



Worksite: _____ Instructor: _____ Date/Time: _____

Topic C802: Cleaning Top Down

Introduction: Cleaning needs a system to be effective. It is not just about wiping here, sweeping there, scrubbing under, and dusting over. Cleaning aims to remove clutter, dirt and bacteria.

Think things over first before you begin your task. What do you need to clean first? Where do you begin? Common sense should tell you need to clean the ceiling first before you sweep the floor. However, cleaning top down is a relative. If you are just cleaning the countertops and the floor, then clean the countertops first. The key here is to start cleaning from top-down for an efficient working system.

The key here is to start cleaning from top-down for an efficient working system. For example start with ceilings and top of furniture, clean mirrors and windows wiping from top to bottom.

- Plan your tasks. Check out all the top furniture, places and objects that need to be cleaned. Start from there.
- Prepare yourself. Wear your designated PPE and clothing. Your PPE and clothing may include overalls, sturdy shoes and masks. Clean and store your, or dispose of your PPE.
- If you are doing general cleaning of a room, start by removing cobwebs and dusts on ceilings, ceiling fans, lights and windows. Wipe cabinets and dresser tops. As you make your way down, clean all frames on the walls too. Check that each piece of tall furniture is also spotless. Be careful that dust does not fly back upwards.
- Cleaning ceilings may require you to use ladders. Make sure the ladder is in good working condition, is clean and dry. Have a partner work with you.
- Be careful of spills or water that run down from the top part. Wipe them immediately to avoid slipping hazards.
- If you are cleaning a room or place with a second floor, always start cleaning the top floor. Bring all your cleaning chemicals, tools and equipment with you so that you do not make unnecessary trips.
- Cleaning top down applies to that item you need to clean. In cleaning mirrors and windows wipe from top to bottom.
- Cleaning top down also applies to cleaning toilet bowls. When you clean the outside of the toilet, start cleaning the top part. If you clean from the bottom, chances are dirt will drip from the top part to the already clean part at the bottom. After cleaning the top part, spray the tank and its edges as well as the handle. Continue with the lid of the toilet then the outside of the bowl. Start with the sides before cleaning the bottom part.
- Inside of toilet bowls, begin by scrubbing the rim first, not forgetting the underside of it. After the rim, move down to the bowl itself. Only when you are done with the bowl do you scrub the hole at the bottom. After scrubbing the bottommost part, do not let your cleaning tool touch the upper parts as bacteria may cling to these parts again. When you are done, cover the bowl with the lid then flush the toilet.
- Use mild cleaners. Use toilet brushes and paper towels or cloths for cleaning. Do not use sponges as these have the tendency to spread germs easily.
- If you have open cuts or wounds, remember to cover them first. Afterwards wash your hands thoroughly with germicidal soap and warm water.
- Always bring a first aid kit with you. Be trained to treat simple cuts, cramps, and other injuries. It is better that you work with a partner in a buddy system.

Conclusion: Proper waste disposal begins with segregation. Managing your wastes may take a little more effort, but your efforts will pay off in terms of sanitation, maintenance, and cost-efficiency.

Employee Attendance: (Names or signatures of personnel who are attending this meeting)

These guidelines do not supersede local, state, or federal regulations and must not be construed as a substitute for, or legal interpretation of, any OSHA regulations.



Lugar de trabajo: _____ Instructor: _____ Fecha/Hora: _____

Tópico C802: Limpieza de Arriba Hacia Abajo

Introducción: *Limpieza* necesita un sistema para ser eficaz. No se trata sólo de limpiar aquí, barriendo allí, fregando por debajo, y quitar el polvo. Limpieza pretende eliminar el desorden, suciedad y bacterias. Necesita pensar las cosas primero, antes de comenzar su tarea. ¿Qué necesita limpiar primero? ¿Por dónde empezar? Reconociendo cómo funciona la gravedad, sentido común le dice que necesita limpiar el techo antes de barrer el piso. Nota, sin embargo, la limpieza de arriba hacia abajo es cosa relativa. Si son sólo está limpiando los mostradores y el piso en el momento, entonces limpie los mostradores primero. La clave aquí es empezar a limpiar de arriba hacia abajo para un sistema eficaz de trabajo.

- Planifique sus tareas. Echa un vistazo a todo mueble “superior”, lugares y objetos que necesitan ser limpiados. Comience desde ahí.
- Prepárese. Use el equipo de protección personal y ropa designada por su empleador. Su empleador debe ser capaz de proporcionárselos. Su PPE y la ropa pueden incluir overoles, zapatos resistentes y máscaras.
- Si usted está haciendo limpieza general de una habitación, empezar por eliminar telarañas y polvo en el techo, ventiladores de techo, luces y ventanas. Limpie los gabinetes y armarios. Mientras hace su camino hacia abajo, limpie todos los cuadros en las paredes también. Examine que cada pieza de mueble alto es también impecable. Al hacer todo esto, tenga cuidado que el polvo no vuele hacia arriba.
- Limpieza de techos puede requerir el uso de escaleras. Asegúrese de que la escalera está en buenas condiciones, limpia y seca. Tenga un compañero con usted. Hay una reunión de seguridad separada sobre Seguridad de Escalera que puede que también desee ver.
- Tenga cuidado con los derrames o agua que baje de la parte superior. Limpie de inmediato para evitar resbalones, deslices.
- Si está limpiando una habitación o lugar con un segundo piso, siempre empiece a limpiar el piso de arriba. Traer todos sus químicos de limpieza, herramientas y equipo con usted para que no haga viajes innecesarios hacia abajo. Ahorre su energía y tiempo.
- Limpieza de arriba hacia abajo se aplica a casi todos los muebles que usted necesita limpiar. En la limpieza de espejos y ventanas, que está dirigiendo agua hacia abajo por lo que es adecuado limpiar de arriba a abajo.
- Limpieza de arriba hacia abajo también se aplica a la limpieza de inodoros. Cuando limpie el exterior de los inodoros, empiece de la parte superior. Si limpia desde abajo, es probable que la suciedad gotee desde arriba a la parte inferior ya limpiada. Después de limpiar la parte superior, rocíe el tanque y sus bordes, así como el mango. Continúe con la tapa del inodoro luego al exterior del recipiente. Comience con los lados antes de limpiar la parte de abajo.
- Limpiar de arriba a abajo es muy crucial cuando se trata de la parte interior de los inodoros. Comience por restregar primero la orilla, sin olvidar la superficie de la misma. Después de la orilla, baje hasta al recipiente. Sólo cuando haya terminado con el recipiente frote el agujero en la parte inferior. Después de restregar la parte inferior, no deje que su herramienta de limpieza toque partes altas ya que las bacterias pueden pegarse a esas partes de nuevo. Cuando haya terminado, cubra el recipiente con la tapa, luego descargue el inodoro.
- Use limpiadores suaves. Use cepillos de baño y toallas de papel o paños de limpieza. No usar esponjas ya que éstas tienen la tendencia a propagar gérmenes fácilmente.
- Use el equipo de protección personal y ropa adecuada, como guantes y gafas de protección, como gafas o anteojos. Los guantes protegen las manos de los detergentes duros y las gafas o anteojos protegen los ojos de cualquier salpicadura de agua del inodoro y limpieza. Use una mascarilla si usa lejía o limpiadores fuertes. Si tiene cortaduras o heridas abiertas, recuerde cubrir las primero con una gasa estéril.
- Limpiar, eliminar y almacenar su equipo de protección personal y ropa, según sea el caso.
- Cuando haya terminado con el trabajo, descansar un rato. Lávese bien las manos con jabón germicida y agua caliente.
- Siempre traiga un botiquín de primeros auxilios con usted. Sea entrenado para tratar cortaduras simples, calambres y otras lesiones. Es mejor que trabaje con un compañero. Este es el sistema de compañeros.

Conclusión: *La* limpieza no se supone que te estrese innecesariamente. Evita que la suciedad y gérmenes le sigan de donde ya fueron quitados. Así que si es la limpieza de una habitación, restregar el inodoro y el baño o limpiar la despensa, siempre recuerde limpiar de arriba hacia abajo!

Se requiere que, durante cada inspección, una persona calificada o competente inspeccione:

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Estas pautas no sustituyen las leyes locales, estatales o federales y no deben interpretarse como un sustituto para, o de interpretación legal de, cualquier regulación de OSHA.