúrese de seguir las instrucciones en la etiqueta de estos productos químicos para que permanezca en la superficie durante el tiempo adecuado y así garantizar su eficacia.

¿Puedo limpiar sin sanitizar o desinfectar?

Sí, puede limpiar una superficie sin tener que sanitizar o desinfectar. La limpieza afloja y remueve la suciedad como los residuos de comida y con ella algunos gérmenes. Como se discutió anteriormente, la limpieza es una manera fácil de promover una buena salud e higiene en el hogar y prevenir problemas futuros de condiciones insalubres (es decir, sucias).

¿Puedo sanitizar o desinfectar sin limpiar primero?

Sí, puede limpiar una superficie sin tener que sanitizar o desinfectar. La limpieza afloja y remueve la suciedad como los residuos de comida y con ella algunos gérmenes. Como se discutió anteriormente, la limpieza es una manera fácil de promover una buena salud e higiene en el hogar y prevenir problemas futuros de condiciones insalubres (es decir, sucias).

¿Qué debo hacer? ¿Debo sanitizar o desinfectar?

Generalmente, se recomienda que limpie las superficies, especialmente después de su uso. También puede sanitizar o desinfectar las superficies dependiendo de su propósito. Por ejemplo, si su propósito es reducir el número de gérmenes después de manipular la carne cruda en la encimera de su cocina, entonces aplique una solución para sanitizar después de limpiar. Si el propósito es eliminar virus como el SARS-CoV-2, de una superficie, entonces aplique una solución desinfectante después de la limpieza.

¿Pregúntese con qué frecuencia esta superficie se utiliza o se toca? Por ejemplo, en superficies muy usadas, como las perillas de las puertas y las manijas de los grifos de los baños, use una solución desinfectante después de la limpieza para reducir una mayor variedad de gérmenes, incluyendo el SARS-CoV-2.

Referencias

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. (United States Centers for Disease Control and Prevention. “How To Clean and Disinfect Schools To Help Slow the Spread of Flu”). Última modificación mayo 6, 2021. <https://www.cdc.gov/flu/school/cleaning.htm>

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. (United States Centers for Disease Control and Prevention. “Cleaning and Disinfecting Your Home.”). Última modificación junio 17, 2021. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/disinfecting-your-home.html>

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos. (United States Centers for Disease Control and Prevention. “Introduction, Methods, Definition of Terms - Guideline for Disinfection and Sterilization in Healthcare Facilities.”). Última modificación septiembre 16, 2016. <https://www.cdc.gov/infectioncontrol/guidelines/disinfection/introduction.html>

Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos. United States Environmental Protection Agency (EPA). (“What’s the difference between products that disinfect, sanitize, and clean surfaces?”). Última modificación febrero 17, 2021. <https://www.epa.gov/coronavirus/whats-difference-between-products-disinfect-sanitize-and-clean-surfaces>

Los programas y empleos de Virginia Cooperative Extension están disponibles para todos, sin importar edad, color, discapacidad, género, identificación de género, expresión de género, nacionalidad, afiliación política, raza, religión, preferencia sexual, información genética, condición de veterano, o cualquier otra condición protegida por la ley. Un empleador de igualdad de oportunidades y acción afirmativa. Emitido en promoción del trabajo de Extensión Cooperativa, en cooperación con Virginia Polytechnic and State University, Virginia State University y el Departamento de Agricultura de EE.UU. Edwin J. Jones, director, Extensión Cooperativa de Virginia, Virginia Tech, Blacksburg; M. Ray McKinnie, administrador, Programa de Extensión de 1890, Virginia State University, Petersburg. 2021 FST-390NP