

Servicio Extremeño de Salud
Servicios de Salud Pública
Veterinaria y Farmacia

Recomendaciones para
establecimientos de venta de
alimentos y similar
16 marzo 2020



Recomendaciones para frenar la diseminación de Coronavirus Covid-19 en los comercios minoristas de alimentación

Ante la situación actual provocada por el Coronavirus COVID-19 o SARS-CoV-II, con una diseminación elevada en nuestro país, por su facilidad de transmisión y su capacidad infectante, se presentan algunas recomendaciones que desde los Servicios de salud Pública del SES, consideramos que los establecimientos de venta al por menor de alimentos y bienes de primera necesidad deberían adoptar, especialmente tras las grandes afluencias que se están produciendo.

El COVID-19, es un virus con envoltura lipo-proteica, es decir que en su envoltura hay sustancias grasas que se unen a los agentes disolventes de las mismas como jabón, detergente, alcohol y otras sustancias. Cuando se produce esta unión, el virus puede “romperse” siendo incapaz de infectar, además, unida al efecto del arrastre del agua al lavarse las manos, se elimina, evitando permanecer en nuestra piel.

Este virus, tiene afinidad por las células del sistema respiratorio, que es donde se reproduce y acumula. Por tanto, la principal vía de transmisión es mediante las pequeñas gotitas que expulsamos al toser, estornudar o incluso hablar, de ahí que sea conveniente mantener distancias superiores a 1,5 m entre las personas.

“Recuerde que la
mejor prevención
es evitar contactos
y lavarse mucho
las manos”

La saliva, por supuesto, es un medio donde puede existir una alta concentración de virus, por tanto la práctica de mojarse los dedos para abrir bolsas o pasar páginas, debe ser totalmente evitada, tanto entre la clientela como por parte de los trabajadores.

Si algunas de estas gotas conteniendo virus, caen sobre nuestras manos, u otros objetos o superficies, pueden persistir por un tiempo prolongado, y producir una infección posterior al dar la mano a una persona que lo tenga o al tocar objetos o superficies contaminadas por este COVID-19, y si luego nos tocamos ojos, boca o nariz y otras partes de la cara. La pervivencia del virus sobre superficies es muy variable, desde minutos a días, y depende de muchos factores como las características de la superficie (plástico, metal, madera, porosidad o rugosidades, etc.), temperatura, grado de humedad, presencia de luz solar, y especialmente si hay presencia de materia orgánica que lo proteja (restos de suciedad, mucosidad...) Los materiales sucios, el plástico y los materiales porosos o rugosos, en cualquier caso, podrían permitir la persistencia de las partículas víricas durante varias horas e incluso días.

Aunque el Coronavirus, no resulta muy patógeno para la mayoría de las personas, la situación cambia en caso de personas de riesgo como mayores, personas inmunodeprimidas, diabéticos, con procesos cardio-respiratorios previos, hipertensos, obesos, etc.

Por esta razón, este tipo de personas debería exponerse al mínimo ante un riesgo de contagio, evitando aglomeraciones, contacto con otras personas, etc.

Por ello se proponen las siguientes **medidas** a aplicar:

1. En pequeños establecimientos evitar que la sala de ventas se llene por el público, puede utilizar carteles para avisar a sus clientes que entren de uno en uno, por ejemplo.

2. En los grandes establecimientos, evitar aglomeraciones, controlando los accesos al público, e informando de la razón de las medidas. Indicar al público que debe mantener y respetar las distancias entre si de al menos 1,5 m.
3. Disponer a la entrada de las instalaciones de medios de desinfección de manos con geles hidroalcohólicos o similar, para uso por la clientela.
4. Colocar guantes de un solo uso para la clientela, y una papelerera para su eliminación, dotada de tapa con apertura a pedal o no manipulable con las manos.
5. Habrá una persona del establecimiento que dotada de solución desinfectante adecuada (ver más abajo), procederá a pasarle al menos a las asas de cestas o de los carros del supermercado y las partes como el sistema de enganchado que se manipulen por el público, tras la devolución del carro o cestas por el cliente. También a las puertas que toca el público, especialmente manillas y pomos.
6. Se vigilará especialmente la manipulación de alimentos no envasados, sobre todo, los que pueden venderse en régimen de autoservicio, (por ejemplo, frutas, panes, etc), deben existir guantes desechables y papeleras, y en la medida de lo posible, se estudiará la suspensión de la manipulación del público, siendo atendida por el personal del establecimiento.
7. En el caso de manipulación de carnes frescas, fiambres, embutido, pescados y similar, por el personal, se extremarán las condiciones de higiene, con lavado frecuente de las manos con jabón, cambios de cuchillos con lavado y desinfección de estos frecuentes, igualmente de las tablas de corte, y otros útiles como picadoras, cortafiambres etc.
8. Todos los aseos, lavabos, lavamanos estarán debidamente equipados con dispensadores de jabón, papel secamanos desechable (o secadores de aire si es el caso de los aseos), y una papelerera con cierre de la tapa a pedal para la eliminación de estos. Se repondrán periódicamente para que no falten en ningún momento.
9. Las personas encargadas de cobrar y por tanto de manipular dinero, deben estar dotadas de guantes que, además, deberán desinfectar con solución adecuada tras cada cliente. En el caso de que la misma persona que atiende , es la que cobra, debería procederse a lavarse las manos tras contactar con el dinero.
10. Se recuerda que el uso de guantes no asegura la no transmisión del virus, si estos están sucios o contactan con superficies contaminadas. Por tanto, el uso de guantes no evita el lavado de manos igual o más que si no se utilizasen.
11. Los guantes que utilice el público deben desecharse tras su uso.
12. Para quitarse los guantes, evite contactar al quitarse el primero con la piel de la muñeca, para ello, tire con los dedos de la zona de la palma de la mano y envuelva el guante hacia adentro, sin que en ningún momento su mano enguantada contacte con la piel, posteriormente con la mano desnuda, introduzca un dedo entre el guante y la muñeca de la otra mano y sáquese el guante envolviéndolo hacia adentro, sin que la superficie externa del guante contacte con la piel de la otra mano. Tras ello elimínelos en una papelerera como las descritas anteriormente. Luego, proceda al lavado de manos o a la desinfección con soluciones adecuadas.
13. Terminada la jornada de trabajo, se procederá a una limpieza y desinfección del establecimiento y equipos y se hará una más exhaustiva sobre los elementos que toca la clientela como asas de

- cestas, carros, manillas y pomos de puertas, etc. El personal que la realice llevará los métodos de autoprotección necesarios en función de las operaciones a realizar y sustancias a utilizar.
14. Cualquier trabajador que presente sintomatología compatible con el COVID-19, deberá comunicarlo al responsable, y en todo caso será retirado del trabajo, hasta que los Servicios Asistenciales competentes determinen que debe hacer.
 15. Informar a la clientela de las medidas mediante cartelería y atender las dudas como hacen normalmente.
 16. Las personas que limpien deben utilizar guantes, que se quitarán tras limpiar y desecharán. Se lavarán las manos inmediatamente después con agua y jabón durante un mínimo de 30 segundos.
 17. Las superficies sucias deben limpiarse con detergente o jabón previamente a la desinfección.
 18. Se aplicará el desinfectante, y dejará actuar el tiempo necesario según el fabricante o en su defecto, unos 10 minutos mínimo.
 19. Si es necesario, se enjuagará posteriormente con agua limpia.
 20. Se puede usar vapor a más de 70 grados Centígrados, pero tenga en cuenta que debe evitar salpicaduras o flujos de aire que trasladen suciedad de un sitio a otro, especialmente desde el suelo a otros lugares como mesas, repisas de estanterías, útiles de trabajo, etc.
 21. Recuerde que en caso de utilizar agentes clorados, como lejía y similar, el agua caliente hace que el cloro se evapore rápidamente, perdiendo efectividad.

DESINFECTANTES RECOMENDADOS

Lejía (hipoclorito de sodio). la concentración habitual en las lejías de uso doméstico, suele ser de 35 a 40 gramos de cloro por litro de producto. Otras lejías contienen 50 gramos de cloro o más, consulte el etiquetado. Se han recomendado diluciones del 0,5 % al 1 % de hipoclorito.

Para hacer una dilución de lejía que contiene 40 gramos de cloro por litro al **0,5%**, al estar en forma de hipoclorito sódico, la dilución debería ser de **125 ml** o cm^3 de lejía, por cada 875 ml de agua, es decir, se añaden 125 ml en un recipiente opaco, y se completa con agua hasta hacer 1 litro.

Para hacer una dilución de lejía que contiene 50 gramos de cloro por litro al **0,5%**, al estar en forma de hipoclorito sódico, la dilución debería ser de **100 ml** o cm^3 de lejía, por cada 900 ml de agua, es decir, se añaden 100 ml en un recipiente opaco, y se completa con agua hasta hacer 1 litro.

Para hacer una dilución de lejía que contiene 40 gramos de cloro por litro al **1 %**, al estar en forma de hipoclorito sódico, la dilución debería ser de **250 ml** o cm^3 de lejía, por cada 750 ml de agua, es decir, se añaden 250 ml en un recipiente opaco, y se completa con agua hasta hacer 1 litro.

Para hacer una dilución de lejía que contiene 50 gramos de cloro por litro al **1%**, al estar en forma de hipoclorito sódico, la dilución debería ser de **200 ml** o cm^3 de lejía, por cada 800 ml de agua, es decir, se añaden 200 ml en un recipiente opaco, y se completa con agua hasta hacer 1 litro.

Se recuerda que el cloro se evapora con el tiempo, especialmente si le da la luz solar o está almacenado a altas temperaturas, por tanto se recomienda preparar la dilución el mismo día de su uso.

Recuerde que si se diluye en agua caliente, se pierde efectividad también por evaporación.

Otros desinfectantes recomendados son los AMONIOS CUATERNARIOS, ALCOHOL ETÍLICO mínimo de 70°, ÁCIDO PARACÉTICO, PERÓXIDO DE HIDRÓGENO. Es decir que los desinfectantes habituales usados en la industria alimentaria se muestran eficaces para atacar a este virus, pero no olvide dejar actuar por el tiempo recomendado por el fabricante y siempre habiendo eliminado previamente restos de suciedad como grasa, polvo, etc. Se recuerda que el amoniaco no es un buen desinfectante, solo actúa como desengrasante.

Para la ropa, se recomienda lavar a temperaturas por encima de los 60-70 grados centígrados, con cualquier detergente normal. No se recomienda sacudir la ropa sucia antes de lavar, para evitar que partículas adheridas a la ropa se desprendan en el aire.

Y por supuesto, apliquen en todo momento las Buenas Prácticas de Higiene, y no olvide lavarse las manos tras estornudar o toser, tras ir al aseo (se ha demostrado que a través de las heces o por contaminación fecal se transmite el COVID-19), antes y después de comer, y tras las pausas de descanso.

En anexo adjunto, esquema gráfico para la higienización de manos de la Organización Mundial de la salud (OMS).

No dude en consultar cualquier duda a sus Servicios de Salud Pública en el telf. 924554409-924554454.

ENTRE TODOS PODEMOS ACABAR CON LA EPIDEMIA DEL CORONAVIRUS 2019.

SEA RESPONSABLE Y SOLIDARIO.



Figura 1. Técnica de higiene de manos con agua y jabón y antiseptia con preparados de base alcohólica

