



Sector: manipuladores de alimentos en cocina, servicio y reparto

**RECOMENDACIONES DE GUÍA DE BUENAS  
PRÁCTICAS HIGIÉNICAS PARA EVITAR EL  
CONTAGIO Y LA TRANSMISIÓN DE SARS-CoV-2**

## Índice

1. INFORMACIÓN SOBRE SINTOMATOLOGÍA
2. ANTES DE IR AL TRABAJO
3. MEDIDAS HIGIÉNICAS PERSONALES GENERALES
4. MEDIDAS DE PREVENCIÓN GENERALES EN LOS PUESTOS DE TRABAJO
5. MEDIDAS PREVENTIVAS ESPECÍFICAS PARA RECEPCIÓN Y ALMACENAMIENTO DE MATERIAS PRIMAS
6. MEDIDAS PREVENTIVAS ESPECÍFICAS EN LAS SALAS DE CONSUMO
  - 6.1. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA EL COBRO
  - 6.2. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA SERVICIO EN BARRA
  - 6.3. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA SERVICIO EN BUFFET
7. MEDIDAS PREVENTIVAS ESPECÍFICAS PARA SERVICIO O REPARTO DE ALIMENTOS PARA CONSUMO FUERA DEL ESTABLECIMIENTO
  - 7.1. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA LA COMIDA PARA LLEVAR
  - 7.2. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA EL REPARTO A DOMICILIO
8. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA USO DE ASEOS
9. REQUISITOS ESPECÍFICOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN
  - 9.1. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA USO DEL LAVAVAJILLAS
  - 9.2. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA EL LAVADO DE ROPA DE TRABAJO
  - 9.3. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA EL LAVADO DE OTROS TEXTILES (MANTELERÍAS, SERVILLETAS, TAPICERÍAS, ETC)
10. GESTIÓN DE RESIDUOS
11. BIBLIOGRAFÍA

**ANEXO I: USO ADECUADO DE ELEMENTOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (MASCARILLAS, GANTES Y PANTALLAS FACIALES)**

## 1. Información sobre sintomatología

- Los síntomas asociados a la enfermedad Covid-19 son, con mayor frecuencia, tos, fiebre y dificultad respiratoria, y en algunos casos diarrea, dolor muscular o de cabeza. También se ha relatado la aparición de anosmia (pérdida de olfato y gusto).
- El 80% de los casos presenta sintomatología leve.
- El periodo de incubación es de 2-14 días. El 50% de los casos comienza a presentar síntomas a los 5 días desde el contagio.

## 2. Antes de ir al trabajo

- Ante cualquier síntoma de los descritos anteriormente, se contactará con el número de información dispuesto por las autoridades sanitarias (900232323 para síntomas, 900122112 para información), o bien con tu centro de salud y sigue las instrucciones.
- NO SE DEBERÁ ACUDIR AL CENTRO DE TRABAJO SI SE PRESENTA CUALQUIER SÍNTOMA SOSPECHOSO O COMPATIBLE.
- NO SE DEBERÁ AL CENTRO DE TRABAJO SI SE HA ESTADO EN CONTACTO ESTRECHO (a menos de 2 metros de distancia y durante, al menos, 15 minutos) DE UNA PERSONA POSITIVA A CORONAVIRUS SINTOMÁTICA O SE HA COMPARTIDO ESPACIO SIN GUARDAR LA DISTANCIA DE SEGURIDAD CON UNA PERSONA POSITIVA ASINTOMÁTICA.
- En caso de situaciones de especial riesgo (embarazo o padecimiento de hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer, inmunodepresión, etc.), se deberá contactar con el centro de atención primaria y seguir sus instrucciones.
- La no asistencia al centro del trabajo, incluso cuando no se presentan síntomas deberá estar acreditada, bien por un diagnóstico de la persona positiva con la que se ha tenido contacto, bien por informe médico relativo a la situación personal y de salud del trabajador.

## 3. Medidas higiénicas personales generales

- Las medidas dispuestas en la presente guía son independientes y no eximen del cumplimiento de los requisitos establecidos en el APPCC del establecimiento.
- Priorizar el uso de escaleras al de ascensores o montacargas. Estos deberán usarse sólo lo mínimo imprescindible.

- Mantener la distancia de seguridad (2 metros) en la medida de lo posible.
- Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
- Evitar el uso de anillos, joyas, relojes, etc. en el puesto de trabajo.
- Llevar las uñas cortas, limpias y cuidadas.
- Llevar el cabello recogido en todo momento. El uso de cofias, gorros o redecillas quedará supeditado al riesgo de contaminación física por caída de pelo en los alimentos.
- El uso de mascarillas, guantes o pantallas faciales estará determinado por el riesgo de exposición y transmisión de cada puesto de trabajo, según lo determinado en el plan de contingencia desarrollado por el establecimiento y el servicio de Riesgos Laborales.
- Para uso de EPIs, seguir las instrucciones del Anexo I.
- Evitar, en la medida de lo posible, el uso de equipos y dispositivos de otros trabajadores. En el caso de que sea necesario, aumentar las medidas de precaución y lavar y desinfectar el elemento antes de usarlo. En cualquier caso, lavarse las manos inmediatamente después de usarlo siguiendo las instrucciones dadas.
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón preferentemente. El lavado de manos será obligatorio en, al menos, las siguientes situaciones:
  - Al llegar al centro de trabajo.
  - Antes de ponerse el uniforme de trabajo.
  - Al incorporarse al puesto de trabajo, al inicio de jornada o tras cualquier pausa.
  - Tras sonarse la nariz, toser o estornudar.
  - Tras tocarse accidentalmente los ojos, la nariz o la boca.
  - Antes y después de ponerse guantes, en caso de usarlos.
  - Antes y después de usar la mascarilla, en caso de usarla.
  - Tras tocar elementos que puedan estar contaminados, como dinero, tarjetas de pago bancario, teléfono (tanto el del trabajo como el móvil personal), teclados, pantallas, dispositivos de huella digital, etc.
  - Antes y después de usar el servicio.
  - Tras comer o llevarse cualquier alimento a la boca.
  - Antes de manipular alimentos listos para su consumo no envasados.
  - Tras recibir mercancía de un proveedor.
  - Al abandonar el puesto de trabajo.

- Tras vestirse con la ropa de calle.
- Al abandonar el centro de trabajo.
- Seguir las instrucciones de lavado de manos siguientes:

## RECOMENDACIONES DE LA OMS PARA EL LAVADO DE MANOS

# ¿Cómo lavarse las manos?

**0** Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos



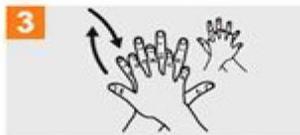
**0** Mójese las manos con agua;



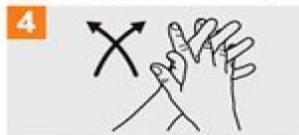
**1** Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



**2** Frótese las palmas de las manos entre sí;



**3** Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



**4** Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



**5** Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



**6** Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



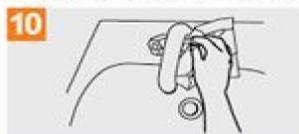
**7** Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



**8** Enjuáguese las manos con agua;



**9** Séquese con una toalla desechable;



**10** Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



**11** Sus manos son seguras.



Organización  
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente  
UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES  
Clean Your Hands

- ES RESPONSABILIDAD DE TODO EL PERSONAL CUIDAR DE QUE SIEMPRE HAYA JABÓN Y PAPEL EN LOS PUNTOS DE LAVADO DE MANOS.
- En caso de no ser posible un lavado de manos, usar soluciones desinfectantes.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable NO REUTILIZABLE y tirarlo inmediatamente a un cubo de basura con tapa y pedal.
- Evitar tocarse la nariz, la boca o los ojos con las manos.
- NO TOCAR LA TAPA DE LOS CUBOS DE BASURA PARA TIRAR PAÑUELOS USADOS.

- En caso de no disponer de papel o pañuelos, toser o estornudar en el hueco del codo INDEPENDIENTEMENTE DE SI SE USA MASCARILLA O NO.
- Es OBLIGATORIO avisar INMEDIATAMENTE a compañeros y superiores si se empiezan a notar síntomas compatibles con COVID-19. En ese caso, además, es obligatorio:
  - Extremar el distanciamiento social y las medidas de higiene antes descritas.
  - Contactar con el servicio de prevención de riesgos laborales, el médico de atención primaria o el teléfono de atención al COVID-19.
- El personal se pondrá la ropa de trabajo ÚNICA Y EXCLUSIVAMENTE en el centro de trabajo, independientemente de su puesto. QUEDA TERMINANTEMENTE PROHIBIDO ACCEDER A LOS PUESTOS DE TRABAJO CON ROPA Y CALZADO DE CALLE.
- La ropa de trabajo se usará limpia diariamente.
- Se establecerá un aforo limitado en el vestuario, de manera que pueda realizarse el cambio de ropa manteniendo las distancias de seguridad con otros trabajadores.
- La ropa y calzado de calle nunca contactarán con la ropa de trabajo de repuesto.

## 4. Medidas de prevención generales en los puestos de trabajo

- Reforzar las tareas de limpieza y desinfección de las salas de trabajo y zonas de venta. Al final del turno de trabajo, limpiar completamente la zona de trabajo utilizada, y desinfectar los puntos de mayor riesgo de contacto, como:
  - tiradores de puertas, equipamiento y electrodomésticos,
  - dispensadores de jabón,
  - manivelas de grifos,
  - botones de maquinaria,
  - mandos de fogones y freidoras,
  - mangos de cestas de freidoras,
  - interruptores que se hayan accionado,
  - teclados,
  - teléfonos,
  - bolígrafos de uso común,
  - filos inferiores de puertas y muebles donde se apoyen las manos

- mesas y sillas de comedores de personal,
- Para estas superficies, se realizará una limpieza y desinfección en dos fases:
  - Limpieza con detergente diluido en agua.
  - Enjuague.
  - Aplicación de desinfectante en dilución reciente:
    - Alcohol 62-71º durante 1 minuto
    - Agua oxigenada al 0,5% durante 1 minuto
    - Lejía a 1 g/l de cloro activo, preparada según lo dispuesto en la tabla siguiente:

VOLUMEN DE AGUA A TRATAR (para 1 g/l de concentración aproximadamente)	Diferentes concentraciones de cloro según la lejía (ver parte posterior de etiqueta)		
	35 g/l cloro activo	40 g/l cloro activo	50 g/l cloro activo
2 l	57 ml	50 ml	40 ml
5 l	143 ml	125 ml	200 ml
10 l	285 ml	250 ml	200 ml

- Cualquier otro desinfectante incluido en la lista de virucidas autorizados por el Ministerio de Sanidad, siguiendo las instrucciones de su ficha técnica.
- En el caso de lejía, dejar actuar 5 minutos, aclarar con agua limpia y secar. En el caso de alcohol y agua oxigenada, dejar evaporar.
- Ventilar la sala de trabajo durante al menos 5 minutos al final de cada turno de trabajo.
- En el caso de haber sistemas de filtración y climatización, aumentar la frecuencia de limpieza de filtros.
- LAS TAREAS DE LIMPIEZA DEBEN REALIZARSE CUIDANDO LA PROTECCIÓN DEL PERSONAL IMPLICADO. EN TODO EL PROCESO SERÁ OBLIGATORIO EL USO DE GUANTES Y MASCARILLA DE UN SOLO USO.

## 5. Medidas preventivas específicas para recepción y almacenamiento de materias primas

- Independientemente de lo especificado en el sistema APPCC del establecimiento, se designará un espacio reservado para la recepción o devolución de mercancías. Este espacio podrá ser una mesa específica, una sala, una demarcación en el suelo, etc., se situará cerca de la puerta de entrada de materias primas y deberá estar identificada.
- El personal de reparto no deberá pasar más allá de dicha zona, preferentemente usará mascarilla y deberá desinfectarse las manos tras terminar la descarga.
- Los albaranes o documentos de acompañamiento comercial deberán dejarse en una mesa para evitar el contacto con el proveedor, y siempre se mantendrán en la zona de recepción.
- Los dispositivos utilizados en esta fase (termómetro, bolígrafo, etc) deberán ser desinfectados tras su uso si los utilizan diferentes personas.
- Una vez recibido el producto y comprobada la adecuación del pedido conforme a lo especificado en el APPCC:
  - Se eliminará el embalaje y la envoltura externa de packs y se depositará en un contenedor con tapa
  - Se desinfectarán con los desinfectantes descritos los envases que no traigan embalaje o envoltura externa.
  - Los artículos que no puedan ser desinfectados se cambiarán a una caja desinfectada propia del establecimiento en la misma zona de recepción.
- Una vez terminada la descarga y el almacenamiento, el personal implicado se lavará las manos como se ha indicado anteriormente.

## 6. Medidas preventivas específicas en las salas de consumo

- El aforo de la zona de consumo, ya sea comedor, barra o terraza, deberá adecuarse a los requisitos establecidos para cada fase de desescalada.
- La disposición de mesas y sillas será tal de forma que las distancias entre los respaldos de sillas de mesas diferentes sean, como mínimo, de 2 metros.
- Se deberá contar con dispensadores de solución desinfectante para uso obligatorio de los comensales. Estos dispensadores deberán ubicarse en sitios fácilmente accesibles y, al menos, a la entrada a la zona de consumo.
- En dichas salas se colocarán carteles recordando la obligatoriedad del uso de estos dispensadores e identificando la localización de los mismos.

- Priorizar el uso de mantelería de un solo uso. Si no fuera posible, cada mantelería o salvamanteles se usará para un único grupo de comensales y se cambiará cuando otro grupo ocupe la mesa.
- En los cambios de mesa, deberán limpiarse y desinfectarse las superficies de mesas y sillas que puedan entrar en contacto con los comensales.
- Se evitará tener las mesas montadas con el menaje sin proteger cuando éstas no estén ocupadas, salvo en el caso de montajes de eventos donde las mesas se sitúen en zonas sin presencia habitual de comensales.
- Se evitará el almacenamiento de vajilla, cubertería y cristalería en las salas de consumo. En el caso de no disponer de otras dependencias de almacenamiento, se usarán muebles cerrados o se reubicarán de manera que no se sitúen en las zonas de paso de comensales y trabajadores.
- Se evitará el uso de elementos permanentes en las mesas, barras y elementos de buffet, como palilleros, servilleteros, aceiteras, vinagreras, etc. u objetos de decoración.
- Se evitará el uso de cartas de uso común. Se preferirá el uso de pizarras, carteles o cartas desechables. Si se usan cartas tradicionales, éstas deberán ser plastificadas y deberán desinfectarse tras cada uso.
- Los dispositivos táctiles y los bolígrafos del personal serán exclusivos de cada trabajador, el cual será responsable de su limpieza y desinfección al menos al acabar el turno.
- Se deberán implementar medidas para que los clientes no hagan un uso arbitrario de mesas y sillas, de manera que el personal pueda controlar qué elementos se usan y cuáles no, y desinfectar aquéllos tras su uso. Al respecto, se instalarán carteles donde se indique a los comensales la prohibición de ocupar mesas y sillas por su cuenta, debiendo esperar a que el personal del establecimiento les acomode.
- Durante el servicio, se realizará un lavado y desinfección de manos y de guantes tras cada servicio a una mesa.
- Al recoger los pedidos en el punto de entrega, deberá organizarse de manera que no se produzcan aglomeraciones entre personal ni entre personal y clientes. A este efecto, se designará y señalizará una zona de uso exclusivo para el personal.
- Tras el turno, se deberán ventilar bien las zonas de consumo.

## 6.1 Medidas específicas para el cobro

- En establecimiento con pago inmediato de servicios, se fomentará el pago mediante tarjeta o medios electrónicos. Si se manejan entre varias personas, los dispositivos y TPV de pago se desinfectarán tras cada cambio de cobrador.
- En el caso en el que sólo sea posible el cobro en efectivo, se utilizará un plato o bandeja entre cobrador y cliente, donde se depositará el dinero de pago y el de cambio.
- Preferiblemente, el cobro en efectivo lo realizará un único trabajador de la plantilla, y SIEMPRE se usarán guantes.

## 6.2 Medidas específicas para servicio en barra

- Se deberá respetar la distancia de seguridad entre comensal y personal
- Deberán establecerse las posiciones a ocupar por el comensal o grupo de comensales, de forma que se eviten aglomeraciones y se garantice la distancia de seguridad entre los mismos.
- Los productos expuestos en la barra deberán estar convenientemente protegidos, tanto hacia el comensal como hacia el trabajador
- No se admite el autoservicio en barra por parte del comensal.

## 6.3 Medidas específicas para el servicio en buffet

- Las comidas deberán estar protegidas del público con pantallas, estén dispuestas en bandejas o en formatos ya envasados.
- Se evitará el autoservicio de comidas por parte del comensal, implementando el emplatado individual asistido por el personal o bien la disposición de comidas envasadas.
- Se cambiarán con frecuencia los utensilios de servicio (cucharones, pinzas, etc.)
- Si el establecimiento lo permite, se podrá diseñar un itinerario sugerido o predefinido para evitar aglomeraciones en determinadas zonas y evitar el contacto entre comensales.
- En el caso de autoservicio de productos envasados, los comensales deberán usar guantes desechables.

## 7. Medidas preventivas específicas para servicio o reparto de alimentos para consumo fuera del establecimiento

### 7.1 Medidas específicas para la comida para llevar

- Los pedidos se recogerán en una zona habilitada y señalizada específica
- Se indicará en la zona, mediante carteles, las instrucciones para la recogida que deben seguir los clientes, el límite de aforo y la obligatoriedad de esperar fuera del establecimiento si el aforo se alcanza
- Se instalará en la zona un dispensador de desinfectante para manos, de uso obligatorio para clientes antes de recoger el pedido y después de recibir el cambio, y de uso obligatorio para el personal tras recibir dinero en efectivo de los clientes
- En esta misma zona se realizará el pago
- Deberá asegurarse la distancia de seguridad, bien mediante marcas en el suelo o bien mediante el uso de pantallas protectoras.
- En el caso de comidas o alimentos que no vayan a ser consumidos inmediatamente, éstos deberán despacharse protegidos.

### 7.2 Medidas específicas para el reparto a domicilio

- La entrega del pedido al repartidor se realizará en un espacio habilitado para tal fin. El personal de reparto tiene prohibida la entrada a las zonas de manipulación y almacenamiento.
- Para la entrega, la comida se depositará en bolsas o recipientes cerrados, preferiblemente sellados y de un solo uso.
- El reparto se realizará introduciendo los envases de comida en bolsas o cajas preferentemente isotermos, a no ser que pueda demostrarse que, merced a la naturaleza del producto o de la distancia entre establecimiento productos y cliente, el producto no supera los 8°C (alimentos fríos) o 65°C (alimentos calientes).
- Una vez recibido y cargado el pedido, el repartidor deberá lavarse las manos.
- La entrega de los pedidos al personal de reparto se establecerá de tal forma que se evite las aglomeraciones del mismo.

- En el momento de la entrega al cliente, se preferirá la entrega en la calle, sin acceder al domicilio ni al edificio vecinal.
- Durante la entrega al cliente, se procurará mantener la distancia de seguridad.
- A ser posible, se preferirá el uso de pago por medios electrónicos. De no ser posible, el personal de reparto deberá desinfectarse los guantes tras cada cobro.
- La bolsa o caja de reparto se desinfectará interiormente al menos tras cada ruta de reparto. Al final del turno o de la jornada, se realizará una limpieza y desinfección profunda tanto de exterior como de interior de la bolsa o caja.

## 8. Medidas específicas para uso de aseos

- Los aseos, tanto de personal como de clientes, deben contar con dispensadores de jabón, dispensadores de papel y dosificadores de solución desinfectante.
- Los consumibles deberán ser repuestos a la mayor prontitud.
- Los aseos deberán limpiarse al menos seis veces al día, incidiendo en botones de cisternas, manivelas de grifos, accionadores de dosificación de jabón y desinfectante, manivelas de puertas y cualquier otro elemento susceptible de ser accionado con la mano o de ser punto de apoyo de las mismas.
- Los cubos de basura de los aseos deberán tener tapa con accionamiento no manual (pedal), y doble bolsa.
- Se recomienda instalar cartelería en los aseos de clientes pidiendo su colaboración en la comunicación de incidencias al personal.

## 9. Requisitos específicos de limpieza y desinfección

- El plan de limpieza y desinfección será de aplicación obligatoria y estricta
- Se seguirán de forma especial las pautas marcadas en el punto Medidas de prevención generales en el puesto de trabajo.
- Los útiles de limpieza y desinfección de zonas de alto riesgo deberán ser exclusivos y guardarse aislados e identificados, de manera que se evite la contaminación cruzada de otros útiles de limpieza.
- Las bayetas y estropajos se mantendrán higienizados en todo momento, y se cambiarán periódicamente.

- En la limpieza de menaje, vajilla, cubertería, cristalería, utensilios de elaboración y manejo, etc, se preferirá la limpieza mecánica en lavavajillas, siempre que el tamaño y el material de los útiles lo permita.
- El lavavajillas deberá disponer de una cuba de lavado a la temperatura adecuada al detergente utilizado, y un calderín de aclarado que asegure que el agua para desinfección llega a la cuba a 82°C.

## 9.1. Medidas específicas para el uso del lavavajillas

- El lavavajillas, a no ser que sea exclusivo, será de uso compartido para los elementos de las zonas de consumo y los elementos de la cocina.
- Los elementos sucios deberán lavarse y desinfectarse a la mayor brevedad posible.
- Se incluirán en el lavado los elementos que hayan podido estar en contacto con los comensales, aunque no se hayan usado.
- Antes de poner el lavavajillas, deberemos asegurarnos de que éste ha estado encendido el tiempo suficiente para que se calienten el agua de lavar y el de aclarar (más de 82°C).
- Se realizará un prelavado o enjuagado antes de introducir los elementos en el lavavajillas, a fin de eliminar suciedad grosera.
- En el caso de que los elementos presenten rincones o espacios de difícil limpieza, como los pitorros de las lecheras, se realizará un lavado completo previo, usando cepillos, lancetas o cualquier elemento que permita acceder al rincón y sacar la suciedad.
- En cada carga, se pondrá UNA ÚNICA CESTA. En el caso de que ésta lleve elementos que puedan girarse, se podrá poner una cesta vacía encima, sólo con el fin de evitar el giro.
- La cesta no deberá ir sobrecargada: deberemos asegurarnos que el agua de los chorros llegue a todas las superficies que deban lavarse y desinfectarse. Así, NUNCA pondremos dos capas de tazas, vasos o bandejas, por ejemplo.
- Terminado el ciclo de lavado, los elementos lavados deberán salir de la máquina MUY CALIENTES. En el caso de que advirtamos de que esto no sucede, daremos parte al encargado de mantenimiento o al superior correspondiente.
- La cesta ya lavada se dejará unos minutos fuera del lavavajillas antes de colocar, de manera que el agua residual se evapore.

- A la hora de colocar elementos que se guardan apilados, como vasos, bandejas, platos, tazas o tupper, nos aseguraremos de que estén BIEN SECOS. En caso de no estarlo, los secaremos CON PAPEL.
- El lavavajillas deberá limpiarse, al menos, cada día, haciendo hincapié en fillos y raíles donde tiendan a acumularse restos.
- Si se observan obstrucciones, los aspersores del lavavajillas se desmontarán y se limpiarán por dentro, o bien se dará parte al encargado de mantenimiento.

## 9.2. Medidas específicas para el lavado de ropa de trabajo

- La ropa de trabajo se lavará cada día, una vez terminado el turno de trabajo.
- Si la ropa se lava en el establecimiento, se depositará en el contenedor destinado a tal fin.
- En el caso de que la ropa se lave en casa, la ropa sucia se depositará en una bolsa de plástico, de manera que no contacte durante el trayecto con otros elementos y superficies.
- El lavado se realizará a la máxima temperatura que permita la prenda. Para ello, se escogerán prendas que permitan un lavado a más de 60°C.
- El lavado se realizará con un ciclo completo y de forma automática. La ropa no se lavará a mano.
- Una vez limpia, la ropa se depositará en una bolsa de plástico desinfectada por dentro.
- En el caso de ropa de repuesto, ésta se guardará en la taquilla en una bolsa de plástico, para evitar contaminaciones ambientales.

## 9.3. Medidas específicas para el lavado de otros textiles (mantelerías, servilletas, tapicerías, etc.)

- Los textiles que se puedan lavar de forma automática se tratarán como se ha indicado en el punto anterior
- Los textiles que hayan de lavarse a mano, se lavarán con agua lo más caliente posible. En su defecto, se emplearán productos virucidas de los autorizados por el

Ministerio de Sanidad, elegidos de tal forma que no dañen el tejido. Se usarán exactamente como se indica en la ficha técnica.

## 10. Gestión de residuos

- Los guantes y mascarillas de un solo uso serán depositados en el cubo de residuos orgánicos de la sala de trabajo (no requiere separación por tipo de residuo).
- En el caso de que un trabajador haya presentado síntomas compatibles con COVID-19 durante la jornada de trabajo, el cubo de basura donde haya depositado pañuelos, mascarillas, guantes, etc., DEBERÁ SER AISLADO, y la bolsa de basura que contenga deberá ser introducida dentro de una segunda bolsa y cerrada de forma estanca para su eliminación.

## 11. Bibliografía

- Buenas prácticas en los centros de trabajo, 11 de abril de 2020. Medidas para la prevención de contagios del COVID-19. Ministerio de Sanidad.
- Guía de prevención y control frente al COVID-19 en residencias de mayores y otros centros de servicios sociales de carácter residencial, 24 de marzo de 2020. Ministerio de Sanidad.
- Guía de buenas prácticas para los establecimientos del sector comercial. Ministerio de Industria, Comercio y Turismo.
- COVID-19 e inocuidad de los alimentos: orientaciones para las empresas alimentarias. Orientaciones provisionales. 7 de abril de 2020. Organización Mundial de la Salud.
- COVID-19: guía de buenas prácticas para los establecimientos y trabajadores del sector turístico. Ministerio de Sanidad.
- COVID-19 y seguridad alimentaria: información para consumidores. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, 28 de abril de 2020. Ministerio de Sanidad.
- Órdenes del Ministerio de Sanidad para la flexibilización de determinadas restricciones de ámbito nacional, establecidas tras la declaración del estado de alarma en aplicación de las diferentes fases del Plan para la transición hacia una nueva normalidad, publicadas en el Boletín Oficial del Estado en fechas variables para cada territorio.

## Anexo I: uso adecuado de elementos de protección individual

En base a la Resolución del 23 de abril, de la Secretaría General de Industria y de la Pequeña y Mediana Empresa, referente a los equipos de protección individual en el contexto de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, si un equipo no dispone de certificado UE del Organismo Notificado (junto con la Declaración de Conformidad del fabricante y del resto de información que se pide en el producto/envase para el mercado CE), para poder ser suministrado/comercializado de forma excepcional, deberá contar con una autorización temporal por parte de la correspondiente autoridad de vigilancia del mercado (punto 2 del apartado Primero de la resolución).

De forma general, la recomendación es utilizar EPI desechables, o si no es así, que puedan desinfectarse después del uso, siguiendo las recomendaciones del fabricante.

Los EPI deben escogerse de tal manera que se garantice la máxima protección con la mínima molestia para el usuario y para ello es muy importante escoger la talla, diseño o tamaño que se adapte adecuadamente al mismo.

La correcta colocación de los EPI es fundamental para evitar posibles vías de entrada del agente biológico; igualmente importante es la retirada de los mismos para evitar el contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso.

Los EPI deben desecharse de manera segura, en bolsas cerradas que se eliminarán en el contenedor de restos (no en el de reciclaje).

### MASCARILLAS

Las mascarillas recomendadas en entornos laborales en el contexto de la actual epidemia de COVID-19 son las higiénicas (no reutilizables, fabricadas según UNE 0064-1 y con uso limitado a 4 horas, o reutilizables, fabricadas según UNE 0065, y que deben ser lavadas a 60°C tras periodo de uso similar). También podrá hacer uso de mascarillas quirúrgicas (UNE-EN 14683: 2019) aunque éstas son preferiblemente reservadas para personal contagiado o con sintomatología compatible con COVID-19. En todo caso, y como norma general, no es necesario utilizar mascarillas en un entorno donde no hay evidencia de persona o superficies potencialmente contaminadas por SARS-CoV-2, siempre que se pueda guardar la distancia de seguridad.

En ningún caso deberá tocarse la parte frontal de la mascarilla con las manos durante su uso y retirada. Tampoco se dejará la mascarilla en la frente, cuello ni se guardará en el bolsillo entre un uso y otro.

### Uso correcto de mascarillas

Realiza un uso correcto de mascarillas siempre asociado a las medidas de prevención y a las medidas para reducir la transmisión comunitaria:



Si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación



Mantén 2 metros de distancia entre personas



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte ojos, nariz y boca



Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar



Usa pañuelos desechables



Trabaja a distancia siempre que sea posible



**Haz un uso correcto para no generar más riesgo:**

-  **Lávate las manos antes** de ponerla
-  Durante todo el tiempo la mascarilla debe **cubrir la boca, nariz y barbilla**
-  **Evita tocar la mascarilla** mientras la llevas puesta
-  Desecha la mascarilla cuando esté húmeda y **no reutilices las mascarillas** a no ser que se indique que son reutilizables
-  **Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás**, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos

5 mayo 2020  
Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.micda.gob.es](http://www.micda.gob.es)  
@saludagob



## GUANTES

Los guantes pueden crear una falsa sensación de protección. Por ello es muy importante la higiene de manos antes y después de su uso, sobre todo si se han tocado superficies potencialmente contaminadas. En cualquier caso, el uso de guantes no debe considerarse sustitutivo de un lavado de manos.

Los guantes deberán cambiarse con la frecuencia indicada según su uso y siguiendo las indicaciones del fabricante. En todo caso, se puede aplicar desinfectante sobre ellos para alargar su uso, pero ante cualquier signo de deterioro (perforación, rasgado, etc.) deben ser sustituidos.

La manera correcta de quitarse los guantes sin contaminar las manos es siguiendo estos pasos:



1. Coger la parte exterior del guante con la mano opuesta, aún con guante, y quitarlo.
2. Sujetar con la mano enguantada el guante que se acaba de quitar.
3. Introducir los dedos de la mano sin guante por debajo del guante que no se ha quitado, a la altura de la muñeca.
4. Quitar el guante de forma que cubra el primer que se quitó.
5. Depositar los guantes en el cubo de residuos designado.
6. Lavar las manos lo antes posible.

## **PANTALLAS FACIALES**

1. Serán de uso individual. Para ello, cada pantalla se marcará con el nombre del usuario.
2. Su uso no exime de la adopción del resto de medidas higiénicas obligatorias, en especial el mantenimiento de la distancia de seguridad y la etiqueta respiratoria.
3. Su uso estará restringido a:
  - a. Puestos de trabajo de bajo riesgo
  - b. Puestos de trabajo o personas que no puedan usar otros elementos, por exceso de temperatura en el puesto de trabajo, excesiva sensación de ahogo, movimientos constantes de la mitad superior del cuerpo que faciliten el movimiento de la mascarilla (y, con ello, la probabilidad de tocarla con las manos), etc.
4. Se limpiará y desinfectará, al menos, antes y después del turno de trabajo. Durante la jornada.
5. Deberá cubrir toda la cara y el cuello, en vista frontal, y hasta los pómulos. El trabajador se la pondrá de modo que se asegure este punto durante toda la jornada de trabajo.





**CONFÍA EN EXPERTOS LA  
SEGURIDAD ALIMENTARIA DE TU  
NEGOCIO**

[www.csaconsultores.com](http://www.csaconsultores.com)