

# Contenido

1. Introducción
2. Seguridad
3. Preparación
4. Información básica sobre limpiadores profesionales
5. Tareas de limpieza
  - Fregado
  - Eliminación de polvo
  - Vigilancia
  - Eliminación de basura
  - Trapeado
  - Funcionamiento de equipos de limpieza motorizados
  - Limpieza de vidrios
  - Lustrado
  - Desinfección
  - Limpieza de equipos y herramientas
6. Armario de elementos de limpieza
7. Control de dilución
8. Limpieza diaria, de detalles y del proyecto

## **Apéndice:**

Ejemplo de lista de suministros

Ejercicio de control de dilución

Examen de certificación

# Sección 1.

## Introducción



El proceso de aprendizaje para llegar a ser encargado de mantenimiento y limpieza profesional puede ser una actividad desafiante y gratificante. Su tarea es importante para la imagen de la institución y la salud de todas las personas que ingresan al edificio.

Al igual que en todas las otras tareas, en primer lugar debe dominar sus aspectos básicos antes de abordar actividades y procedimientos de limpieza de mayor complejidad. Las lecciones de este documento de capacitación le ayudarán a ahorrar tiempo en sus esfuerzos de limpieza, aumentar su productividad, trabajar mejor y no más y orientarse en el camino para llegar a ser un valioso profesional de la limpieza.

Este módulo de la Biblioteca de capacitación Betco se focaliza en las técnicas de limpieza básicas para profesionales en mantenimiento de limpieza.

### Este módulo contiene:

Seguridad

Preparación

Información básica sobre limpiadores profesionales

Tareas de limpieza específicas

- Fregado
- Eliminación de polvo
- Vigilancia
- Eliminación de basura
- Trapeado
- Funcionamiento de equipos de limpieza motorizados
- Limpieza de vidrios
- Lustrado
- Desinfección
- Limpieza de equipos y herramientas

Armario de elementos de limpieza

Control de dilución

Limpieza diaria, de detalles y del proyecto

*El propósito de esta síntesis es proporcionar conocimientos básicos sobre las tareas de limpieza diarias más usuales. No cubre todas las aplicaciones o técnicas de limpieza para todo tipo de lugares o todas las superficies.*

## Sección 2.

### Seguridad



Lea la totalidad de las etiquetas del producto para conocer los lugares de uso, las diluciones y las precauciones. Nunca utilice un producto si no tiene adherida la etiqueta completa.



Lea y comprenda las especificaciones MSDS.



Utilice los equipos de protección personal (PPE) que se indican en las etiquetas del producto y las especificaciones MSDS. Asegúrese de que el equipo de protección personal esté en buenas correctas.



Ponga en práctica las precauciones universales con todos los líquidos o fluidos corporales que desconozca.



Coloque letreros de precaución antes de comenzar todas las tareas de limpieza.

Informe todas las condiciones inseguras a sus supervisores antes de comenzar todas las tareas de limpieza.

## Sección 3

### Preparación



Cuando se prepare para realizar alguna tarea de limpieza, asegúrese de tener todos los equipos y productos químicos necesarios para cada procedimiento que deba realizar; utilice para ello una lista de comprobación de suministros.

Revise las tareas específicas que realizará. Asegúrese de que tiene todos los productos químicos, equipos y suministros que necesita y que comprende los procedimientos. ¡Pregunte si tiene alguna duda!

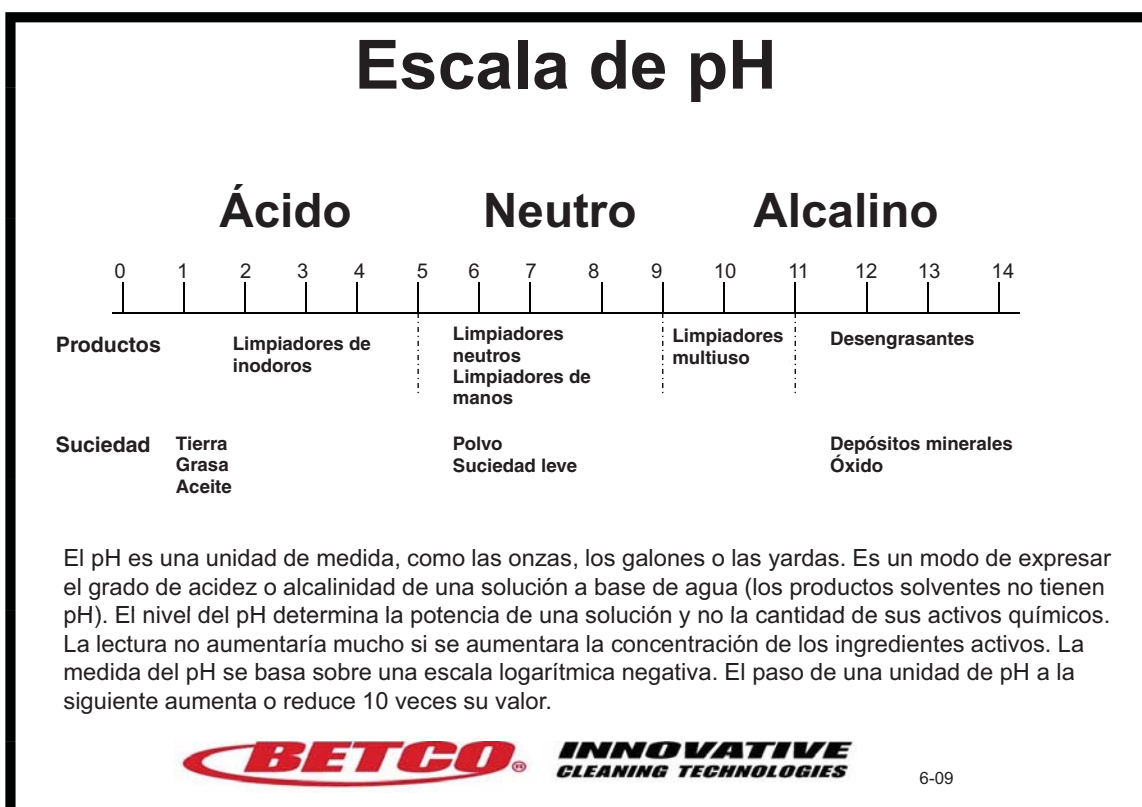
Tome nota de los niveles de existencias y realice pedidos de los artículos que necesita.

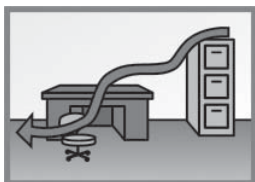
## Sección 4.

### Información básica sobre limpiadores profesionales

La escala de pH mide la acidez y alcalinidad de los limpiadores a base de agua. El pH de una sustancia química se mide en una escala de 0 a 14. Cuanto más próximo a cero esté el pH de una sustancia, tanto mayor será su acidez. Cuanto más próximo esté a 14, tanto más alcalino será. Un producto con un pH de 7, que corresponde a la mitad de la escala, se considera químicamente neutro.

Los limpiadores ácidos, como los que se utilizan para inodoros, se diseñan para limpiar suciedad alcalina, como óxido o depósitos minerales. La fórmula de los limpiadores alcalinos permite usar éstos para eliminar suciedad ácida, como aceites, grasas, ceras y tierra. Los limpiadores neutros se emplean para suciedad leve y eliminar polvo en superficies resistentes al agua.





### Todas las sustancias químicas de limpieza tienen cuatro características:

- **Humectación** – en superficies sucias, la tensión superficial impide al agua ingresar o pasar debajo de la suciedad. Los limpiadores destruyen la tensión superficial para facilitar la eliminación de la suciedad.
- **Penetración** – después de destruir la tensión superficial de la suciedad, penetran en ella.
- **Emulsión** – dilución de la suciedad en pequeñas partículas para su eliminación.
- **Enjuague** – después de emulsionar la suciedad, el limpiador la suspenderá para eliminarla con facilidad

### Existen situaciones que afectan los resultados de un limpiador:

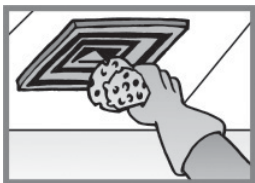
- **Tiempo** – deje que los productos permanezcan en contacto con la superficie y la suciedad para aumentar su poder de limpieza y desinfección. Siempre consulte la etiqueta del producto.
- **Abrasión** – el uso de paños, cepillos y otros equipos facilita la eliminación de la suciedad.
- **Dilución química** – el uso de equipos de control asegura la dilución correcta de los limpiadores y limita su impacto negativo en superficies y el personal. Siempre consulte la etiqueta del producto.
- **Temperatura** – la mayoría de los productos de limpieza se utilizan con agua fría o con agua caliente. Siempre consulte la etiqueta del producto.

### Cómo trabajar mejor, no más:

- Limpie desde arriba hacia abajo, llevando la suciedad al nivel más bajo para eliminarla.
- Limpie de seco a húmedo. Utilice una mopa para polvo antes de una mopa mojada. Comience a limpiar desde la parte más sucia hacia la más limpia.
- Limpie desde la parte posterior del lugar hacia el frente la zona de salida.
- Limpie siempre en la misma dirección, ya sea en sentido horario o antihorario, para aumentar la eficacia y efectividad.
- Utilice las sustancias químicas y los equipos apropiados para la tarea. Deje que el producto químico y los equipos se ocupen del trabajo.
- Finalice una tarea antes de comenzar la siguiente.
- Utilice los procedimientos apropiados para levantar objetos: levántelos con las piernas, mantenga la espalda derecha, evite retorcerse o flexionarse cuando transporte objetos cerca del cuerpo y pida ayuda.
- Informe inmediatamente las situaciones de inseguridad.

# Sección 5.

## Tareas de limpieza básicas



- **Fregado** – Las técnicas básicas para fregar son dos: rociado y fregado o fregado húmedo. Por lo general, la etiqueta del producto químico recomienda el mejor método según el producto o procedimiento. Para rociar y fregar, simplemente rocíe la superficie a limpiar con una cantidad abundante de producto. Si utiliza un desinfectante, déjelo durante el tiempo de contacto apropiado antes de quitarlo. Para el procedimiento de fregado húmedo, rocíe la esponja o el paño con el limpiador apropiado. Friegue sistemáticamente, como de arriba hacia abajo y luego hacia adelante y hacia atrás para asegurarse de que cubre la totalidad de la superficie. Asegúrese de superponer las pasadas. Habitualmente, el método de rociado y fregado se emplea en superficies con suciedad visible, como urinarios, inodoros o manchas en las paredes. El fregado húmedo resulta más efectivo en superficies que necesitan limpieza menos intensa, como escritorios y mostradores. También es ideal cuando deben eliminarse residuos químicos, como aparatos de teléfono o fuentes de agua potable.
- **Eliminación de polvo en altura** – Utilice un plumero con mango largo para quitar el polvo en altura y los restos de materiales del cielo raso, artefactos instalados en las paredes y esquinas varias veces por semana. Trabaje en sentido horario por el ambiente. Tenga la precaución de no extender los brazos excesivamente. Si es necesario, utilice una escalera o un banco. Cuando finalice, agite el plumero en un contenedor para basura.
- **Eliminación de polvo** – Si hay polvo en los muebles, recomendamos utilizar un producto de limpieza lustrador. Además, para limpiar y lustrar superficies siempre asegúrese de respetar las recomendaciones en la etiqueta del fabricante. Rocíe el producto en un paño limpio y comience a fregar desde la parte superior del mueble y continúe hacia abajo. Preste atención a las patas del mueble y a las irregularidades en la superficie, donde podría acumularse polvo y suciedad. Los paños de microfibra son más eficaces que los paños regulares o los plumeros. Recuerde, desplácese por la sala en sentido horario para no pasar nada por alto.
- **Vigilancia** – Es la limpieza frecuente de zonas de gran visibilidad de la institución, como baños, entradas y corredores muy transitados. Preste atención a los restos de materiales en los pisos y las alfombras, los derrames, las huellas dactilares en vidrios y puertas, el desbordamiento de los cubos de basura y la falta de suministros de papel para mejorar el aspecto de

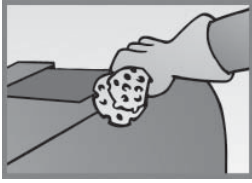


las instalaciones y demostrar que a usted le preocupa la impresión que causa. Todas las personas del departamento deben tener el hábito de vigilar. El mantener la institución limpia exige trabajo en equipo y profesionalismo de su parte.

- **Eliminación de basura** – Quite los restos de materiales más grandes. Vacíe los cubos de basura más pequeños en un contenedor de recolección. Reemplace la bolsa de basura si es necesario, limpie las manchas de los cubos de basura, desodorícelos y vuelva a colocar el recipiente en el lugar original. Vacíe el contenedor de recolección cuando esté lleno adoptando las precauciones de seguridad apropiadas.
- **Trapeado** – La microfibra es el material preferido y, por simple que parezca, el trapeado es un paso muy importante en el mantenimiento de los pisos. El quitar la suciedad de la superficie impide que penetre en el acabado y también, prepara la superficie para la limpieza húmeda. Utilice el cabezal de trapeado del tamaño correcto según las dimensiones del piso. Con las mopas para polvo más grandes podrá cubrir una mayor superficie del piso en menos tiempo y las mopas más pequeñas son ideales para lugares más reducidos, con obstáculos. Comience en el rincón más alejado del acceso y avance hacia la puerta, sujetando el mango de la mopa en un ángulo de aproximadamente 45 grados y empujándola hacia adelante. Asegúrese de superponer las pasadas y agite la mopa a menudo para descargar los residuos. Si es necesario, durante este procedimiento quite la goma de mascar y las pegatinas con una espátula. Cuando finalice, reúna las pilas de residuos con una pala y un cepillo de mano. No olvide limpiar la mopa con un cepillo duro y agitarla vigorosamente en un contenedor para basura. Si el cabezal de la mopa está muy sucio, lávelo o reemplácelo.
- **Mopa húmeda** – Antes de proceder con el fregado húmedo, asegúrese de pasar la mopa para polvo a fin de quitar toda la suciedad y los restos de materiales sueltos. Prepare la solución de limpieza apropiada en el balde para la mopa con escurridor. En la mayoría de los casos preparará una solución de limpieza neutra o multiuso. Siempre coloque letreros de precaución antes de pasar la mopa mojada. Coloque la mopa en la solución de limpieza y escúrrala hasta que quede sólo húmeda. Comience en el rincón más alejado del acceso y continúe hacia la puerta, fregando la superficie longitudinalmente junto a los zócalos y formando ochos en el resto de la superficie. Tenga la precaución de no salpicar los zócalos, ya que podría dejar restos de suciedad en ellos. Cuando la solución en el balde para la mopa se ensucie visiblemente, cámbiela. Cuando termine, enjuague el escurridor del balde y déjelo secar. Todas las mopas deben enjuagarse completamente o lavarse y dejarse a secar colgadas. Nunca limpie con mopas que tengan mohos o mal olor.



- **Equipos** – Analice las técnicas operativas apropiadas para los equipos específicos (fregadora automática, pulidora, aspiradora de sistema seco o con agua, bruñidor, aspiradora, extractor). Ponga el equipo en funcionamiento antes de comenzar sus tareas diarias e informe si tiene problemas.
- **Limpeza de vidrios** – Cuando sea necesario limpiar vidrios, primero reúna todos los materiales y prepare la solución limpiavidrios. Siga las instrucciones en la etiqueta para los coeficientes de dilución. Tal vez desee desplegar un protector en el piso. Coloque letreros de precaución. Ubique la escalera, si es necesario. Humedezca bien el vidrio con una esponja o un cepillo para aflojar toda la suciedad. Utilice una esponja o un paño para pasar alrededor del vidrio contra el marco a fin de recoger toda la suciedad que podría haber empujado contra el marco. Incline la escobilla de modo que 5 cm (2 pulgadas) de la goma hagan contacto con el vidrio, comience en un ángulo superior del vidrio y pase la escobilla de goma por toda la parte superior del mismo. Esto se denomina “cortar el agua”. Limpie la escobilla de goma con un paño. A continuación, comience en la superficie seca de la parte superior del vidrio, junto al marco. Lleve la escobilla de goma hacia abajo, hasta aproximadamente 8 cm (3 pulgadas) del borde inferior del vidrio y luego limpie la hoja de la escobilla. Repita este procedimiento hasta haber cubierto la totalidad de la superficie del vidrio. Superponga cada pasada. No ejerza demasiada presión con la escobilla de goma. Para terminar la última pasada junto al borde inferior del vidrio, elimine el excedente de agua con una esponja o un paño. Para cortar el agua en el vidrio, comience en la parte superior del agua y corte una pasada de 5 cm (2 pulgadas) junto al borde inferior del vidrio. Limpie la escobilla de goma a lo largo del borde inferior del vidrio. Seque el agua del marco, pero cuídese de no tocar el vidrio. Utilice una mopa seca para eliminar todo lo que podría haber caído y evitar así que el piso quede resbaladizo.
- **Lustrado** – Podría combinarse con la eliminación de polvo pero normalmente es una tarea de proyecto. Siempre determine cuál es el tipo de superficie a lustrar (madera, metal, plástico). Utilice únicamente productos químicos recomendados para la superficie que lustrará. La microfibra es el material preferido para lustrar.
- **Desinfección** – Los gérmenes son organismos vivos que sólo pueden verse a través de un microscopio. Pueden vivir en la tierra, moverse con las corrientes de aire y propagarse por el contacto con las personas. Los desinfectantes eliminan 99.999% de los gérmenes. Los antisépticos eliminan 99.9% de los gérmenes. La esterilización elimina 100% de los gérmenes. Siempre mezcle desinfectantes de acuerdo con las instrucciones en la etiqueta y deje reposar como indiquen las instrucciones en la etiqueta para lograr la limpieza y desinfección correctas.



- Limpieza de equipos y herramientas – Una vez finalizadas las tareas de limpieza, es importante limpiar los equipos y guardar todos los materiales y las herramientas en un lugar limpio y seco. El cuidado de los materiales en su institución hará que éstos duren más tiempo, sean más seguros y puedan causar una buena impresión tanto en usted como en su departamento. Informe todos los problemas con los equipos o las herramientas, así como todas las condiciones de trabajo inseguras observadas y quite el artículo de servicio. Siga las instrucciones del fabricante para la operación y el mantenimiento de los equipos. Utilice un registro de mantenimiento para realizar el seguimiento de los procedimientos de mantenimiento rutinarios y reconstituyentes.

## Sección 6.

### Armario de elementos de limpieza



Solamente guarde sustancias químicas de limpieza, herramientas y equipos que se utilizan regularmente. Cuanto menos, mejor. Evite la duplicación de productos y asegúrese de que todas las sustancias químicas estén correctamente etiquetadas. Asigne un lugar para cada artículo y guarde cada artículo siempre en el mismo lugar. Coloque los artículos más pesados en los estantes inferiores. Limpie este lugar como limpia cualquier otro sitio de la institución. Revise el armario con regularidad para controlar si las provisiones son correctas, los dispositivos de control de dilución están en buenas condiciones y si el lugar está organizado. Asegúrese de que todas las personas sepan dónde encontrar las especificaciones MSDS.

## Sección 7.

### Control de dilución



Es fundamental que respete los coeficientes de dilución y que utilice un equipo de medición apropiado cuando deba mezclar soluciones químicas. Normalmente se dispone de sistemas de gestión de productos químicos para las sustancias químicas que utiliza a diario. Estos sistemas aseguran que las proporciones de dilución sean correctas. Si los utiliza, podrá realizar su tarea con más rapidez, seguridad y facilidad. Si su institución no cuenta con un sistema de gestión de productos químicos o no hay un sistema disponible para el producto que mezclará, asegúrese de que comprende los coeficientes de dilución y cómo mezclar sustancias químicas correctamente. Cuando mezcle sustancias químicas siempre viértalas lentamente ya que, en caso contrario, los productos podrían no resultar efectivos y podría crear una situación insegura. Solamente mezcle las sustancias químicas conforme a las instrucciones del fabricante. No olvide que la utilización de más cantidad de sustancia química no significa mejores resultados.

## Sección 8.

### Limpeza diaria, de detalles y del proyecto



La creación de un programa de limpieza para toda una institución puede resultar un gran desafío. Si desdobra las tareas de limpieza en diarias, de detalle y del proyecto podrá simplificar a su departamento las tareas de mantenimiento de la institución.

Si comprende cómo se programan las tareas en su edificio usted será una parte importante de la calidad de la limpieza que practica su departamento. Las tareas de limpieza diarias incluyen procedimientos tales como fregado o trapeado, aspirado, eliminación de basura y limpieza de baños. La limpieza de detalles son aquellas tareas que se realizan aproximadamente una vez por mes y, por lo general, incluyen fregado de respiraderos, lavado de paredes, limpieza de alfombras, fregado y renovación del recubrimiento de pisos. Las tareas de limpieza del proyecto se realizan 1 ó 2 veces por año y suelen incluir pulido y renovación del recubrimiento de pisos, extracción de alfombras, reacabado de pisos de madera y limpieza de muebles.

Preste especial atención a cómo se programan estas tareas en su institución. Ayude a su supervisor a llevar el registro de las tareas que podrían realizarse con mayor o menor frecuencia. Ya que algunos de estos procedimientos se realizan sólo algunas pocas veces por año, dedique algunos minutos a perfeccionar las técnicas antes de realizar la tarea. La Biblioteca de capacitación Betco tiene una gran cantidad de información específica sobre los procedimientos de limpieza diarios, de detalles y de proyectos, tales como Ciclo de vida del cuidado de pisos, Ciclo de vida del cuidado de alfombras y Limpieza de baños.

### Conclusión:

Su tarea es muy importante para la imagen de la institución y el bienestar de todas las personas que ingresan todos los días al edificio. Enorgullézcase de las destrezas que está adquiriendo y sepa que realmente está marcando la diferencia para crear un ambiente seguro, limpio y saludable.

# Apéndice:

## Lista de comprobación de suministros

### Productos químicos

- Limpiador multiuso
- Desodorante refrescante de ambientes
- Limpiador para inodoros y urinarios
- Desengrasante
- Desodorante
- Desinfectante
- Destapa cañerías
- Tratamiento para mopas para polvo
- Limpiador de extracción
- Acabado para pisos
- Restaurador de acabados
- Decapante de acabados
- Limpiavidrios
- Eliminador de grafitos
- Limpiador de manos
- Desinfectante de manos
- Limpiador neutro
- Limpiador de peróxido
- Pulidor
- Limpiador de duchas
- Solución quitamanchas
- Producto para fregar mostradores

### Suministros:

- Papel tisú para el rostro
- Toallas de papel
- Toallas higiénicas
- Bolsas para desechos sanitarios
- Papel higiénico
- Bolsas para basura
- Pantallas y bloques para orinales

### Equipos de protección personal:

- Guantes
- Anteojos protectores
- Especificaciones MSDS

### Herramientas:

- Cepillos para limpiar inodoros
- Cepillo y pala de basura
- Balde y escurridor
- Escobillón
- Plumero
- Paño para polvo
- Pasar la mopa para polvo
- Escobilla de goma para pisos
- Mopa de acabado
- Mopa de uso general
- Envases rociadores correctamente etiquetados
- Piedra pómez
- Rociador de bombeo
- Espátula
- Escobilla de goma para ventanas

### Equipos:

- Fregadora automática
- Bruñidor
- Extractor
- Pulidora
- Fregadora de lechada
- Máquina quitamanchas
- Aspiradora
- Aspiradora de sistema seco o con agua

# Appendix:

## Cómo calcular los coeficientes de dilución:

Los coeficientes de dilución se expresan de dos modos distintos, ya sea 1 a un número determinado (como por ejemplo, 1:64) o en términos de onzas por galón (2 onzas por galón). Si necesita calcular las onzas por galón, recuerde que en un galón hay 128 onzas, de modo que un producto de 1 onza por galón se disuelve a razón de 1:128 y los productos de  $\frac{1}{2}$  y  $\frac{1}{4}$  onzas se disuelven a razón de 1:256 y 1:512, respectivamente. Un método habitual para determinar la cantidad de onzas por galón es dividir 128 por el número del coeficiente. Por ejemplo, un producto con un coeficiente de dilución de 1:256 se calcularía del siguiente modo:  $128 \div 256 = 0.5$  onzas por galón.

**En la tabla a continuación se ofrecen los coeficientes más habituales: Ounce per gallon**

Onza por galón	Coeficiente de dilución
$\frac{1}{4}$ Onza por galón	1:512
$\frac{1}{2}$ Onza por galón	1:256
1 Onza por galón	1:128
2 Onzas por galón	1:64
4 Onzas por galón	1:32
5 Onzas por galón	1:26 (1:25.6, redondeado)
6 Onzas por galón	1:21 (usualmente considerado 1:20)
8 Onzas por galón	1:16
12 Onzas por galón	1:10

Si un producto tiene un coeficiente de 1:128, debe mezclarse una parte del producto en 128 partes de agua. Esto significa que el galón de producto hará un total de 129 galones de solución porque para mezclarlo correctamente debe utilizar un galón del producto e incorporarle 128 galones de agua, lo que equivale a un total de 129 galones. Un producto 1:256 crea una solución de uso final de 257 y un producto 1:64 crea 65 galones de solución. La cantidad total de solución que se obtiene con un producto determinado habitualmente se denomina rendimiento.

Puede realizarse el cálculo en el sistema métrico, como por ejemplo, en litros, y para ello sólo necesita convertir los valores métricos en galones u onzas antes de comenzar el procedimiento. A continuación se detallan las medidas de volumen métrico habituales y sus equivalentes estadounidenses:

- 1 Cuarto de galón = 0.946 ml
- 1 Galón = 3.785 litros
- 1 Litro = 0.264 galones
- 4 Litros = 1.056 galones

**Dedique unos minutos a completar los siguientes ejercicios.**

1. ¿Cuántas onzas por galón equivalen al limpiador Deep Blue Glass a 1:30?
2. ¿Qué rendimiento listo para usarse tiene un galón del limpiavidrios Deep Blue con un coeficiente de dilución de 1:30?
3. ¿Cuántas onzas por galón equivalen al limpiador pH7 All Purpose Neutral Cleaner a 1:64?
4. ¿Qué rendimiento en galones listo para usar puede obtener de un balde de cinco galones de pH7Q Ultra a 1:256?

# Examen de certificación

El siguiente examen le certificará oficialmente como Especialista de Betco para el cuidado de la piel. Dedique al examen el tiempo necesario para completarlo. Luego, transmítalo por fax o envíelo por correo a:

**Betco Corporation**  
**P.O. Box 3127**  
**Toledo, OH 43607**  
**Fax # 419-321-1954**  
**Attn: Marketing**

Los exámenes enviados a Betco con una calificación de 80% o más recibirán un certificado de finalización. También puede rendir el examen por Internet en [www.betco.com](http://www.betco.com)

Sírvase incluir la siguiente información y devolverla con los exámenes completados:

Su nombre: \_\_\_\_\_

Nombre de la empresa: \_\_\_\_\_

Domicilio: \_\_\_\_\_

Ciudad: \_\_\_\_\_ Estado: \_\_\_\_\_ Cód. postal: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Dirección de correo electrónico: \_\_\_\_\_

Firma: x \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Examen de certificación

Técnicas de limpieza básica N.º de curso IEHA: 010710x  
Horas de crédito: 0.20 CEU

1. Cuando deba limpiar gérmenes patógenos transmitidos por la sangre, debe:
  - Utilizar un limpiador neutro
  - Adoptar precauciones universales
  - Eliminar inmediatamente los desechos en el contenedor para basura
  
2. Antes de utilizar algún producto químico, debe:
  - Probarlo en un lugar poco visible
  - Verificar la fecha de vencimiento
  - Leer las especificaciones MSDS y la etiqueta del fabricante
  
3. Cuando limpia, debe:
  - Hacerlo desde arriba hacia abajo
  - Seguir un diseño
  - Humedecer con un paño todas las superficies
  - Ambas, a y b
  
4. Cuando trapea o pasa la mopa, debe:
  - Remojar la mopa hasta que esté muy mojada
  - Comenzar en el rincón más alejado del acceso y avanzar hacia la puerta
  - Rociar la mopa con tratamiento para mopas
  - Ambas, a y c
  
5. ¿Cuáles son las dos técnicas básicas de fregado?
  - Fregado con esponja y fregado con paño
  - Fregado húmedo y rociado y fregado
  - Fregado con rociado y fregado con paño
  
6. Cuando utiliza un desinfectante, debe:
  - Dejarlo durante el tiempo de contacto apropiado
  - Utilizar siempre una esponja
  - Quitarlo inmediatamente
  
7. ¿Qué método de fregado utilizaría más probablemente para limpiar un inodoro?
  - Fregado con esponja
  - Fregado húmedo
  - Rociado y fregado
  
8. El aprendizaje de la técnica de fregado correcta le ahorrará tiempo, reducirá la cantidad de producto que necesita utilizar y minimizará su exposición a sustancias químicas.
  - Verdadero
  - Falso
  
9. Cuando quita el polvo a muebles, debe:
  - Comenzar con los artefactos de mayor tamaño y continuar con los más pequeños
  - Fregar con un paño húmedo desde arriba hacia abajo en sentido horario por la sala
  - Colocar letreros de precaución
  - Todas las anteriores
  
10. La actividad de pasar la escobilla de goma por la parte superior del vidrio, de un lado al otro del mismo después de haberlo mojado se denomina:
  - Empalmar la solución
  - Preparar la escobilla de goma
  - Cortar el agua
  
11. ¿Es alcalino un limpiador con un pH de 12?
  - Verdadero
  - Falso
  
12. ¿Cuáles son las características de un limpiador?
  - Humectación
  - Penetración
  - Emulsión
  - Enjuague
  - Todas las anteriores

## Examen de certificación

Técnicas de limpieza básica N.º de curso IEHA: 010710x  
Horas de crédito: 0.20 CEU

13. ¿Se recomienda avanzar en la misma dirección cuando se limpia un lugar?
- Verdadero  
 Falso
14. Antes de fregar un piso con una mopa mojada siempre debe:
- Colocar letreros de precaución  
 Pasar la mopa para polvo  
 Todas las anteriores
15. Cuando trapea o pasa la mopa mojada, debe:
- Balancear la mopa hacia adelante y hacia atrás con pasadas amplias  
 Realizar pasadas formando la figura del número 8  
 Sujetar el mango con firmeza en un ángulo de 45 grados
16. La limpieza frecuente de zonas de gran visibilidad de una institución se denomina:
- Vigilancia  
 Patrullaje  
 Tráfico
17. ¿Cuántas onzas por galón necesita de un producto cuyo coeficiente de dilución es 1:16?
- ¼ onza  
 4 onzas  
 8 onzas  
 Ninguna de las anteriores
18. ¿Cuánto rinde un galón de un producto que tiene un coeficiente de 1:128?
- 128 galones de producto final  
 129 galones de producto final  
 256 galones de producto final
19. Según esta capacitación, ¿con qué frecuencia suele realizarse la limpieza de detalles?
- Una vez por mes  
 Dos veces por año  
 Tantas veces como sea posible
20. Después de haber aprendido más sobre las técnicas de limpieza básicas, usted debería:
- Haber adquirido conocimientos  
 Estar orgulloso de sí mismo  
 Colaborar para crear un ambiente de trabajo seguro y saludable  
 Todas las anteriores