

UF0126: Mantenimiento, limpieza y organización
del domicilio de personas dependientes

Elaborado por: Virtudes Gimeno Gómez

Edición: 6.1

EDITORIAL ELEARNING S.L.

ISBN: 978-84-16557-60-8

No está permitida la reproducción total o parcial de esta obra bajo cualquiera de sus formas gráficas o audiovisuales sin la autorización previa y por escrito de los titulares del depósito legal.

Impreso en España - Printed in Spain

Presentación

Identificación de la unidad formativa

Bienvenido a la unidad formativa UF0126 “Mantenimiento, limpieza y organización del domicilio de personas dependientes”. Esta es la unidad formativa 2 del módulo formativo MF0251_2 “Apoyo domiciliario y alimentación familiar” perteneciente al certificado de profesionalidad “Atención sociosanitaria a personas en el domicilio” (SSCS0108) cuya familia profesional es “Servicios Socioculturales y a la Comunidad”.

Presentación de los contenidos

Esta unidad formativa trata sobre:

- Las tareas de limpieza del hogar y la eliminación de los residuos en el ámbito domiciliario, así como del lavado y planchado de la ropa.
- El mantenimiento básico del domicilio, tanto del orden como de las instalaciones, prestando especial interés al riesgo que entrañan dichas instalaciones.
- El funcionamiento y utilidades del servicio de teleasistencia para personas dependientes en el domicilio.

Objetivos de la unidad formativa

Al finalizar esta unidad formativa aprenderás a:

- Realizar técnicas de limpieza, mantenimiento de la higiene y el orden y pequeñas reparaciones en el domicilio.

Índice

UD1. Aplicación de técnicas de limpieza en el hogar	7
1.1. Técnicas y productos de limpieza	9
1.2. Limpieza de dormitorios y otras habitaciones.....	25
1.3. Limpieza de cocinas y baños	27
1.4. Limpieza de suelos y superficies.....	31
1.5. Limpieza de enseres y mobiliario.....	36
1.6. Limpieza especial de aparatos, ayudas técnicas y utensilios de atención a las personas dependientes	37
1.7. Clasificación y selección de residuos y basura del hogar (pa- pel, vidrio, metales, bricks, orgánicos).....	43
1.8. Eliminación separada de residuos domésticos	48
1.9. Eliminación de medicamentos	60
1.10. Aprecio por la limpieza e higiene del hogar	61
UD2. Aplicación de técnica de lavado, repasado y planchado de la ropa	69
2.1. Productos y materiales	71
2.2. Mantenimiento de uso de lavadoras y secadoras	76

2.3.	Colocación y limpieza de armarios	81
2.4.	Precaución en el manejo de ropas y enseres domésticos.....	83
UD3. Revisión y mantenimiento básico del domicilio		97
3.1.	Colocación y orden de artículos y enseres domésticos.....	99
3.2.	Revisión de las conducciones de agua y gas.....	104
3.3.	Revisión de aparatos eléctricos y electrodomésticos	115
3.4.	Cierre de puertas y ventanas	117
3.5.	Uso de sistemas de alarma y telealarma	119
3.6.	Uso de sistemas de teleasistencia y telefonía móvil: Funcio- namiento. Utilidades. Servicios que presta	122
3.7.	Mantenimiento básico de aparatos y ayudas técnicas	124
3.8.	Fomento de la participación y autonomía del usuario	126
UD4. Riesgos domésticos		135
4.1.	Riesgos de las instalaciones eléctricas domésticas	137
4.2.	Riesgos de los electrodomésticos	149
4.3.	Riesgos de las instalaciones de gas domésticas	151
4.4.	Atención especial a la prevención de accidentes en el hogar	156
UD5. Teleasistencia.....		177
5.1.	Funcionamiento	179
5.2.	Utilidades y servicios que presta.....	183
Glosario		195
Soluciones		199

UD1

Aplicación de técnicas
de limpieza en el hogar

- 1.1. Técnicas y productos de limpieza
- 1.2. Limpieza de dormitorios y otras habitaciones
- 1.3. Limpieza de cocinas y baños
- 1.4. Limpieza de suelos y superficies
- 1.5. Limpieza de enseres y mobiliario
- 1.6. Limpieza especial de aparatos, ayudas técnicas y utensilios de atención a las personas dependientes
- 1.7. Clasificación y selección de residuos y basura del hogar (papel, vidrio, metales, bricks, orgánicos)
- 1.8. Eliminación separada de residuos domésticos
- 1.9. Eliminación de medicamentos
- 1.10. Aprecio por la limpieza e higiene del hogar

1.1. Técnicas y productos de limpieza

La suciedad es cualquier cuerpo extraño indeseado depositado en una superficie, su origen puede ser de origen orgánico e inorgánico. La limpieza consiste en eliminar la superficie que contenga, por lo que el primer objetivo de la limpieza será la higiene.

Hay varios factores que influyen en la limpieza como:

- El tipo de suciedad.
- La condición de la suciedad.
- La dureza del agua.
- La superficie a limpiar.
- La duración del tratamiento del agente limpiador sobre la superficie (mientras más tiempo se encuentre aplicado mejor será la limpieza).
- El producto utilizado, es decir a la hora de realizar la limpieza hay que emplear un agente producto apropiada cada necesidad.

La limpieza se practica alternando en forma separada combinada los métodos físicos para el fregado y los métodos químicos, los cuales implican el uso de detergentes, álcalis ácidos. Como método adicional a los anteriores, también se utiliza el calor.

Agentes generales de la suciedad

- Partículas sueltas y finas isuficientemente pequeñas que pueden flotar por el aire, ejemplo el polvo.
- Partículas pequeñas, como la arena, la tierra, estas partículas pueden ser más ligeras pero no llegan a flotar en el aire, entra en un lugar indebida través de las personas, por ejemplo el barren los zapatos.
- Objetos diversos, aquellos que deben su presencia a la acción de personas en lugares determinados, colillas, etc.

Otro aspecto importante a tener en cuenta es la periodicidad de la limpieza que dependerá de la estancia a limpiar, su utilización aunque a limpieza de determinadas zonas del hogar deberá ser diariamente para mantenerlo en condiciones higiénicas adecuadas, por ejemplo los aseos, la cocina, etc.

Clasificación de tipos de limpieza

- Limpieza periódica.
- Limpieza de mantenimiento.
- Limpieza especial.
- Limpieza de desinfección.

Técnicas de limpieza

La limpieza puede ser manual en la que se emplea el esfuerzo físico para llevarla a cabo mecánica en la cual se utilizará máquinas específicas.

Los métodos utilizados pueden ser:

- Métodos manuales

Son utilizados cuando es necesario remover la suciedad restregando con soluciones detergentes. En este caso, se recomienda remojar la zona el material aparte en un contenido con soluciones detergentes ó las piezas removibles de un equipo de manera que se desprenda la suciedad antes de comenzar la labor manual.

- Limpieza “in situ”

Es una modalidad utilizada para la limpieza y desinfección de equipos partes de estos que no es posible desmontar, para lo cual se lavan con una solución de agua y detergente a la presión y turbulencia suficientes para producir la limpieza. Sin embargo, de no ser posible por este método, los equipos serán desmontados para asegurarse de la eficiencia del proceso.

- Pulverización a baja presión y alto volumen

Es la aplicación de agua de una solución detergente en grandes volúmenes y presiones de hasta 100 lb/pulgada cuadrada (68 kg/centímetro cuadrado).

- Pulverización a alta presión y bajo volumen

Es la aplicación de agua de una solución detergente en volumen reducido y alta presión la cual puede llegar hasta 68 kg/ centímetro cuadrado (1000 lb/pulgada cuadrada).

- Limpieza a base de espuma

Consiste en la aplicación de un detergente en forma de espuma por espacio de 15 a 20 minutos, y un posterior enjuague con agua pulverizada.

- Máquinas

El método de lavado mecánico es de suma utilidad, se realizan las operaciones de limpieza y desinfección de vajillas, utensilios, sometidos a procesos de lavado, enjuague y secado utilizando agua caliente y aire.

La limpieza

Eliminación de capas de grasa

- Enjuagar.
- Cuando a la grasa se le añade agua tibia y se agita en forma vigorosa.
- Otra forma de remoción de las capas de grasa es mediante su saponificación con productos alcalinos.

– Remoción de partículas de suciedad

Las partículas sólidas que se adhieren a la superficie de los equipos, pueden removerse mediante los siguientes procesos, aislados en combinación con otros:

- Humectación

En este proceso, el agua del limpiador hace contacto con todas las superficies sucias del equipo, por lo cual el agente limpiador provoca una reducción de la tensión superficial. Es necesario que la solución penetre en las hendiduras, agujeros pequeños y áreas porosas.

- Dispersión

Con este método, las partículas de suciedad se rompen en fracciones pequeñas y así son removidas fácilmente del equipo y dejadas en suspensión.

- Suspensión

Las partículas de suciedad insolubles son retenidas en la solución. Esta acción entre el material y la solución detergente y entre dicho material y la superficie, permite que las partículas suspendidas se remuevan con facilidad del equipo.

- Peptinación

Formación de la solución coloidal de la materia que ensucia y produce la acumulación en el material a limpiar.

- Disolución

Las materias presentes en la superficie y que son insolubles, reaccionan químicamente con los agentes limpiadores, obteniendo de esta forma productos solubles.

- Enjuague

Las partículas de suciedad se remueven fácilmente por arrastre en forma de suspensiones por disolución de aquellas.

Limpieza general

- Barrido/aspirado
 - Sobre suelos, maderas, plásticos, alfombras, moquetas, paredes enteladas, asientos tapizados, etc.
 - Eliminación de la suciedad mediante escoba, cepillo, aspiradora, etc., Para que la superficie quede libre de cualquier clase de suciedad, polvo, arenilla y en general de cualquier clase de resto.
- Fregado
 - Sobre suelos, mobiliarios, terminales de ordenadores, teléfonos, telefax, fotocopiadoras, superficies metálicas, loza, sanitarios, instalaciones, accesorios, etc.
 - Eliminación de la suciedad adherida, grasas manchas, etc., mediante fregona, bayetas, estropajos, etc., y la utilización de jabones detergentes adecuados hasta obtener que la superficie quede libre de residuos, manchas, huellas, solución detergente y en general de cualquier residuo adherido.
- Desempolvado
 - Sobre paredes, techos, mobiliarios, terminales de teléfonos, tapizados, accesorios, instalaciones, etc.
 - Eliminación del polvo depositado en superficies elementos situados por encima del suelo mediante la utilización de sistemas manuales automáticos hasta obtener la eliminación de trazas de polvo, suciedad, hilos, telarañas, etc.
- Vaciado/limpiado
 - De ceniceros y sus alojamientos, papeleras, trituradoras, contenedores, cubos de basura, depósitos, etc.
 - Eliminación de residuos en los recipientes, limpieza interior y exterior de los mismos hasta su higienización y llenado de líquidos desinfectantes y desodorantes (si procede).

- Cristales/abrillantado
 - Sobre cristales, cuadros, placas, adornos, manillas, metales, apliques, revestimientos metálicos, etc.
 - Eliminación de manchas, polvo, huellas, etc. mediante los productos adecuados hasta obtener nitidez brillo del objeto superficie.
- Desengrasado
 - Sobre suelos, paredes, mobiliario, etc.
- Abrillantado de suelos y encerados
 - Sobre terrazo, mármoles, corcho, madera, goma, etc.
- Lavado de moquetas
 - Sobre moquetas y alfombras.

Productos de limpieza

Los productos de limpieza que utilizamos habitualmente son de naturaleza muy diversa, pudiendo considerar dos grandes grupos:

- Productos cáusticos y corrosivos, es decir, productos ácidos como el sulfamán y los antical y los alcalinos como la sosa y la lejía.
- Disolventes orgánicos varios (hidrocarburos, alcoholes, ésteres, éteres, acetonas, etc.).

Su utilización es variada y van en función de las necesidades y la naturaleza de los propios productos, pudiendo emplearse como decapantes, desincrustantes, desengrasantes, etc. Por lo general los productos utilizados en la limpieza deben de tener algunas de éstas propiedades:

- De rápida disolución y completamente soluble.
- No ser corrosivo para las superficies metálicas.
- Acondicionar aguas duras, que dificultan su acción.
- Humidificar a fondo la superficie a limpiar.

- Acción emulsionante de la grasa.
- Presentar acción solvente de los sólidos que se deseen limpiar.
- Tener acción en la dispersión suspensión de suciedades.
- Fácil eliminación por enjuague.
- Potente acción germicida.
- Precio razonable.
- No tóxico en el uso indicado.



Es preciso tener en cuenta que difícilmente puede hallarse un producto que venga a satisfacer todos esos requisitos, por lo que su elección vendrá condicionada por el análisis de un conjunto de necesidades que demandan su uso.

Dentro de la limpieza los detergentes productos utilizados tienen una gran importancia, por ello en este apartado se va a destacar algunos de ellos, los cuales nos pueden ayudar a llevar a cabo una limpieza eficaz.

Detergentes alcalinos

Su alcalinidad activa es tal vez el indicador más importante de su utilidad. Parte de la alcalinidad activa puede reaccionar para la saponificación de las grasas y a un nivel adecuado para la remoción efectiva de la suciedad y protección del equipo contra la corrosión.

Entre los compuestos alcalinos comercializados se incluyen los siguientes:

- Sosa cáustica
 - Utilizada para suspender la suciedad y saponificar la grasa.
 - También como germicida en el lavado mecánico de recipientes de vidrio.
 - No es recomendable su usen utensilios y equipo por su intensa acción corrosiva.
 - Además ser considerada como un producto peligroso.
- Fosfato trisódico
 - Se utiliza con agua tibia para limpiar aluminio estaño.
 - Es necesario un enjuague profundo después de su uso.
- Carbonato de sodio
 - No es un buen agente limpiador cuando se usa solo.
 - Bórax tetraborato sódico
 - Su uso se limita a soluciones para el lavado de manos.

Detergentes ácidos

Son considerados una muy buena alternativa en la práctica sanitaria para la limpieza de almacenamiento, clarificadores y otros equipos y utensilios.

Su uso alternado con cambiadores alcalinos logra la eliminación de olores indeseables y la disminución drástica de los recuentos microbianos.

En general, los detergentes ácidos de mayor utilización son:

- Ácido glucónico

Es menos corrosivo para el estaño y el hierro que otros, como los ácidos cítrico, tartárico fosfórico.

- Ácido Sulfónico

Ayuda a remover las escamas en los tanques de almacenamiento, evaporadores, precalentadores, pasteurizadores y equipos similar.

Detergentes a base de polifosfatos

A este grupo pertenecen los principales agentes limpiadores y los más utilizados son:

- Pirofosfato tetrasódico

Tiene la ventaja de ser más estable en condiciones de alta temperatura y alcalinidad, aunque su disolución en agua fría es lenta.

- Tripolifosfato y tetrafosfatde sodio

Altamente solubles en agua caliente y muy efectivos para uso general.

- Hexametafosfato de sodio

Sustancia de alto costo; en presencia de aguas duras disminuye su efecto lo cual limita en forma considerable su uso.

Agentes Abrasivos

Estos compuestos se utilizan solo como ayuda suplementaria en la remoción extrema de la suciedad y su uso obliga a un cepillado adecuado y enjuague con agua a presión.

Cuando se hace necesario el uso de abrasivos, por lo general se recomiendan polvos pastas junto con los agentes que actúan en las superficies.

Precaución con los productos de limpieza

Los efectos de estos productos dependen de su naturaleza.

- Efectos de los productos cáusticos y corrosivos

Los efectos de estos productos son esencialmente de carácter agudo, produciéndose por contacto con la piel y las mucosas. Se manifiestan con irritación más menos intensa e incluso quemaduras, en función de la naturaleza y concentración de los productos, así como del tiempo de contacto.

- Efectos de los disolventes
 - Agudos: Irritación de ojos, vías respiratorias altas y árbol traqueobronquial; narcosis; desengrase y resecamiento de la piel por contacto.
 - Crónicos: Alteraciones hepáticas, renales y hematológicas; dermatitis de contacto.

En términos generales debemos tener en cuenta las siguientes precauciones:

- Evitar la inhalación de los vapores y utilizar estos productos en lugares bien ventilados. Cuando no sea posible, se deberá utilizar protección respiratoria provista del adecuado filtro.
- Cuando se manipulen estos productos, utilizar siempre la protección ocular, así como la ropa de trabajo adecuada y guantes.
- Nunca mezclar lejía con un producto ácido, ya que se desprende olor gaseoso, muy irritante para las vías respiratorias y los ojos.
- Alejar del sol y de las fuentes de calor los envases de los productos de limpieza.
- No utilizar disolventes halogenados para operaciones de limpieza en grandes superficies.
- En caso de duda, consulte la ficha de seguridad del producto que pretende manipular.
- No guardar ni consumir alimentos bebidas, ni fumar en los lugares donde se utilicen productos de limpieza.
- Evitar el contacto con la piel, así como la impregnación de la ropa con estos productos.
- No reutilizar botellas de agua contenedores de bebidas, rellenándolos con los productos en cuestión. Cuando sea necesario trasvasarlos desde su envase original a otro más pequeño, utilizar envasadores especiales que eviten las salpicaduras y usar recipientes apropiados, etiquetándolos adecuadamente.

- Los recipientes deberán permanecer siempre bien cerrados y almacenados en lugar fresco y bien ventilado.
- Evitar el contacto con productos incompatibles, es decir, los disolventes con oxidantes y ácidos fuertes, y los cáusticos y corrosivos con metales alcalinos, así como con productos antagónicos (ácidos con alcalinos y viceversa).
- En caso de duda, consultar la ficha de seguridad de cada producto en particular. Fuente: Escuelas Idea Sana Marzo– Abril 2005 / "Limpieza en el hogar".

El etiquetado de los productos de limpieza

En la etiqueta de todos aquellos productos de limpieza que utilizamos en el hogar debe aparecer la siguiente información:

- La denominación el nombre comercial del preparado y el uso que se destina.
- La cantidad nominal (masa nominal volumen nominal) del contenido, número de unidades en su caso.
- El nombre y dirección completa del responsable de la comercialización.
- Incompatibilidades con algún material, caso de existir, dentro de los usos a que va destinado.



 Explosivos	Tienen una combustión rápida dependiendo de la temperatura, choque fricción.
 Inflamables	Arden ante la presencia de una llama fuente de calor.
 Tóxicos	Son los que entrañan riesgos graves e incluso la muerte por inhalación, ingestión penetración cutánea.
 Nocivos	Son los que por inhalación, ingestión penetración cutánea pueden entrañar riesgos de gravedad inmediata.
 Comburentes	Arden ante la presencia de oxígeno y una fuente de inflamación comuna llama.
 Corrosivos	Son los que en contacto con la piel ejercen una acción destructiva.
 Irritantes	Son los que por contacto inmediato, prolongado repetido con la piel mucosas pueden provocar una reacción inflamatoria.
 Peligrosos con el medio ambiente	Son los que pueden afectar de manera irreversible al medio ambiente.

Leyenda de los productos de limpieza

- Manténgase fuera del alcance de los niños.
- Aquellos que sean susceptibles de ser ingeridos deberán llevar, además, la leyenda:
 - No ingerir.
 - Componentes: los detergentes y productos de limpieza deben indicar el contenido de los componentes.