



**Nafarroako Gobernua**  
**Gobierno de Navarra**

Centro de Recursos de Educación Especial de Navarra CREENA  
Nafarroako Hezkuntza Bereziko Baliabide Zentroa NHBBZ  
c/Tajonar-Taxoare kalea, 14 B – 31006 PAMPLONA-IRUÑA  
Tfno.848 43 12 30 – FAX 848 43 12 50  
<http://creena.educacion.navarra.es/>  
[creena@educacion.navarra.es](mailto:creena@educacion.navarra.es)



## TEMA 3: LIMPIEZA DE INTERIORES Y EXTERIORES

© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe.  
Más información en <http://www.easy-toread.eu/es/>



Este obra está bajo una [licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

<b>INDICE DE CONTENIDOS</b>	
	<b>Página</b>
<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>3</b>
<b>LIMPIEZA DE INTERIORES DE EDIFICIOS.....</b>	<b>5</b>
• Limpieza, higiene y desinfección.....	6
• Útiles de limpieza de edificios.....	7
• Limpieza de suelos y cristales.....	14
• Limpieza de muebles y despachos.....	23
• Limpieza de habitaciones.....	29
• Limpieza de baños .....	35
• Seguridad y riesgos laborales en limpieza de interiores..	40
<b>LIMPIEZA DE EXTERIORES.....</b>	<b>48</b>
• Útiles y productos de limpieza.....	50
• Barrer.....	55
• Papeleras y otras limpiezas.....	59
• Recogida de basuras.....	61
• Seguridad y riesgos laborales en limpieza exteriores.....	67

## INTRODUCCIÓN

## INTRODUCCIÓN

Este tema trata sobre limpieza.

Limpiar es un trabajo muy importante.

Este tema trata de la limpieza de edificios  
y de la limpieza de zonas exteriores de los edificios.



Limpiar dentro de los edificios  
es limpiar los despachos,  
los baños, las habitaciones  
y los pasillos.



Limpieza de exteriores  
es limpiar las aceras  
y las calles que rodean un edificio.  
También es recoger las basuras  
y cuidar los jardines y el césped.

Para todo el trabajo de limpieza  
se necesitan unos **utensilios y unos productos de limpieza.**

En el trabajo de limpieza hay unos peligros.  
Es importante conocer estos peligros para no tener accidentes.

## **LA LIMPIEZA DE INTERIORES DE EDIFICIOS:**

- **Limpieza higiene y desinfección**

## • Limpieza higiene y desinfección

### ¿Qué es limpiar?



Limpiar es algo muy importante  
Limpiar es quitar la suciedad.  
La suciedad puede provocar  
problemas de salud en las personas.

Hay diferentes lugares para limpiar.  
Cada lugar se limpia de una manera.  
Por ejemplo, limpiar un supermercado es diferente  
a limpiar un colegio o una residencia de ancianos.

Limpiar colegios y residencias de ancianos  
sirve para mantener las paredes, los suelos, los muebles  
y los aparatos, en buen estado.  
Limpiar también sirve para que no enfermen las personas.  
Este tipo de limpieza  
está relacionada con la desinfección.

La limpieza y la **desinfección\***  
son la mejor manera  
de luchar contra las enfermedades.  
La desinfección de superficies  
acaba con las infecciones.

**\*desinfección:** destrucción  
de los gérmenes que causan  
infecciones o enfermedades.  
Ejemplo: limpiar con lejía  
desinfecta el baño.

## **LA LIMPIEZA DE INTERIORES DE EDIFICIOS:**

- **Útiles de limpieza de edificios**

## • Útiles de limpieza

La persona que trabaja en limpieza necesita la ayuda de **útiles\*** para hacer su trabajo.

Hay útiles muy diferentes que sirven para limpiar edificios.

**\*útiles:** son las cosas que utilizamos para hacer bien el trabajo.

Los útiles que más se utilizan son:



### Estropajos

Los estropajos pueden ser de diferentes materiales

Los estropajos sirven para despegar la suciedad.

Los estropajos se usan para limpiar a mano suelos y **sanitarios\***.

**\*sanitarios:** aparatos del baño, como lavabo,



### Lana de acero

Está hecha de aluminio.  
Sirve para rascar algunos suelos.





**Bayetas multiusos**

Sirven para limpiar y secar aparatos y muebles.



**Bayeta de tela sin tejer**

Estas bayetas hay que mojarlas con agua o con una mezcla de agua y detergente neutro.



**Bayeta ecológica**

Es la bayeta que ya está preparada para limpiar.



**Gamuza sintética**

Limpia cualquier superficie. Esta bayeta recoge mucha agua

10

Para mantener las bayetas en buen estado hay que lavarlas con detergente neutro, después aclararlas y dejar que se sequen.



### **Mopa seca**

La mopa seca se utiliza para limpiar el polvo de los suelos.

La mopa seca tiene un palo de aluminio y una pieza de metal.

En la pieza de metal, se ponen unos flecos de tela.

Los flecos de tela son los que limpian el suelo.

Los flecos de la mopa seca se pueden quitar y lavar muy fácil



### **Carro de la limpieza**

Estos carros sirven para llevar los útiles y los productos que necesitamos para limpiar.



### **Carro mopa industrial**

Este carro lleva un cubo.

También lleva una pieza donde poder escurrir.

El carro también tiene un palo con fregona de algodón o de tela sin tejer.

El carro mopa industrial sirve para fregar suelos.



### **Plumero**

El plumero sirve para quitar el polvo de cuadros, lámparas y adornos.



### **Escobas y cepillos**

Hay diferentes tipos de escobas y cepillos.

Se usan para arrastrar y amontonar la basura.



### **Recogedor**

El recogedor sirve para recoger la basura.

El recogedor se limpia con agua y detergente neutro. Después de lavar el recogedor, hay que secarlo.

**La bolsas de basura** también son muy necesarias. La suciedad la recogemos en las bolsas de basura.



### **Guantes**

Los guantes de látex se utilizan para proteger las manos de la suciedad. Los guantes de vinilo se usan para proteger las manos de detergentes ácidos.



### **Contenedores, cubos y papeleras**

Sirven para recoger la basura. Hay diferentes tipos de contenedores según la basura que se recoja.

## Útiles para limpiar cristales



### Rasca vidrios

Sirve para quitar suciedad que está muy pegada en el cristal.

### Mojador de cristales

Sirve para mojar el cristal con agua y jabón

### Rastrillo limpiacristales

Sirve para quitar el agua del cristal.



### Hay productos

### que nos ayudan a limpiar.

Los productos que más se usan en limpieza son:

- Los detergentes
- La lejía



### **LA LIMPIEZA DE INTERIORES DE EDIFICIOS:**

- **Limpieza de suelos y cristales**

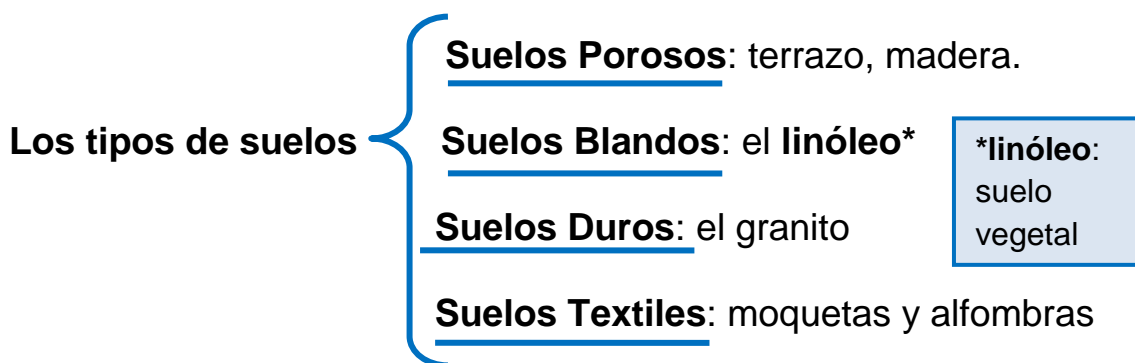
## • Limpieza de suelos y cristales

Un apartado muy importante de la limpieza en edificios es la limpieza del suelo.

En los edificios hay diferentes tipos de suelos.

Cada suelo se limpia de una manera.

En el siguiente esquema puedes ver los tipos de suelos:



### Suelos Porosos

Los suelos porosos son duros, fríos y resistentes.

Estos son los algunos suelos porosos:



**Este es un suelo de terrazo.**

El suelo de terrazo resiste muy bien los productos de limpieza.



**Este es un suelo de madera**

El mayor enemigo de la madera es el agua.

### Los suelos blandos

Estos suelos cada día se colocan más.

Un tipo de suelo blando es **el suelo de linóleo.**

El suelo de linóleo se usa mucho en residencias, hospitales y colegios.



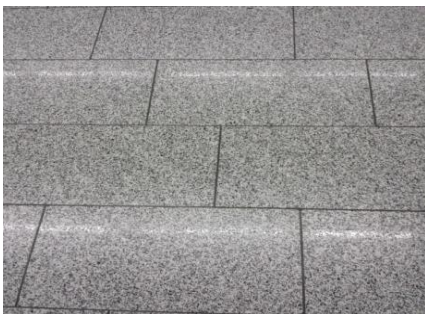
Este pasillo tiene **suelo de linóleo.**

El suelo de linóleo es bueno para evitar enfermedades.

El suelo de linóleo es un suelo que protege del frío y del calor.

Algunos productos de limpieza pueden estropear el suelo de linóleo por ejemplo el amoníaco.

### Los suelos duros



Este es **un suelo de granito**

Estos suelos son duros, muy resistentes, impermeables y fríos.

### Los suelos textiles



**Los suelos textiles**

Los suelos textiles son de tela, por ejemplo las alfombras y las moquetas son suelos textiles.



## ¿Con qué productos se limpian los suelos?

El producto de limpieza más utilizado es el agua.

Muchas veces el agua no puede limpiar toda la suciedad.

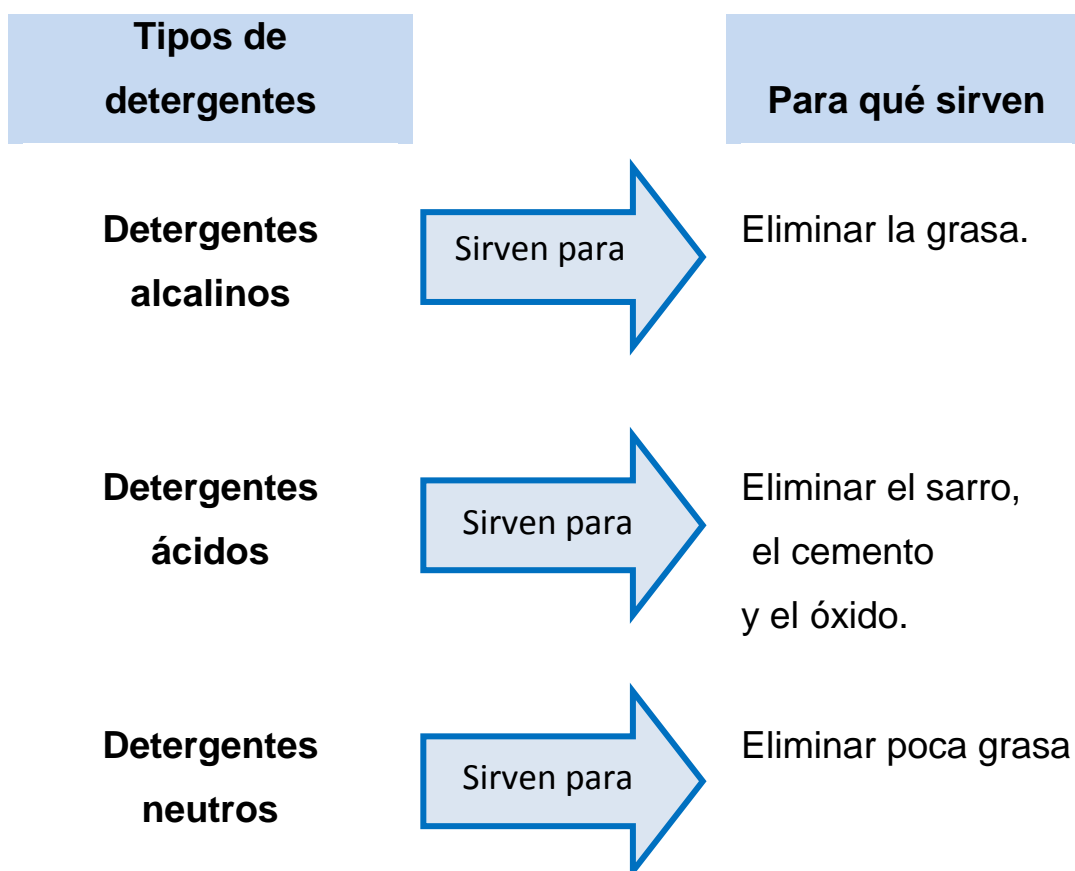
Entonces utilizamos los **productos de limpieza**.



Los productos de limpieza se usan siguiendo las instrucciones del fabricante. Los productos de limpieza también se usan como diga el encargado de limpieza

**Los detergentes son un tipo de productos de limpieza.**

Los detergentes siempre se mezclan con agua



## Los desinfectantes son otro tipo de productos de limpieza.

Los productos desinfectantes sirven para eliminar los gérmenes.

Los desinfectantes sólo funcionan si los dejas actuar durante 5 minutos o más.



El desinfectante que más se utiliza es la **lejía**.

Antes de usar la lejía tienes que limpiar con detergente neutro.

Lejía y detergentes no se pueden mezclar.

La lejía hay que guardarla siempre tapada y alejada del calor.

La lejía es **corrosiva\***.

y hay que tener cuidado al manejarla.

La lejía es **tóxica\***,

La lejía no se puede mezclar

nunca con otros productos.

**\*corrosiva:** que puede desgastar o destruir una cosa

**\*tóxica:** venenosa, que puede hacer daño a las personas

## ¿Cómo limpiamos los suelos?

En el trabajo de limpieza

es importante estar seguros de que los suelos quedan limpios.

Para limpiar los suelos vamos a utilizar dos formas:

- Una forma de limpiar los suelos es el **barrido húmedo**.
- Otra forma de limpiar los suelos es el **fregado con mopa**.

Para hacer bien estos trabajos, primero tenemos que aprender.

## ¿Cómo limpiar los suelos con barrido húmedo?

El barrido húmedo sirve para quitar el polvo del suelo.



El barrido húmedo se hace con este tipo de **mopa** que se llama **mop-sec**.

Hay mopas de diferentes tamaños.

La mopa pequeña suele medir 55 centímetros.

La mopa pequeña se usa para limpiar una habitación y también un despacho pequeño.

La mopa grande puede medir hasta 1 metro y medio.

La mopa grande se usa para limpiar pasillos o salas grandes.

### ¿Cómo se usa esta mopa?

Primero se echa producto **capta-polvo\*** en los flecos de la mopa, diez minutos antes de usarla.

\***capta-polvo**: quiere decir que atrapa muy fácil el polvo.

Después pasas la mopa por los suelos que vayas a limpiar.

También puedes poner un trapo húmedo sobre los flecos y limpias de la misma forma.

Cuando terminas, quitas el trapo y lo echas a lavar.

Para mantener la mopa en buen estado, hay que lavar los flecos.

## ¿Cómo fregar los suelos?

Para fregar los suelos necesitas un carro de fregona industrial.



Este es el carro de fregona industrial. Primero preparas el agua con el detergente que vayas a usar.



Después mojas la mopa en el cubo y apoyas los flecos en la prensa para escurrirla. Después escurres la mopa en la prensa para escurrir.

Luego fiegas el suelo de derecha a izquierda y después de izquierda a derecha, en forma horizontal.

Cuando la mopa se ensucia, la limpias en el cubo y vuelves a empezar.

## ¿Cómo aspiramos los suelos de moqueta o alfombras?

Para aspirar los suelos de moqueta, necesitas una máquina aspiradora .



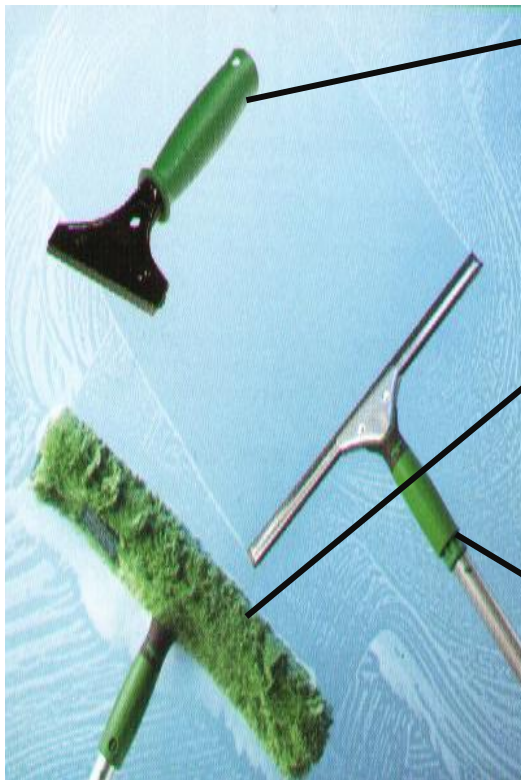
Esta es una máquina **aspiradora**.  
La máquina aspiradora  
es un aparato eléctrico.

Para aspirar el suelo de moqueta,  
primero asegurarse de que el aspirador aspira bien.  
Luego empiezas a aspirar por los sitios más sucios.  
Después avanzas aspirando  
moviendo la **boquilla\***  
hacia delante y hacia atrás.

**\*boquilla:** es la pieza del  
aspirador que se desliza  
por el suelo.

### ¿Cómo limpiamos los cristales interiores?

Recuerda los utensilios para limpiar cristales.



#### **Rasca vidrios**

Sirve para quitar suciedad  
que está muy pegada en el  
cristal.

#### **Mojador de cristales**

Sirve para mojar el cristal  
con agua y jabón.

#### **Rastrillo limpiacristales**

Sirve para quitar el agua  
del cristal.

Para limpiar los cristales también necesitamos:

- 1 cubo con agua.
- Detergente neutro.
- Mojador.
- Rastrillo.
- **Gamuza** \* para cristales.

**\*Gamuza:** trapo de tela suave.

Pasos para limpiar los cristales:

1. Primero mojas el cristal.
2. Después llevas el rastrillo de arriba abajo.
3. Luego llevas el rastrillo de derecha a izquierda después de izquierda a derecha.
4. Cuando llegas a la parte de abajo del cristal, secas las marcas del agua del cristal y los marcos con una gamuza.



**LA LIMPIEZA DE INTERIORES DE EDIFICIOS:**

- Limpieza de muebles y despachos

## • Limpieza de muebles y despachos



La limpieza de los despachos es diferente a la limpieza de otros espacios.

En los despachos hay ordenadores, teclados y teléfonos. Estos aparatos se limpian de manera más cuidadosa y con unas técnicas especiales.

### El material que necesitas para la limpieza de despachos es:

- Un carro de limpieza con bolsa de basura.
- Bayeta para muebles que se lavan.
- Bayeta para muebles que no se lavan.
- Estropajos.
- Guantes.
- También necesitas solución de detergente neutro o multiusos, con **pulverizador\***.
- Producto capta-polvo.
- Dos cubos pequeños para aclarar las bayetas.
- Dos mop-sec.  
Uno pequeño para barrer entre muebles.  
y otro mayor para barrer pasillos.

**\*pulverizador:** bote que sirve para echar líquido en gotas finas





- Un recogedor y una escoba para basura.
- Un carro mopa para fregar suelos.

### Instrucciones para limpiar un despacho:

1. Vaciar papeleras y ceniceros.

2. Limpiar los muebles de madera.

Los muebles de madera se limpian con una bayeta que no deje pelusas. tienes que echar producto para el polvo diez minutos antes de usarla.

3. El resto de muebles se limpian

con una bayeta de tela sin tejer, humedecida en detergente multiusos.

Después se secan para que no quede nada mojado.

4. Las sillas de cuero.



Las sillas de cuero se limpian con bayeta de polvo con producto capta-polvo. Tienes que echar el producto 10 minutos antes de su uso. 4 veces al año se da una crema incolora con una bayeta y después se saca el brillo.

### 5. Las **puertas lavables\***

se limpian con bayeta  
y solución de detergente neutro.

Las puertas de madera se limpian  
con bayeta de polvo impregnada de producto capta polvo.  
Tienes que echar el producto  
10 minutos antes de su uso.

**\*puertas lavables:**  
son las puertas que  
no son de madera.

### **Instrucciones para limpiar el material informático**

El material informático son los ordenadores, teclados y fax.

Hay dos cosas muy importantes

que tienes que saber al limpiar el material informático:

1. Los ordenadores, fax, teléfonos,  
solo se limpian cuando están apagados y desconectados.
2. Nunca mojes estos aparatos,  
si se mete agua dentro, se estropean.



Este es un tipo de ordenador  
que suele haber en los despachos.  
Los ordenadores se limpian  
con una bayeta de tela sin tejer,  
impregnada de solución  
de detergente neutro.  
Después secas el ordenador.

**La pantalla de ordenador** se limpia

con una bayeta impregnada en producto especial para pantallas.

En la limpieza de despachos,  
también hay que limpiar el **teclado del ordenador**.



Para limpiar el polvo del teclado,  
lo coges y le das la vuelta.  
Después sacudes el teclado  
de forma suave,  
para que el polvo se caiga.  
Después pasa una bayeta  
humedecida en solución  
de detergente neutro.  
Para terminar, secar el teclado  
con un trapo seco.

Otro aparato que hay en los despachos es **el fax**.



El fax se limpia con una bayeta  
de tela sin tejer, impregnada  
de solución de detergente neutro.  
Después secar.

En los despachos también hay **teléfonos**.



Los teléfonos tienen que estar siempre bien limpios porque los acercamos a la boca.

Los teléfonos se limpian con un paño humedecido en solución de detergente húmedo.

La zona más importante para limpiar es la zona del micrófono.

La zona del micrófono puede transmitir gérmenes a las personas.

La zona del micrófono se limpia

con **solución de detergente desinfectante**.



## **LA LIMPIEZA DE INTERIORES DE EDIFICIOS:**

- **Limpieza de habitaciones**

## • Limpieza de habitaciones

### ¿Cómo se limpian las habitaciones?

Las habitaciones son salas muy importantes en los hospitales y en las residencias de ancianos.

Es la zona de uso **privado\*** de las personas.

**\*privado:** que es personal.



Esta es la habitación de una residencia.

Es muy importante que la persona que ocupa la habitación se sienta cómoda y segura.

Para que la persona se sienta bien en su habitación la habitación tiene que estar limpia.

La habitación se limpia

y se **desinfecta\*** todos los días

**\*desinfecta:** destruye la suciedad que puede causar enfermedades.

Antes de limpiar las habitaciones,

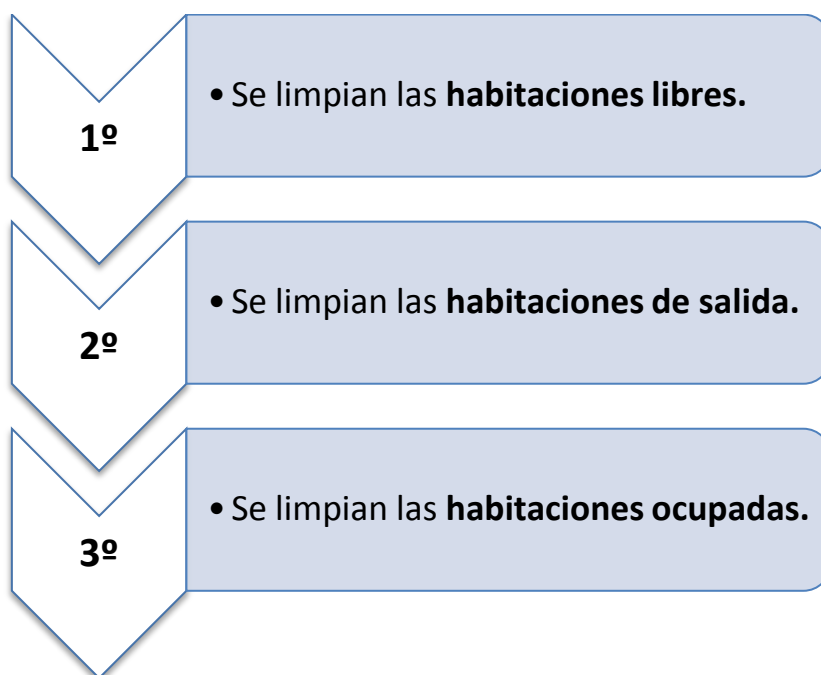
hay que limpiar la entrada, las escaleras y los pasillos.

Mientras se limpian la entrada, las escaleras y los pasillos las personas se levantan y salen de la habitación.

### Hay 3 tipos de habitaciones:

- **Habitación libre:** es la que no está ocupada por ninguna persona
- **Habitación ocupada:** es la que está ocupada por una o varias personas.
- **Habitación de salida:** es la que estaba ocupada y pasa a libre porque la persona se va.

Orden para limpiar las habitaciones de una planta,



### ¿Cuáles son los pasos para limpiar una habitación?

1-Abrir las ventanas para ventilar la habitación.

2-Abrir el grifo de la ducha todos los días durante 90 segundos.

3-Vaciar las papeleras.

**4-**Barrido húmedo del suelo del baño y de la habitación.

**5-**Coger una bayeta y mojarla en agua con detergente y desinfectante.

Limpiar el polvo de los muebles de la habitación.

**6-**Repasar los cristales.

**7-**Limpiar las puertas, los interruptores y los radiadores.

**8-**Quitar las manchas de paredes, puertas y ventanas.

**9-**Limpiar el cuarto de baño.

Para limpiar el baño se usan unas bayetas sólo para eso.



Hay que limpiar todos los elementos,

con producto detergente y desinfectante.

Después se limpian los azulejos de la pared y los espejos.

Al final rellenar los productos que se hayan acabado como el gel, el champú y el papel higiénico.

**10-**La limpieza de la habitación se acaba al fregar el suelo.

Para fregar el suelo de la habitación, empieza por el interior.

Lo último que se friega es la salida.



## ¿Cómo se hacen las camas de las habitaciones?

Primero retirar las sábanas usadas y colocarlas en los carros de ropa sucia.



Estos son los carros donde se mete la ropa sucia de las habitaciones.

Tener preparada la ropa limpia: sábana bajera, sábana encimera, funda de almohada, manta y colcha.

### Pasos para hacer una cama

- Colocar la sábana bajera bien estirada.
- Doblar las esquinas y meter la sábana por los lados del colchón.
- Colocar la sábana encimera doblada sobre la cama.
- Ir abriendo la encimera hacia los pies.
- Doblar las esquinas inferiores en **forma de mitra\***



**\*doblar en forma de mitra.**  
es una forma especial de doblar las esquinas de las sábanas.

- En la cabecera debe quedar un trozo de sábana para poder doblar sobre la manta.
- Colocar la manta estirada sobre la sábana.

- En la parte de arriba la manta tiene que quedar a unos 15 centímetros debajo del cabecero.
- En la parte de los pies se remete la manta en forma de mitra.
- Poner la colcha de encima de la manta.
- Poner la funda en la almohada.
- Poner la colcha sobre la cama y cubriendo la almohada.



Al terminar, bajar el carro de ropa sucia a la lavandería y vaciar los carros.  
Este es un carro de lavandería.  
En este carro poner la ropa sucia de las habitaciones.



### **LA LIMPIEZA DE INTERIORES DE EDIFICIOS:**

- **Limpieza de baños**

## • Limpieza de baños

La limpieza de los baños de un edificio es un trabajo muy importante.

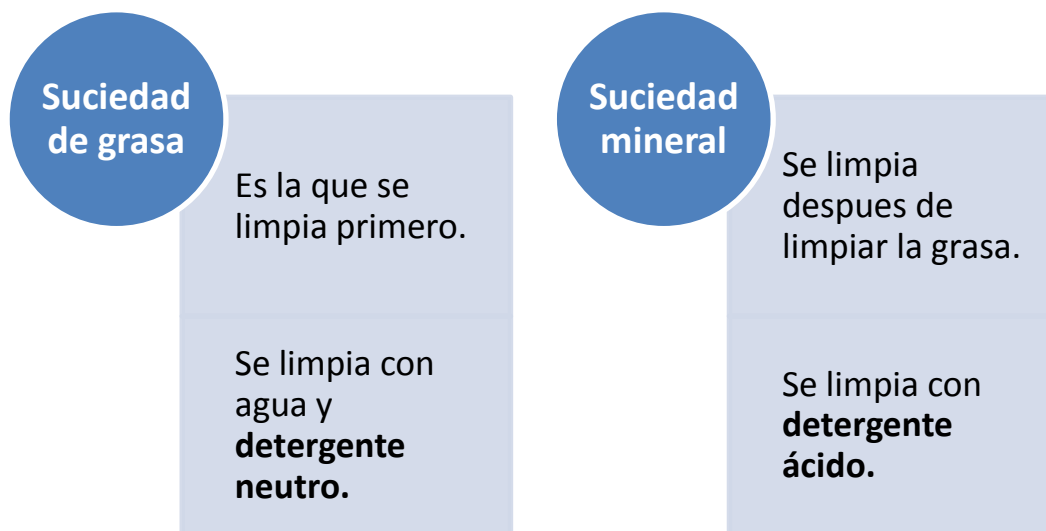
Es un trabajo que hay que hacer a diario, con mucha atención y cuidado.

En los baños hay dos tipos de suciedad.

Cada tipo de suciedad se limpia de una manera.

- Un tipo de suciedad es la grasa, del cuerpo humano.
- Otro tipo de suciedad es la mineral, como el sarro, el óxido.

### Tipo de suciedad y cómo se limpia



Después de limpiar se debe aplicar **lejía**.

Se usa lejía para dejar todo más blanco y sin gérmenes.



Para limpiar un baño completo hay que realizar muchas tareas.

### ¿Qué tareas hay que hacer para limpiar un baño?

- Limpiar paredes.
- Limpiar los urinarios.
- Limpiar los inodoros.
- Limpiar los lavabos.
- Limpiar los espejos.
- Llenar los depósitos de jabón, toallas, papel higiénico.
- Fregar con mopa y detergente neutro, y desinfectar si fuera necesario.

### ¿Qué material necesitamos para limpiar los baños?

- Un carrito para transportar los objetos de limpieza.
- Un carro mopa.
- Una bayeta universal
- Un estropajo
- Un par de guantes de goma.
- Espátula.
- Detergente neutro o ligeramente alcalino con pulverizador.
- Detergente ácido con pulverizador.
- Detergente desinfectante.

## ¿Cómo se limpian los baños?



Una tarea importante en la limpieza de baños es reponer el jabón y papel. También vaciar las papeleras.

## ¿Cómo limpiar el váter?



Foto de váter



Foto de urinario

- Para limpiar el váter y los urinarios hay que ponerse guantes de goma.
- Después vaciar la cisterna y frotar el interior con una escobilla.
- Rociar con solución de detergente neutro o desinfectante,

por dentro y por fuera del urinario y del váter.

Dejar actuar el detergente unos minutos.

- También rociar con detergente los azulejos que rodean el váter y los urinarios. Después frotar con solución limpiadora y estropajo.
- Por último, si tienen manchas de hierro óxido o cal, limpiar con un detergente ácido.

### ¿Cómo limpiar el lavabo y la grifería?



Foto de lavabo



Foto de grifo

- Rociar con solución de detergente desinfectante los lavabos, los grifos, los espejos
- También rociar los pomos de puertas.
- Frotar y secar con estropajo o bayeta el lavabo, espejo, grifería.
- Secar la grifería.
- Secar el espejo
- Fregar el suelo con carro con mopa y detergente neutro o un poco alcalino.

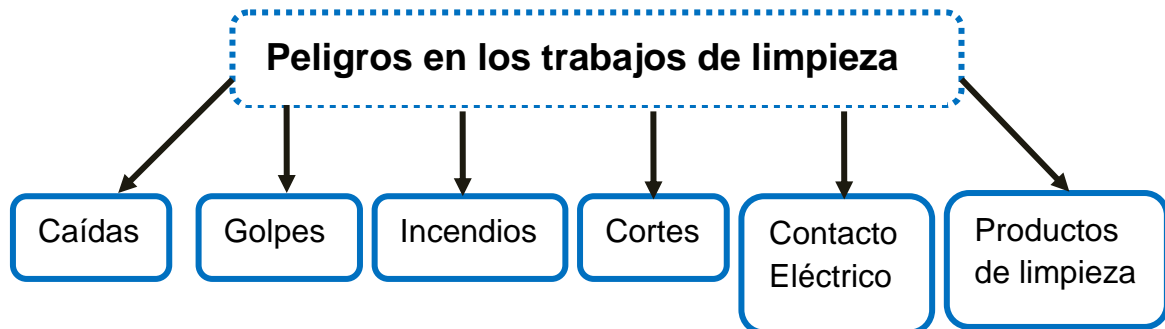
### **LA LIMPIEZA DE INTERIORES DE EDIFICIOS:**

- **Seguridad y riesgos laborales  
en limpieza de interiores**



- **Seguridad y riesgos laborales en limpieza de interiores**

En los trabajos de limpieza hay unos peligros:



Consejos para evitar estos peligros.

### Caídas



- No subas ni bajas las escaleras corriendo o saltando.
- Utiliza el **pasamanos** para subir o bajar escaleras.
- Deja libres las escaleras sin paquetes u objetos.
- Ten mucho cuidado si las escaleras están mojadas.
- Utiliza calzado cerrado con suela de goma.
- Limpia y seca el suelo si se cae algún líquido.
- Pon señales las zonas fregadas, sobre todo en pasillos y salas.

### Caída desde altura



- La escalera de mano de tijera se usa para la limpieza en altura.
- Al usar la escalera, asegúrate de que está bien extendida y bien apoyada en el suelo.
- También mira si la escalera tiene tacos de goma en sus patas.
- La escalera tiene que tener algo que evite que se abra.
- Para limpiar zonas altas no subas a sillas u otros muebles.
- Para subir por la escalera lleva las manos libres para poder agarrarte.

### Golpes contra muebles

- Ten cuidado para no golpearte con sillas, mesas y otros muebles.
- Los muebles no pueden ser un obstáculo en sitios de paso.
- Los cajones y puertas de los muebles tienen que estar cerrados.

### Peligro de incendio



- Las trabajadoras y trabajadores tienen que conocer el plan de emergencias y evacuación.
- Si hay un incendio hacer lo que ponga en el plan de emergencias y evacuación.

### Peligro de corte



- Utiliza cada utensilio para lo que sirve.
- Comprueba que las herramientas están en buen estado antes de usarlas.
- Tienes que mirar que está bien el mango y la parte que corta o raspa.
- Si alguna parte está rota díselo a tu responsable.
- Si algún útil está roto, díselo a tu responsable.
- No limpies los utensilios que cortan con la ropa.
- No llesves los utensilios que cortan en los bolsillos.
- Deja los utensilios que corten siempre en su sitio.

### Peligro por contacto eléctrico



- Ten cuidado que no salpique líquido a los aparatos eléctricos y a los equipos informáticos.
- No uses aparatos eléctricos con las manos húmedas o mojadas.
- Sécate las manos antes de usar aparatos eléctricos.
- Nunca pases la fregona mojada sobre cables o regletas.
- No utilices bayetas o paños empapados de agua para limpiar ordenadores, estufas o lámparas de mesa.

### Peligro por uso con productos de limpieza



- Algunos productos de limpieza pueden ser peligrosos para la salud de las personas.
- Algunos productos pueden dañar la piel.
- Otros productos de limpieza sueltan vapores que pueden hacer daño si los respiras.

Antes de utilizar un producto de limpieza lee la etiqueta.

Aquí puedes ver información que aparece en las etiquetas.

Estos dibujos te avisan del peligro de estos productos.



Inflamable

¿Qué quiere decir que un producto es inflamable?

¿Qué quiere decir este dibujo?

**Quiere decir que ese producto arde con facilidad.**



Comburente  
(Compuestos oxidantes)

¿Qué quiere decir que un producto es Comburente?

¿Qué quiere decir este dibujo?

**Quiere decir que este producto puede arder o quemarse.**



Gases a presión

¿Qué quiere decir que un producto es Gas a presión?

¿Qué quiere decir este dibujo?

**Quiere decir que ese bote tiene gas.**



Explosivo

¿Qué quiere decir que un producto es Explosivo?

¿Qué quiere decir este dibujo?

**Quiere decir que este producto puede explotar.**



Corrosivo

¿Qué quiere decir que un producto es corrosivo?

¿Qué quiere decir este dibujo?

**Quiere decir que este producto puede desgastar o destruir una cosa.**



Muy tóxico o tóxico  
(Efectos tóxicos agudos)

¿Qué quiere decir que un producto es muy tóxico?

¿Qué quiere decir este dibujo?

**Quiere decir que este producto puede ser venenoso.**



Irritante cutáneo,  
ocular o respiratorio.  
Nocivo,  
sensibilizante  
cutáneo

¿Qué quiere decir que un producto es irritante cutáneo, ocular o respiratorio. nocivo, sensibilizante cutáneo?

¿Qué quiere decir este dibujo?

**Quiere decir que el producto puede molestar en la piel, en los ojos o en la respiración.**



Cancerígeno,  
mutagénico o tóxico  
para la reproducción.  
Sensibilizante  
respiratorio

¿Qué quiere decir que un producto es cancerígeno, mutagénico o tóxico para la reproducción, sensibilizante respiratorio?

¿Qué quiere decir este dibujo?

**Quiere decir que ese producto puede causar enfermedad grave como el cáncer, dificultades en la respiración y puede causar problemas para tener hijos.**



Peligroso para el medio ambiente

¿Qué quiere decir que un producto es peligroso para el medio ambiente?

¿Qué quiere decir este dibujo?

**Quiere decir que este producto es peligroso para las plantas y los animales.**

**Peligro por contacto con productos de Limpieza**



- Nunca mezcles productos.
- Está prohibido comer, beber o fumar en las zonas de productos de limpieza.
- Nunca huelas productos.
- No toques teléfonos, interruptores de luz después de usar productos químicos.
- Lávate las manos antes de los descansos y al terminar el trabajo.
- No toques los productos de limpieza.
- Usa los guantes para manejar los productos de limpieza.
- Guarda los guantes en un sitio seco y con ventilación.
- Siempre que uses un producto sigue las instrucciones de la etiqueta.

### **LA LIMPIEZA DE EXTERIORES:**

- **Útiles y productos de limpieza**



## LIMPIEZA DE EXTERIORES

Mantener limpios los alrededores de los edificios es un trabajo muy importante.

Limpiar los alrededores de colegios y hospitales es importante para que las personas caminen seguras.



La limpieza de exteriores consiste en limpiar las aceras, calles, patios y jardines que rodean los edificios.



Una parte importante de la limpieza de exteriores es organizar la basura. También hay que reciclar y tirar la basura.

Hay diferentes maneras de realizar las tareas de limpieza fuera de los edificios.

También hay unos útiles que te ayudarán en el trabajo de limpiar los alrededores de los edificios.

- **Útiles y productos de limpieza**

Estos son algunos útiles del personal que limpia los alrededores de los edificios:



### **La escoba**

La escoba sirve para arrastrar y amontonar la suciedad que hay en las aceras, bordillos y calles.



### **El Cepillo**

El cepillo es más grande que la escoba. Se utiliza para barrer zonas más grandes que tengan hojas secas o polvo.



### **El Escobillo**

El Escobillo es un cepillo pequeño. El escobillo se usa para empujar hacia la pala la suciedad que has amontonado.



### **Máquina barredora mecánica**

La máquina barredora mecánica se usa para barrer cuando hay mucha suciedad. Por ejemplo en otoño que hay muchas hojas en el suelo.



### **Azadas**

La azada se usa para retirar hierbas que salen en las aceras.



### **Rastrillo**

El rastrillo se utiliza para retirar hierbas de los jardines.



### **Espátulas y rascadores**

Las espátulas y rascadores sirven para despegar suciedad que está pegada en el suelo, como chicles y caramelos.



### **Palas**

Las palas también se utilizan para recoger montones de basura.



### **Contenedor con ruedas**

El contenedor con ruedas se usa para echar la basura que recoges al barrer a mano. Se puede mover fácilmente porque tiene ruedas.



### Recogedor

El recogedor sirve para cargar la basura que has amontonado. Para cargar la basura en el recogedor utilizas el escobillo.



### La manguera

La manguera se utiliza para limpiar las calles aceras y patios con agua.



### Otros materiales: sal, serrín, arena

La sal, el serrín o la arena, se utilizan en situaciones especiales. Por ejemplo si va a nevar, se echa sal en las aceras para que no se forme hielo.

## Productos:

Hay productos que sirven para limpiar las calles y las aceras.

Los productos más utilizados en la limpieza de calles y aceras son:

- Los detergentes.
- Los desinfectantes.

### Los detergentes:



Los detergentes son jabones que sirven para limpiar la grasa. Los detergentes se usan con agua. Los detergentes se usan para fregar y limpiar los suelos junto con la manguera.

### Los desinfectantes



El desinfectante que más se usa es la lejía. La lejía se usa en la limpieza de calles. La lejía elimina virus y gérmenes de las calles.

### **LIMPIEZA DE EXTERIORES:**

- **Barrer**

- **Barrer**

La principal forma de limpiar las aceras o calles es barrer.

Barrer es arrastrar la suciedad y después retirarla.

Hay diferentes formas de barrer las calles.

Formas de barrer las calles

Barrer a mano.

Barrer con máquina.

¿Qué es barrer a mano?

Barrer a mano es arrastrar y amontonar

la suciedad y los residuos

que hay en aceras, bordillos y calles.



El barrido manual es barrer a mano.

Para el barrido manual

utilizas la escoba.

En el barrido manual hay que recoger lo que has barrido

y meterlo en bolsas.

Las bolsas de basura se colocan en un contenedor con ruedas.





Este contenedor lo llevas a la zona que vas a barrer. Vas echando la basura que vas amontonado. Al tener ruedas, lo mueves muy fácil.

A veces, hay hierba y ramas por las aceras. La trabajadora o el trabajador que barre, retira las hierbas y ramas de las aceras. Así las personas caminan mejor.



Este es un rastrillo que sirve para retirar hierba y hojas de las aceras y calles.

## ¿Qué es barrer a máquina?

A veces hay mucha suciedad en las calles y aceras.

Por ejemplo en otoño hay muchas hojas que caen de los árboles.

Las hojas que caen se quedan en las aceras y calles.

Si las personas pisan las hojas pueden resbalar y caer.



Una tarea importante es limpiar las aceras y calles de hojas.



Primero hay que hacer montones con las hojas.

Para hacer montones con las hojas se usa el soplador.



Después la máquina barredora aspira los montones de hojas y deja las calles y aceras limpias.

### **LA LIMPIEZA DE EXTERIORES:**

- **Papeleras y otras limpiezas**

## • Papeleras y otras limpiezas

### **Limpieza de parques y jardines.**

Además de limpiar las aceras y calles que rodean los edificios, también hay que limpiar los parques y jardines.

### **En la limpieza de parques y jardines hay unas tareas:**

- Recoger los restos de poda.
- Recoger hojas y ramas caídas.
- Limpieza de desagües.
- Vaciar las papeleras.

Hay diferentes modelos de papeleras.



Este es un modelo de papelera que se abre sin llave.

Es una papelera de plástico

Hay que vaciar las papeleras cuando estén medio llenas.

No vacíes la papelera con la mano.

Hay que sacar la bolsa de la papelera y echarla al contenedor con ruedas.

Después pones una bolsa limpia en la papelera.

Hay que mantener las papeleras limpias y en buen estado.

- Cuando acabas de limpiar llevas la basura a su sitio.

### **LA LIMPIEZA DE EXTERIORES:**

- **Recogida de basuras**

## • Recogida de basuras

Una parte importante del trabajo de limpieza de exteriores es recoger y tirar las basuras.

Hay diferentes tipos de basuras o residuos y se recogen y tiran por separado.

Residuo es cualquier producto que ya no sirve.



Existen muchos tipos de residuos.

Hay una ley que es la **Ley de residuos**.

La Ley de residuos dice lo que tenemos que hacer con la basura.

Esta ley dice las normas para eliminar los residuos para que no causen problemas a las personas a los animales o a la naturaleza.

¿Qué son los residuos urbanos?

Los residuos urbanos son todos los productos que se tiran en las casa, en las oficinas, en hospitales y en colegios.

En estos edificios se acumulan diferentes tipos de residuos por ejemplo: papeles, envases, comida, pilas y aceites.

Es importante conocer los diferentes residuos, para separarlos.

Los diferentes tipos de residuos son:



### **Materia orgánica**

Son restos de alimentos, cocinados y sin cocinar. También son los restos de plantas y árboles.



### **Envases ligeros**

Son las bolsas, botellas, envases de yogur, latas de bebidas, latas de conservas y envases tetrabrik.



### **Plásticos**

Son juguetes, utensilios de cocina y otras cosas de plástico.



### **Papel y cartón**

Son los periódicos, revistas, cajas de cartón y papeles.



### **Vidrio-cristal**

Son los envases de cristal, frascos y botellas.



### **Metales**

Son los utensilios de cocina, grifos y aparatos eléctricos.



### **Madera**

Son los muebles, y envases de madera.





### **Textiles**

Son las ropas, trapos,  
Mantas y toallas.



### **Aceites domésticos**

Son los aceites  
que se han usado para cocinar.



### **Poda y jardines**

Son los restos de ramas  
hierbas y hojas.

En los lugares de trabajo  
hay diferentes maneras de organizar y separar la basura.



Las trabajadoras y trabajadores separan la basura y la echan en los cubos o contenedores correctos.



En los edificios grandes como hospitales y residencias se produce mucha basura. Esa basura hay que organizarla según unas normas.



Después de organizar la basura hay que sacarla o tirarla.

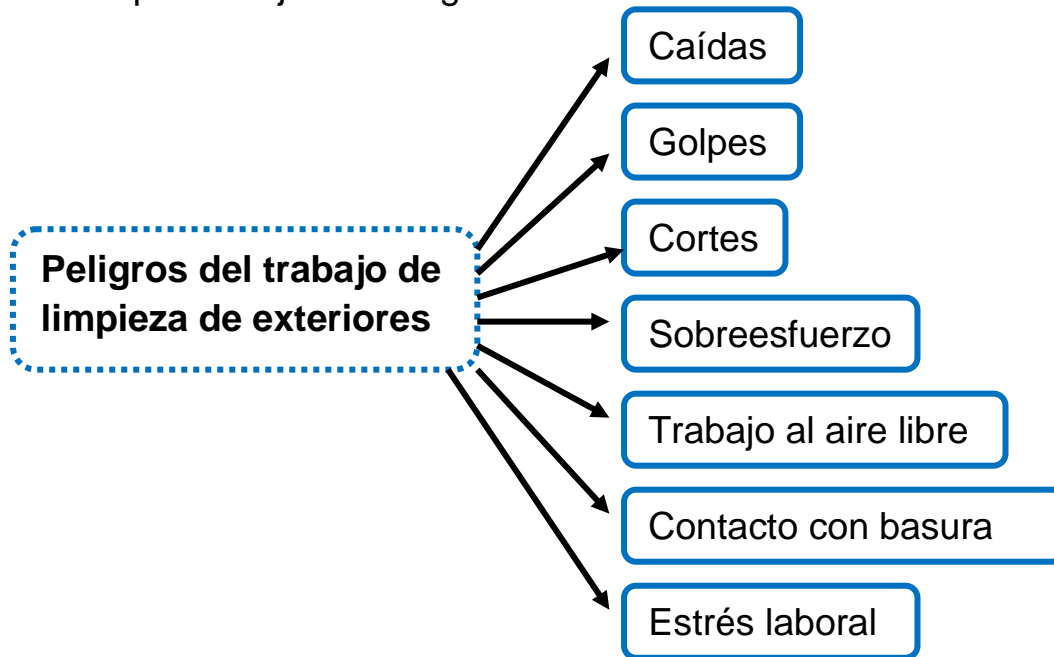
### **LA LIMPIEZA DE EXTERIORES:**

- **Seguridad y riesgos laborales  
en los trabajos de limpieza de exteriores**

## • Seguridad y riesgos laborales en los trabajos de limpieza de exteriores

### ¿Qué son los riesgos laborales?

Las empleadas y los empleados de limpieza tienen que trabajar con seguridad.



Consejos para evitar estos peligros:

### Caídas

- No corras aunque tengas prisa.
- Cubre agujeros del suelo.
- Barre en el sentido de avance para ver los obstáculos.
- Baja las escaleras en el sentido de bajada.
- Utiliza calzado de seguridad que no resbale.

### Golpes

- Sube las aceras o bordillos tirando del contenedor con ruedas.
- Lleva los útiles de limpieza bien agarrados.

### Uso vehículos

#### Máquinas



- Trabaja siempre mirando los vehículos.
- No utilices cascos de música.
- Utiliza los equipos de protección, como máscaras, gafas, guantes y botas.

### Cortes o pinchazos

- Guarda los útiles que cortan en fundas.
- Usa útiles de limpieza que tengan mangos resistentes.
- Recoge cristales rotos envueltos en papel o cartón y tirarlos a un contenedor.
- Utiliza contenedores resistentes para recoger la basura.
- No metas la mano en papeleras o contenedores para vaciarlos.
- Utiliza guantes y botas de seguridad.
- Utiliza gafas protectoras.

### Sobreesfuerzo

- Utiliza el contenedor con ruedas.
- Usa el útil adecuado a cada trabajo.
- Utiliza el escobón para zonas grandes.
- Mueve cargas pesadas con ayuda de otras personas.
- Trabaja manteniendo las posturas correctas.

### Trabajo al aire libre



- Utiliza ropa de trabajo adecuada.
- Si hace mucho calor, protégete del sol y bebe agua con frecuencia.
- Si hace mucho frío, mantén la piel seca y toma bebidas templadas.

### Contacto con basura



- No metas las manos en papeleras o contenedores.
- Cierra bien las bolsas de basura para moverlas.
- Lava la ropa de trabajo.
- Limpia y desinfecta las heridas.

### Estrés laboral

- Ten claras las tareas y trabajos.
- Respeta los descansos.