

Consejos para **trabajadoras** de limpieza

ALIANZA NACIONAL
DE TRABAJADORAS
DEL HOGAR

(y cualquier persona que hace limpieza como parte de sus responsabilidades laborales)

El coronavirus puede sobrevivir en ciertas superficies por varios días. Hay cosas importantes que las trabajadoras de limpieza podemos hacer para parar la propagación del virus. Esto incluye:

1. Pedirle a tu empleadora que te informe si alguien en el hogar ha tenido algún síntoma parecido a la gripa - o si han estado con alguien que padece de síntomas - y reprogramar las limpiezas para después de que un médico dice que esa persona puede tener contacto con otras personas.

2. Haz limpiezas rutinarias de las superficies que se tocan con frecuencia. Luego, para desinfectar alguna superficie, consulta esta lista de productos desinfectantes recomendados para destruir el coronavirus: [epa.gov/listn](https://www.epa.gov/listn). (Ojo que el cloro puede provocar o empeorar el asma, entonces es mejor usar productos que utilizan peróxido hidrógeno)



3. Pídele a tu empleador que te proporcione guantes desechables no de látex, por ejemplo los de nitrilo, para tu uso.



4. Lava las manos cuidadosamente mientras limpias y antes de salir del trabajo.



5. Asegúrate de seguir las precauciones de seguridad necesarias cuando uses químicos de limpieza:

- Sigue exactamente las indicaciones en las etiquetas de los productos
- Asegurate que haya una ventilación adecuada abriendo puertas y ventanas.
- Nunca mezcles productos de limpieza ni utilices un producto encima de otro. Evita dispersar limpiadores químicos en el aire o directamente en las superficies; es preferible rociarlos un trapo o paño y luego limpiar la superficie.



6. Evita llevar suministros de limpieza de una casa a otra, con el fin de prevenir la transferencia de gérmenes de un hogar a otro y cámbiate la ropa una vez llegues a casa del trabajo.



7. Pídeles a tus clientes que se inscriban en Alia -- la plataforma de la ANTH que permite a clientes múltiples contribuir a un fondo para licencia remunerada para trabajadoras de limpieza de manera que puedas tener tiempo libre remunerado en caso que te enfermes o si tu calendario de limpieza es interrumpido por el coronavirus: <https://limpiadorx.myalia.org>.