



Sector: manipuladores de alimentos en comercio minorista

**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 Y SALAS DE TRABAJO Y VENTA AL PÚBLICO
5. MEDIDAS PREVENTIVAS ESPECÍFICAS PARA RECEPCIÓN Y ALMACENAMIENTO DE MATERIAS PRIMAS Y PRODUCTOS
6. MEDIDAS PREVENTIVAS ESPECÍFICAS EN LAS ZONAS DE VENTA AL PÚBLICO
 - 6.1. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA LAS SECCIONES DE VENTA ASISTIDA
 - 6.2. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA EL COBRO
 - 6.3. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA CARROS Y CESTAS
7. MEDIDAS PREVENTIVAS 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 EL LAVADO DE ROPA DE TRABAJO
10. GESTIÓN DE DEVOLUCIONES
11. GESTIÓN DE RESIDUOS
12. 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 estará determinado por el riesgo de exposición y transmisión de cada puesto de trabajo. En cuanto al uso de guantes, la Guía de buenas prácticas para los establecimientos del sector comercial, editada por el Ministerio de Sanidad, en el punto Zona de Venta, establece la recomendación general del uso de guantes para todos los trabajadores del comercio minorista.
- Puede estudiarse la utilización de pantallas faciales según el riesgo lo requiera.
- 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.
 - Al acceder a la zona de venta al público desde las zonas de obrador y almacén.
 - 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.
 - 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;



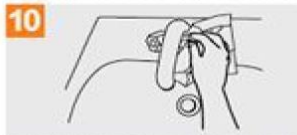
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



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 y salas de trabajo y venta al público

- En todo momento, se seguirán las reglas establecidas en el APPCC en cuanto a la manipulación de materias primas y productos, tanto en las fases de producción como en las de envasado y/o venta al público.
- 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 y armarios,
 - tiradores de cámaras,

- dispensadores de jabón,
 - manivelas de grifos,
 - botones y mandos de maquinaria,
 - 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 62-71° 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 tienda 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.

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

- En todo momento, se seguirán las reglas establecidas en el Plan de Proveedores y resto de documentación del APPCC para la recepción de materias primas y almacenamiento de las mismas.
- El conductor del vehículo no debe ser el que realice la descarga de materias primas e introducción en la tienda, deberá encargarse el personal de la misma
- Independientemente de lo especificado en el sistema APPCC del establecimiento, se designará un espacio reservado para la recepción de mercancías. Este espacio podrá ser una sala, una demarcación en el suelo, etc., se situará cerca de la puerta de entrada de materias primas y deberá estar identificada.
- Los albaranes o documentos de acompañamiento comercial deberán dejarse en una mesa en la zona 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.
- Si la mercancía o palet se recibe retractilada, se eliminará esta envoltura externa al guardar la mercancía en almacenes.
- 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 zonas de venta al público

- El personal de la tienda velará porque se cumpla el aforo marcado por el establecimiento, teniendo potestad para prohibir el acceso de clientes o para indicarles si deben abandonar la tienda para esperar en la calle.
- En la medida de lo posible, el personal también deberá asegurarse de que la distancia de seguridad se cumple en la zona de espera de acceso a la tienda
- Este aforo deberá ser comunicado a los clientes en la puerta de acceso a la tienda.

- Se comunicará asimismo a los clientes, mediante cartelera en la entrada, la prohibición de entrar a la tienda si se tienen síntomas compatibles con COVID-19 o no se encuentran bien.
- El personal velará, en la medida de lo posible, porque los clientes deambulen por la tienda sólo durante el tiempo necesario para hacer la compra, encargándose de la disolución de agrupamientos
- Se deberá contar con dispensadores de solución desinfectante para uso obligatorio de los clientes. Estos dispensadores deberán ubicarse en sitios fácilmente accesibles o, al menos, a la entrada a la tienda.
- En dichas zonas se colocarán carteles recordando la obligatoriedad del uso de estos dispensadores e identificando la localización de los mismos.
- 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.
- En la medida de lo posible, se deberá evitar la manipulación directa por parte de los clientes de los alimentos, especialmente los no envasados, y de equipos, facilitando el servicio a los clientes para minimizar el uso del sistema de autoservicio.
- Se recomendará el uso de guantes de un solo uso en las zonas de autoservicio, los cuales estarán siempre disponibles.
- Si los productos se encuentran expuestos directamente al cliente sin envasar, se deberán proteger en vitrinas, plástico, cristal o cualquier otro material que garantice su higiene.
- En el caso de frutas y verduras en autoservicio, deberá comunicarse a los clientes, mediante cartelera, recomendaciones respecto al lavado y tratamiento del producto, y el uso de guantes desechables.
- En el caso de productos de prueba, se recomienda su retirada durante este periodo de crisis, restringiendo su uso o manipulación únicamente por el personal del local.
- En la salida de la tienda, deberá ubicarse un cubo de basura señalizado de uso específico para los guantes que los clientes han usado para hacer la compra.

6.1 Medidas específicas para las secciones de venta asistida

- En el caso de puntos de venta atendidos por personal que, además, realiza labores de elaboración de productos, el personal deberá lavarse y desinfectarse las manos

antes de ponerse los guantes y despachar cualquier producto, listo para su consumo o no, envasado o no.

- Se recomienda el uso de marcas en el suelo para delimitar la distancia de clientes con mostradores de secciones de venta asistida.
- Se evitará el uso de elementos permanentes u objetos de decoración encima de los mostradores.
- El personal velará por que, en la zona de espera de la sección, los clientes mantengan la separación con el mostrador y entre ellos.

6.2 Medidas específicas para el cobro

- En establecimientos donde el personal que despacha es el mismo que cobra, 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.
- Tras el cobro, se realizará un lavado de manos o desinfección con soluciones hidroalcohólicas.

6.3 Medidas específicas para carros y cestas

- El personal velará, en la medida de lo posible, porque los asideros de carros y cestas se desinfecten tras cada uso.
- En caso de que no haya personal disponible específico para dicha tarea, se proporcionará a los clientes productos de limpieza o desinfección para que ellos mismos los utilicen.
- Al final del turno, el personal deberá realizar una limpieza y desinfección exhaustiva de todos los carros y cestas usados en el mismo.

7. Medidas preventivas específicas para el reparto a domicilio

- En todo momento, se seguirán las reglas establecidas en el APPCC para el reparto a domicilio de los productos de la tienda.
- Los productos siempre se repartirán correctamente envasados.
- Las cajas de los vehículos estarán limpias y desinfectadas antes de la carga.
- Las cajas de los vehículos habrán alcanzado la temperatura requerida antes de realizar la carga, en su caso.
- Una vez cargado el vehículo, el repartidor deberá lavarse las manos antes de acceder al puesto de conducción.
- El personal de reparto respetará escrupulosamente las medidas y condiciones adoptadas por los clientes en cuanto a entrega de pedidos.
- En el momento de la entrega al cliente, se preferirá la entrega en la calle, sin acceder al establecimiento o al edificio o zona comunal.
- Durante la entrega al cliente, se procurará mantener la distancia de seguridad.
- A ser posible, se preferirá el cobro por medios electrónicos o mediante gestión bancaria. De no ser posible, el personal de reparto deberá desinfectarse los guantes tras cada cobro.
- Tras cada entrega y/o cobro, se realizará una desinfección de manos con soluciones hidroalcohólicas.
- En caso de devolución de productos, éstos se colocarán en una zona específica y/o aislada de la caja del vehículo, identificándolos a ser posible. El personal se cambiará de guantes tras su manipulación.
- La caja del vehículo de reparto se limpiará y desinfectará interiormente al menos tras jornada de reparto.
- Al finalizar la jornada, se realizará una desinfección de los siguientes puntos del vehículo:
 - Volante
 - Palanca de cambios
 - Mandos y botones de radio
 - Asideros de puertas, tanto externos como internos
 - Terminales electrónicos
 - Móviles

- Bolígrafos de uso personal
- Etc.

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 los puesto y salas de trabajo y venta al público.
- 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.

9.1. 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.

10. Gestión de devoluciones

- Los productos devueltos por los clientes serán tratados como productos no conformes, independientemente de la causa de la devolución.
- En caso de productos embalados, se eliminará el embalaje antes de pasarlos al almacén.
- En caso de productos no embalados, se procederá a la desinfección superficial de los mismos.
- Se almacenarán en puntos de los almacenes debidamente identificados.
- En todo caso, se comunicará la existencia de estos productos al personal encargado de su gestión, no debiendo realizar sobre ellos ninguna acción que no se haya autorizado expresamente por el responsable.

11. 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)
- Podrá disponerse de un cubo de basura por área de trabajo específico para pañuelos de papel usados
- Asimismo, se podrá aumentar la frecuencia de retirada de residuos

- 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.

12. 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 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 y seguridad alimentaria: información para consumidores. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, 28 de abril de 2020. Ministerio de Sanidad.
- Protocolo de actuación frente al coronavirus (SARS-CoV-19) para la flota, explotaciones agroganaderas y la industria alimentaria. Departamento de Desarrollo Económico e Infraestructuras (Gobierno Vasco).
- 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.mscb.gob.es
@vamosdigo



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