



SINDICATO INDEPENDIENTE VETERINARIO DE EXTREMADURA
Avda. Virgen de Guadalupe, 20- Dchos. Prof. Tfno/Fax: 927 211244; 10.001-Cáceres
Avda. de Colón, 21, 8º D, . Tfno/Fax: 924 248321; 06.005-Badajoz
Apartado de correos nº 534; 10.600-Plasencia
www.sivex.org

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, 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.

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.

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

Los coronavirus son virus que **circulan entre los animales** pero algunos de ellos también pueden afectar a seres humanos.

El nuevo coronavirus fue identificado en China a finales del 2019 y es una nueva cepa que **no se había visto previamente en humanos**.

Síntomas

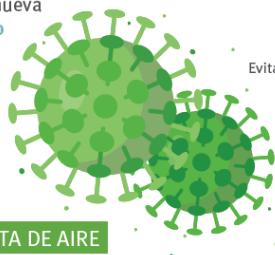
🌡️ FIEBRE

👃 TOS

👃 SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE

Si presentas alguno de estos síntomas y has viajado a una zona de riesgo, contacta telefónicamente con tu servicio de salud.

La desinformación y los prejuicios frente al coronavirus generan discriminación. Hagámoste frente. Infórmate en las fuentes oficiales.



Prevención

Medidas generales de prevención de este y otros virus respiratorios

En caso de sufrir una infección respiratoria, evitar el contacto cercano con otras personas

Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable

Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca

Lavarse las manos frecuentemente

En cualquiera de tus viajes, sigue estas recomendaciones de prevención e higiene

Transmisión

VÍA GOTAS RESPIRATORIAS

Periodo de incubación estimado
2-14 días



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 y el contacto con otras personas sin las precauciones recomendables.

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, preferiblemente dotada de tapa con apertura a pedal.

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 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, especialmente 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 papelera con cierre de la tapa a pedal para la eliminación de estos.
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 papelera 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 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 1 litro dilución al 0,5%:

125 ml de lejía uso doméstico 40gr/litro + 875 ml de agua = 1 litro

100 ml de lejía 50gr/litro + 900 ml de agua = 1 litro

Para 1 litro dilución al 1%:

250 ml de lejía 40gr/litro + 750 ml de agua = 1 litro

200 ml de lejía 50gr/litro + 800 ml de agua = 1 litro

Hay que recordar 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.

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 la contaminación fecal o a través de las heces se transmite el COVID-19), antes y después de comer y de las pausas de descanso.

Para consultar cualquier duda sobre estas indicaciones puede dirigirse a sus Servicios Veterinarios y Farmacéuticos de Salud Pública en Atención Primaria.

En anexo se adjunta esquema gráfico con las recomendaciones del Organización Mundial de la Salud para una correcta higienización de las manos.

**ENTRE TODOS PODEMOS ACABAR CON LA EPIDEMIA
DEL CORONAVIRUS SARS-CoV-II (COVID-2019).**

¡SEA RESPONSABLE Y SOLIDARIO!

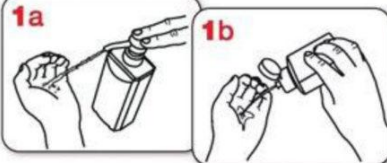


GOBIERNO DE ESPAÑA

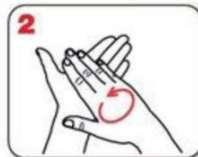
MINISTERIO DE SANIDAD

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

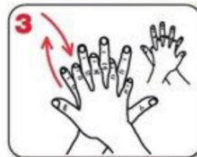
¿Cómo limpiarse las manos CON UN DESINFECTANTE ALCOHÓLICO?



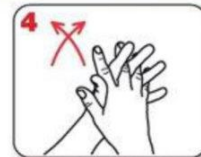
Deposite en la palma de la mano una cantidad de producto suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.



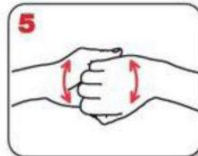
Frótese las palmas de las manos entre sí.



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, rodeándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.



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



Enjuáguese las manos con agua.



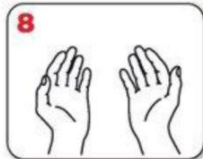
Séqueselas con una toalla de un solo uso.



Utilice la toalla para cerrar el grifo.



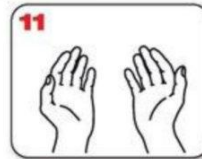
20-30 segundos



Una vez secas, sus manos son seguras



40-60 segundos



Sus manos son seguras.

WORLD ALLIANCE FOR PATIENT SAFETY

La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material.

Octubre de 2006, versión 1



Organización Mundial de la Salud

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización.

Design: www.digitalsign.com