

MANUAL DE LIMPIEZA INTERNO
LEYENDAS DEL MAR S.A.S.
2020

Tabla de contenido

1. INTRODUCCION	3
2. LA DIFERENCIA ENTRE LIMPIAR E HIGIENIZAR	3
3. EL PROCESO DE LIMPIEZA EN CINCO PASOS	4
PASO 1: PREPARA TÚ EQUIPO Y EL ESPACIO LA LIMPIEZA.....	5
PASO 2: LIMPIA TODAS LAS SUPERFICIES PARA RETIRAR EL POLVO Y CUALQUIER RASTRO DE SUCIEDAD.	6
PASO 3: HIGIENIZA LAS ÁREAS DE CONTACTO FRECUENTE, ELECTRODOMÉSTICOS Y APARATOS ELECTRÓNICOS	7
PASO 4: VERIFICA	7
PASO 5: RESTABLECE LA HABITACIÓN PARA EL PRÓXIMO HUÉSPED Y REPÓN LOS PRODUCTOS QUE HAYAS GASTADO.....	8
4. LISTAS DE CHEQUEO.....	9
5. CONSEJOS PARA AYUDARTE A REDUCIR EL RIESGO DE CONTAMINACIÓN CRUZADA	10
6. PROCESO DEL BAÑO	11
7. PROCESO DE LA HABITACION.....	14
8. PROCESO DE ZONAS COMUNES	16
9. PROCESO DE LA FACHADA Y ENTRADA	18

1. INTRODUCCION

La camarera del hotel contara con un carrito de limpieza que será suministrado por la empresa donde llevara todos los implementos de aseo para la habitación y hará que su trabajo sea más práctico a la hora de la limpieza. Y deberá separar los implementos de aseo de cada área, habitaciones, baños comunes, zonas comunes y lavandería A Continuación describiremos el paso a paso que debe hacer la camarera al hacer la limpieza en todas las áreas del hotel y la lista de chequeo que deberá ser revisada por ella y el recepcionista al empezar la limpieza.

2. LA DIFERENCIA ENTRE LIMPIAR E HIGIENIZAR

Limpiar e higienizar son dos pasos independientes y es importante Que realices ambos en el orden correcto.

Limpieza

La limpieza consiste en eliminar Los gérmenes y la suciedad de las superficies. Por ejemplo, usar una esponja con jabón para limpiar la estufa y las superficies de la cocina



Higienizar

Higienizar consiste en usa productos químicos para reducir el número de gérmenes y bacterias. Por ejemplo, rociar con desinfectante químico las superficies de contacto frecuente, como las perillas de las puertas.



3. EL PROCESO DE LIMPIEZA EN CINCO PASOS

1. Prepara tu equipo y el espacio para la limpieza



2. Limpia todas las superficies para retirar el polvo y cualquier rastro de Suciedad



3. Higieniza todas las áreas que más se tocan, los electrodomésticos y los aparatos electrónicos



4. Comprueba que el espacio está limpio y desinfectado a fondo.



5. Restablece la habitación para el próximo huésped y repón los productos que hayas gastado



PASO 1: PREPARA TÚ EQUIPO Y EL ESPACIO LA LIMPIEZA

- ✓ **Consigue los artículos de limpieza Adecuados**

Recomendamos utilizar únicamente las Soluciones y desinfectantes registrados Ante los organismos reguladores de Químicos de tu gobierno local (p. ej. la Agencia de Protección Ambiental).

- ✓ **Lávate las manos al menos durante 20 segundos con agua tibia y jabón**

Si no es posible, usa un desinfectante de manos con al menos 60 % de alcohol.

- ✓ **Ventila las habitaciones antes de limpiarlas.**

Las autoridades reguladoras, como los CDC de Estados Unidos recomiendan abrir las puertas y ventanas exteriores y usar ventiladores para aumentar la circulación de aire en el espacio antes de comenzar a limpiar y desinfectar

- ✓ **Revisa las pautas de seguridad de tus productos químicos**

Lee siempre las etiquetas de tus productos para que sepas cuáles son los ingredientes activos y cómo utilizarlos de forma correcta. Si deseas más información sobre cómo leer las etiquetas de tus productos y sus fichas de datos de seguridad, consulta tus autoridades locales. Por ejemplo, para Estados Unidos puedes consultar la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional y para la Unión Europea, la Agencia Europea de Sustancias y Mezclas Químicas.

- ✓ **Usa equipo de protección en todo momento**

Antes de entrar en el espacio, ponte equipo de protección como guantes desechables, delantales o batas y mascarillas o cubrebocas.

- ✓ **Desconecta antes de limpiar**

Por tu seguridad y a fin de proteger los aparatos, recuerda desconectar los electrodomésticos antes de limpiarlos. Aunque estén apagados, los electrodomésticos enchufados siguen conectados a la corriente eléctrica hasta que se desenchufan. También puedes cortar el suministro eléctrico desde el interruptor.

PASO 2: LIMPIA TODAS LAS SUPERFICIES PARA RETIRAR EL POLVO Y CUALQUIER RASTRO DE SUCIEDAD.

- ✓ **Saca toda la basura**

Al comenzar con este paso, evitas que la basura contamine el espacio una vez que se haya limpiado. Asegúrate de poner bolsas en todos los basureros, eso facilitará la eliminación de pañuelos Desechables y otro tipo de basura.

- ✓ **Lava todas las sábanas a la temperatura máxima recomendada por el fabricante**

Evita sacudir las sábanas sucias, ya que esto podría aumentar la propagación de gérmenes. Recuerda cambiarte los guantes desechables antes de tocar la ropa de cama limpia.

- ✓ **Lava todos los platos y vacía el lavavajillas y el fregadero**

Es muy importante lavar todos los platos, incluso los que están guardados en el gabinete, para garantizar los estándares de higiene. Comienza por recorrer el espacio y recoger los platos de cada habitación para evitar la contaminación cruzada.

- ✓ **Sacude el espacio y barre o aspira el piso.**

Cuando sacudas, hazlo de arriba hacia abajo para asegurarte de que no haya rastros visibles de suciedad. Barre todos los pisos de superficie dura y aspira las alfombras.

- ✓ **Limpia todas las superficies duras con jabón y agua**

Limpia todas las superficies para eliminar la suciedad, la grasa, el polvo y los gérmenes. Las superficies duras incluyen las barras de cocina, mesas, fregaderos, gabinetes y pisos. Al trapear, comienza desde el fondo y hacia el frente de la habitación, luego tira el agua en un fregadero que aún no se haya limpiado.

PASO 3: HIGIENIZA LAS ÁREAS DE CONTACTO FRECUENTE, ELECTRODOMÉSTICOS Y APARATOS ELECTRÓNICOS

- ✓ **Una vez que una superficie dura esté limpia, rocíala con desinfectante**

Concéntrate en higienizar todas las superficies que se tocan con frecuencia en el espacio (como las perillas de las puertas e interruptores de luz), así como las superficies que pudieran haber estado en contacto con las sábanas sucias (por ejemplo, el suelo). Asegúrate de higienizar los aparatos electrónicos según las instrucciones de limpieza del fabricante.

- ✓ **Deja reposar el desinfectante durante el tiempo especificado.**

La etiqueta del producto especifica el tiempo de contacto necesario con el líquido para que los productos químicos desinfecten una superficie de manera eficaz. Esto le da tiempo a los productos químicos para matar la mayor cantidad de gérmenes posible

- ✓ **Permite que se seque**

Si secas la superficie antes del tiempo de contacto indicado, no hay garantía de que el producto haya eliminado los patógenos que menciona la etiqueta. Siempre que sea posible, deja que la superficie se seque al aire.

PASO 4: VERIFICA

- ✓ **Consulta las instrucciones para cada habitación**

sigue la lista de verificación de cada habitación para garantizar que se hayan limpiado e higienizado correctamente.

- ✓ **Asegúrate de haber higienizado todas las superficies de contacto frecuente.**

si hay algo que hayas pasado por alto, corrígelo.

PASO 5: RESTABLECE LA HABITACIÓN PARA EL PRÓXIMO HUÉSPED Y REPÓN LOS PRODUCTOS QUE HAYAS GASTADO.

- ✓ **Desecha y lava tus artículos de limpieza**

Tira a la basura los productos desechables como toallitas desinfectantes. Lava los paños a la temperatura máxima adecuada para el material.

- ✓ **Vacía y desinfecta la aspiradora después de cada limpieza**

Asegúrate de desinfectar cualquier otra herramienta de limpieza que se haya utilizado

- ✓ **Retira de forma segura cualquier equipo de limpieza cuando hayas terminado de limpiar**

Desecha o lava todo el equipo de protección de acuerdo con sus indicaciones de uso.

- ✓ **Lávate las manos al menos durante 20 segundos con agua tibia y jabón**

Si no es posible, usa un desinfectante de manos con al menos 60 % de alcohol

- ✓ **Proporciona artículos de limpieza para tus huéspedes**

Algunos huéspedes nos han comentado que les gustaría limpiar el lugar por su cuenta durante su estadía. Para permitir que tus huéspedes limpien, deja a la vista los productos que puedan utilizar, como toallas de papel, guantes desechables, spray o toallitas desinfectantes y jabón de manos extra

- ✓ **Vuelve a surtir los artículos de limpieza**

Asegúrate de tomarte unos minutos para consultar las fechas de caducidad y volver a surtir los productos que hayas utilizado, así podrás tenerlo todo listo para la próxima rotación.

- ✓ **Estudia visualmente cada habitación para asegurarte de que el espacio esté listo para el próximo huésped**

Imagina que eres un huésped que ingresa al alojamiento por primera vez.

4. LISTAS DE CHEQUEO

PRODUCTOS QUE DEBES TENER A LA MANO

Comienza por juntar todos los artículos que necesitas para limpiar, higienizar y que deben estar presentes en el lugar.

LISTA DE CHEQUEO DE EPP			
OBJETO	SI	NO	N/T
Guantes			
Mascarilla o cubrebocas			
Lentes de seguridad o careta			
traje anti fluido			
Cubiertas para zapatos			

LISTA DE CHEQUEO DE ELEMENTOS DE LIMPIEZA			
OBJETO	SI	NO	N/T
Escoba o mopa limpiadora			
Cubeta o Balde			
Plumero y libreta			
Recogedor			
Papel de cocina			
Esponjas			
Cepillo de limpiar paredes			
Cepillo para inodoro			
Bolsas para basura			
Mopa			
Trapeador			
bomba de desinfección			
Lavaplatos			

LISTA DE CHEQUEO DE PRODUCTOS DE LIMPIEZA			
OBJETO	SI	NO	N/T
Limpiador multiusos			
Desinfectante multiusos			
Limpia vidrios			
Cloro			
Limpiador de pisos			
Cera para pisos y muebles			
Desengrasante de hornos			

5. CONSEJOS PARA AYUDARTE A REDUCIR EL RIESGO DE CONTAMINACIÓN CRUZADA

Es importante que encuentres el proceso de limpieza que mejor funcione para tu espacio y tu equipo de limpieza. Mientras te pones al día, te presentamos algunos consejos y técnicas para ayudarte a protegerte de la contaminación y crear el flujo de trabajo más eficiente.

Limpiamos primero los espacios más sucios

Dedica más tiempo a limpiar las áreas más propensas a gérmenes y bacterias. Es decir, comienza con el baño y la cocina antes de pasar al resto del espacio. Te recomendamos limpiar en el siguiente orden:

1. Baño
2. Cocina
3. Habitaciones
4. Áreas comunes (p. ej.: sala, comedor, oficina)
5. Áreas exteriores
6. Entrada principal

Cierra la puerta después de higienizar una habitación

Cuando termines de higienizar la habitación y haya quedado lista, cierra la puerta y desinfecta el pomo. Esto les indica a ti y a cualquier miembro de tu equipo de limpieza que la habitación está terminada. Después de higienizar un espacio, no vuelvas a entrar.

Cambia tu equipo de protección después de cada paso

Cada vez que pases de limpiar a higienizar, asegúrate de cambiar tus guantes y cualquier equipo que pudiera haber sido contaminado.

Termina con la entrada principal

Completa los espacios interiores y exteriores antes de desinfectar la entrada. Cuando terminas tu proceso de limpieza en la entrada principal, significa que puedes cerrar y salir a medida que vas limpiando.

6. PROCESO DEL BAÑO

COMO LIMPIAR EL BAÑO

Quita la ropa de cama sucia, las toallas y la cortina de la regadera y lávalas a la temperatura máxima recomendada por el fabricante

Vacía los basureros y los contenedores de reciclaje, luego coloca bolsas de basura nuevas en los botes vacíos

Rocía el inodoro, la regadera, la tina y el lavabo con un limpiador multiusos y déjalo reposar durante el tiempo Especificado en la etiqueta. Asegúrate de limpiar lo siguiente:

- El interior del inodoro, el asiento y las bisagras del asiento. Baja el asiento del inodoro mientras reposa el líquido limpiador.
- Las superficies y paredes de la regadera o tina
- Cualquier superficie con azulejos
- El lavabo, las llaves y la pared posterior

Limpia el inodoro:

- Talla el interior del inodoro y asegúrate de que se haya eliminado cualquier suciedad

Limpia el cepillo del inodoro:

- Asegura el mango del cepillo entre el asiento ya limpio y el inodoro de modo que quede sobre la taza y Vierte cloro sobre las cerdas
- Espera unos minutos y luego enjuágalo con una jarra de agua limpia

Limpia el cepillo del inodoro:

- Llena el contenedor del cepillo con agua tibia y jabón y déjalo reposar unos minutos
- Tira el agua sucia al inodoro y jala la cadena

Limpia las paredes de la regadera o el interior de la tina:

- Talla las superficies con un cepillo
- Enjuaga las superficies y sécalas con un paño de microfibra

Limpia el lavabo:

- Usa el cepillo, talla el lavabo, las llaves y la pared posterior para desprender cualquier suciedad Acumulada
- Deja correr el agua caliente por el desagüe y enjuaga el lavabo durante unos minutos
- Limpia los grifos con un paño de microfibra entre los espacios pequeños, luego limpia la pared posterior.

- Una vez que toda el agua se haya drenado, limpia el lavabo con un paño de microfibra limpio
- Pon los paños de microfibra con la ropa para desinfectar y no los utilices para limpiar nada más

Limpia todas las áreas con azulejo:

- Limpia con un paño de microfibra de arriba hacia abajo
- Presta especial atención a los espacios entre los azulejos

Limpia todas las superficies restantes del baño

- Utiliza un paño de microfibra y un limpiador multiusos para limpiar todas las superficies restantes del baño y asegúrate siempre de hacerlo de arriba a abajo
- Utiliza un plumero extensible para sacudir las áreas de difícil acceso como los estantes altos, alféizares de ventanas y el espacio detrás de los radiadores

Barre o aspira el piso para eliminar cualquier pelo y residuos, comenzando en la esquina más lejana de la habitación y avanzando hacia la puerta

Limpia los espejos y vidrios con un limpiavidrios y un paño de microfibra

COMO HIGIENIZAR EL BAÑO

Utiliza un desinfectante multiusos, rocía las superficies de contacto frecuente y deja que se sequen al aire. Asegúrate de higienizar lo siguiente:

- Perillas y manijas de las puertas
- Interruptores de luz
- Pileta, bañera y grifería de la ducha
- El lavabo
- Manija, asiento y superficie del inodoro
- Mesones
- Gabinetes
- Estanterías
- Manijas y alféizares de las ventanas
- Persianas
- Barandales
- Basureros

COMO VERIFICAR LIMPIEZA DEL BAÑO

Asegúrate de completar todas las tareas anteriores

Verifica que las luces y los aparatos electrónicos funcionen correctamente

Asegúrate de que todos los filtros de aire o clima artificial se hayan reemplazado según la recomendación del fabricante.

COMO RESTABLECER O CAMBIAR PRODUCTOS DEL BAÑO

Lávate las manos y ponte un par de guantes limpios, luego haz lo siguiente:

- Cuelga las cortinas interior y exterior de la regadera y extiéndelas para que puedan secarse correctamente
- Cambia los rollos de papel de baño, los productos para los huéspedes y pon toallas limpias
- Cambia o vuelve a llenar cualquier artículo de cortesía (por ejemplo, shampoo, acondicionador, jabón de manos, jabón de baño) para el siguiente huésped
- Apaga todas las luces y dispositivos
- Al salir, cierra las ventanas, arregla las cortinas y persianas, apaga las luces y cierra la puerta detrás de ti

7. PROCESO DE LA HABITACION

LIMPIEZA DE LA HABITACION

Vacía los basureros y los contenedores de reciclaje, luego coloca bolsas de basura nuevas en los botes vacíos

Retira los siguientes artículos y lávalos a la temperatura máxima recomendada por el fabricante:

- Toallas
- Sábanas
- Fundas para edredón
- Cobijas
- Fundas de almohadas y cubiertas protectoras

Desempolva todas las superficies con un paño de microfibra y un limpiador multiusos

Utiliza un plumero extensible para sacudir las áreas de difícil acceso como los estantes altos, alféizares de Ventanas y el espacio detrás de los radiadores

Retira la cama de la pared y aspira todas las áreas alfombradas, incluso detrás y debajo de la cama (SI HAY ALFOMBRA)

Barre todas las áreas sin alfombra con una escoba y un recogedor, incluso detrás y debajo de la cama

Trapea todas las áreas sin alfombras prestando especial atención a las esquinas y el área detrás de las puertas

Limpia los aparatos electrónicos con un paño de microfibra húmedo, siguiendo las pautas del fabricante

Utiliza cera para muebles según sea necesario en las siguientes superficies:

- Mesitas de noche
- Sillas
- Percheros

Rocía el limpiacristales en una toalla de microfibra nueva y limpia todos los vidrios, espejos y ventanas de arriba abajo

COMO HIGIENIZAR LA HABITACION

Utiliza un desinfectante multiusos, rocía las superficies de contacto frecuente y deja que se sequen al aire.

Asegúrate de higienizar lo siguiente:

- Control remoto de la televisión
- Botones de la televisión
- Teléfono
- Interruptores de luz
- Perillas de las puertas
- Mesitas de noche
- Aparatos electrónicos
- Percheros (si se tiene)
- Ganchos para la ropa
- Roperos y cajoneras
- Manijas y alféizares de las ventanas
- Persianas

Y al finalizar utilizar la pistola de aspersion y en toda la habitación y salir de esta.

COMO VERIFICAR LIMPIEZA DE LA HABITACION

Asegúrate de completar todas las tareas anteriores con la lista de chequeo

Verifica que las luces y los aparatos electrónicos funcionen correctamente y que no se te olvide ningún implemento dentro de la habitación.

COMO RESTABLECER O CAMBIAR PRODUCTOS DENTRO DE LA HABITACION

Lávate las manos y ponte un par de guantes limpios, luego haz lo siguiente:

- Tiende la cama con sábanas, fundas de almohada y un edredón limpios y frescos
- Cambia o vuelve a llenar los artículos de cortesía para el siguiente huésped
- Apaga todas las luces y dispositivos
- Cierra las ventanas, arregla las cortinas y persianas y cierra la puerta detrás de ti.

8. PROCESO DE ZONAS COMUNES

COMO SE LIMPIAN LAS ZONAS COMUNES

Vacía los basureros y los contenedores de reciclaje, luego coloca bolsas de basura nuevas en los botes vacíos , Retira los siguientes artículos y lávalos a la temperatura máxima recomendada por el fabricante:

- Fundas de cojines
- Cobijas
- Mantelería y servilletería
- Cortinas

Retira todos los objetos de las superficies de mesas y estanterías, como adornos, lámparas o servicios de mesa. Comenzando desde el estante más alto, limpia con un paño de microfibra todos los estantes, Superficies y artículos de izquierda a derecha.

- Televisión
- Bocinas
- Lámparas
- Consolas de videojuegos
- Estantes
- Gabinetes
- Cuadros o fotos de las paredes

Utiliza una solución de agua y detergente para limpiar lo siguiente:

- Paredes
- Rodapiés
- Mesitas y muebles

Aspira:

- Sofás, sillas y otros asientos
- Alfombras y tapetes

Si hay alguna mancha:

- Utiliza un paño de microfibra, un cepillo de cerdas y un quitamanchas para limpiar las manchas de la alfombra
- Elimina suavemente las manchas de tapicería con una solución de agua y detergente

Trapea el piso y rocía el limpiacristales en una toalla de microfibra nueva y limpia todos los vidrios, espejos y ventanas de arriba abajo

COMO HIGIENIZAR ZONAS COMUNES

Utiliza un desinfectante multiusos, rocía las superficies de contacto frecuente y deja que se sequen al aire.

Asegúrate de higienizar lo siguiente:

- Perillas de las puertas
- Pomos de gabinetes
- Cadenas de ventiladores y lámparas
- Persianas
- Llaves
- Interruptores de luz
- Barandales
- Controles remotos
- Superficies de mesas
- Termostatos
- Alféizares de las ventanas
- Cadenas de ventiladores y lámparas
- Persianas
- Basureros y contenedores de reciclaje
- Aparatos electrónicos
- Cubiertas de libros
- Tu libro de bienvenida de
- Teclados inteligentes (si aplica)

COMO VERIFICAR LA LIMPIEZA DE ZONAS COMUNES

Asegúrate de completar todas las tareas anteriores con la lista de chequeo

Verifica que las luces y los aparatos electrónicos funcionen correctamente

Asegúrate de que todos los filtros de aire o clima artificial se hayan reemplazado o limpiado según la recomendación Del fabricante

COMO RESTABLECER O CAMBIAR PRODUCTOS EN LAS ZONAS COMUNES

Lávate las manos y ponte un par de guantes limpios, luego haz lo siguiente:

- Vuelve a acomodar los objetos que hayas movido durante la limpieza
- Vuelve a poner todos los artículos recién lavados, como cojines, cobijas y cortinas
- Deja artículos de limpieza que los huéspedes puedan utilizar durante su estadía, como:
 - Toallas de papel en los baños comunes
 - Desinfectante antibacterial para manos
 - Jabón extra para manos en baños
- Apaga todas las luces y dispositivos que no se tengan que usar
- Cierra las ventanas, arregla las cortinas y persianas de lugares que tengas que hacerlo.

9. PROCESO DE LA FACHADA Y ENTRADA

COMO LIMPIAR LA FACHADA Y ENTRADA

Sacude el tapete para eliminar el polvo y cualquier rastro de suciedad Utiliza un paño de microfibra o un plumero el polvo de las siguientes superficies:

- Las partes superior y laterales de los muebles
- La puerta de entrada y sus bisagras Utiliza una solución detergente y un paño de microfibra y haz lo siguiente:
 - Limpia las paredes y cualquier superficie del techo con suciedad visible, luego deja que se seque al aire

Limpia las alfombras y tapetes Barre las siguientes áreas:

- Umbral de la puerta
- Grietas
- Rodapiés

Aspira:

- Sofás, sillas y otros asientos
- Alfombras y tapetes

Trapea los pisos

Limpia las ventanas con un limpia cristales

COMO HIGIENIZAR LA FACHADA Y LA ENTRADA

Utiliza un desinfectante multiusos, rocía las superficies de contacto frecuente y deja que se sequen al aire.

Asegúrate de higienizar lo siguiente:

- Timbre
- Perillas de las puertas
- Teclados de acceso
- Pasamanos
- Interruptores de luz
- Persianas

COMO VERIFICAR LA LIMPIEZA DE LA FACHACHADA Y LA ENTRRADA

Asegúrate de completar todas las tareas anteriores con la lista de chequeo y Revisa que la puerta y los cerrojos abran y cierren fácilmente.

Si tienes cerradura con teclado, comprueba que está limpia y en buenas condiciones

Verifica que las luces funcionen correctamente

Lávate las manos y ponte un par de guantes limpios, luego cierra la puerta detrás de ti

**Da un paso atrás y admira tu esfuerzo.
¡Todo listo!**