

# GUÍA DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN



## Material necesario.



Bayetas.



Disolución de lejía 1:50.



Guantes y mascarillas



Cubo con agua

## ¿Donde se debe limpiar y desinfectar?

Superficies que se tocan con frecuencia por el deportista.



## ¿Cómo se debe limpiar y desinfectar?

1. Usar guantes y mascarilla.
2. Para que la lejía sea eficaz hay que **limpiar previamente las superficies** con bayetas húmedas, para recoger el polvo.
3. Mojar una bayeta limpia con la disolución de **lejía** para desinfectar las superficies.



**NO PULVERIZAR** la disolución directamente al material deportivo.



## ¿Cómo preparar la lejía al 1:50?

1. Coger **20 ml de lejía casera**, no importa la marca.
2. Echarlo dentro de una **botella de 1 litro**.
3. Rellenar la botella con agua del grifo hasta completar.
4. Cerrar y **darle la vuelta** varias veces para mezclar.