

# **BUENAS PRACTICAS PARA LA PREVENCIÓN DEL CONTAGIO DE COVID-19 EN COCINAS Y COMEDORES DE LOS CENTROS DE IVASS**

5 de mayo del 2020

Las recomendaciones incluidas en el presente documento están en continua revisión en función de la evolución y nueva información que se disponga de la infección por el nuevo coronavirus (COVID-19).

## 1.- CONSIDERACIONES GENERALES

Los coronavirus son virus que se transmiten principalmente por vía respiratoria en gotas (producidas al toser, estornudar o hablar), por el contacto directo con las secreciones respiratorias y por contacto con superficies infectadas, tal y como se recoge en el documento “*Información científica-técnica de la Enfermedad por coronavirus, COVID 19*” elaborado por el Ministerio de Sanidad, en su actualización del 4 de abril.

En dicho documento se evidencia la presencia del virus en superficies de contacto permaneciendo activo durante diferente tiempo dependiendo del tipo de superficie, la temperatura y porcentaje de humedad a la que se encuentra de esta forma tenemos los siguientes ejemplos:

A una temperatura de 21-23°C y 40% de humedad el virus permanece activo en:

Cobre: 4 horas

Cartón: 24 horas

Acero Inoxidable: 48 horas

Plástico: 72 horas

Reduciéndose el tiempo de vida cuando la temperatura y la humedad ambiental aumentaba.

En el interior de frigoríficos a 4º C hay estudios que evidencian la permanencia del virus activa hasta 14 días y en el interior del congelador durante meses ,aunque la carga viral sería baja.

Sin embargo, en la actualidad no hay pruebas de que los alimentos puedan ser una fuente o una vía de transmisión probable del virus.

Por todo lo indicado la prevención de la infección por Covid-19 debe ir encaminada a evitar prácticas personales que puedan facilitar la dispersión del virus en el aire, y a generar hábitos higiénico-preventivos que permitan su eliminación y por tanto la dispersión y contagio.

Partiendo de la base de que las medidas preventivas implantadas en los centros IVASS a nivel general son de obligado cumplimiento, se considera necesario establecer, por la naturaleza de la actividad, una guía de actuación específica para el entorno de las cocinas y comedores con el fin de establecer hábitos de funcionamiento, de organización de espacios y de trabajo que favorezcan la prevención de la infección por coronavirus.

Se seguirán las medidas establecidas en el ámbito de la seguridad alimentaria y que se recogen en la legislación pertinente en vigor, relativa a cocinas y comedores comunitarios; sin

perjuicio de ello, en esta guía se recogen una serie de medidas de higiene complementarias a implantar para la prevención de la infección por coronavirus.

## **2.- MEDIDAS DE ACTUACIÓN.**

Podemos clasificar estas medidas en diferentes ámbitos:

### **2.1.- Medidas de higiene dirigidas al personal manipulador de alimentos.**

El personal que trabaje en las cocinas debe **conocer y aplicar las siguientes medidas higiénico-preventivas:**

- Se deben seguir las medidas de higiene respiratoria tales como:
  - Uso de pañuelos desechables para cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar y lavarse las manos inmediatamente.
  - Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión del virus.
- Si las condiciones de la cocina lo permiten, deberán mantener una separación de al menos 2 metros entre manipuladores; cuando esto no sea posible, se utilizarán mascarillas quirúrgicas.
- Conocer y aplicar las medidas recomendadas para la recepción de materias primas y alimentos. (ver punto 2.4).
- Gestionar de manera adecuada los residuos generados en el ámbito de la cocina y el comedor. (ver punto 2.7).
- Se deberá usar exclusivamente ropa de trabajo y se lavará con una frecuencia diaria en las instalaciones del centro.
- Es fundamental el cumplimiento en el lavado frecuente de manos con agua y jabón o soluciones alcohólicas.

### **2.2.- Medidas de higiene de las instalaciones.**

Tanto las cocinas como los comedores deben de tener acceso a aseos o zonas para el lavado de manos, como son los lavamanos y deben estar provistos de jabón y papel secamanos. Aquellas zonas que no tengan un acceso cercano a aseos o lavamanos dispondrán de soluciones hidroalcohólicas, preferiblemente dispuesta en envases con dispensadores tipo push y colocadas a la entrada del comedor.

- Se deberá colocar en zona visible cartelería de higiene de manos e higiene respiratoria.
- Limpieza y desinfección, al finalizar cada turno de trabajo, de las superficies donde se elabora la comida con especial atención a aquellas superficies donde haya un mayor contacto con las manos.
- Uso de los diferentes productos virucidas , tipo lejía al 40% para la limpieza de superficies y lejía de uso alimentario o similar para desinfección de frutas y verduras siguiendo las instrucciones del fabricante

### **2.3.- Medidas de higiene en la preparación de alimentos. Recomendaciones**

Se deberán cumplir las normas básicas de higiene en la manipulación de los alimentos.

Cuando se vayan a preparar alimentos cuyo consumo sea en crudo (ensaladas y frutas) se deberá realizar previamente lavado de manos.

Se lavarán las frutas y verduras con lejía de uso alimentario o similar siguiendo las instrucciones del fabricante

### **2.4.- Recepción y almacenaje de materias primas**

Se planificarán las entregas y recogidas de mercancías acordándose el día y la hora de la recogida o entrega de la materia prima para poder organizarse, evitando o disminuyendo la concurrencia entre distintos transportistas al mismo tiempo.

Se acordarán previamente, formas alternativas para la entrega y recepción de los albaranes que eviten el contacto con personal del centro (por ejemplo: correo electrónico, teléfono, etc.).

Antes y después del contacto con cualquier superficie, los trabajadores deberán lavarse las manos adecuadamente

Al realizarse la descarga se deberá mantener la distancia de seguridad de 2m

Se deberá limpiar los envases de alimentos que hayan estado expuestos a la manipulación durante el transporte. con bayeta y solución de agua y lejía (1 litro agua/ 20ml lejía), para asegurar que el virus no permanece vivo en la superficie en el momento de manipularlo.

Esta medida incluye también a los alimentos que vayan destinados a conservarse dentro del frigorífico o del congelador.

Tras la manipulación de las materias primas, se deberá realizar lavado de manos.

## **2.5.- Ventilación de las dependencias**

La ventilación debe permitir la renovación completa del aire de la estancia y mantener las condiciones ambientales adecuadas.

En las cocinas no está permitido el uso de ventiladores y en el caso de aparatos de aire acondicionado se evitará que el flujo de aire vaya directo a las superficies de trabajo.

## **2.6.- Limpieza de vajilla y utillaje**

La vajilla y el utillaje deben lavarse en lavavajillas a una temperatura superior a 60º.

Los productos y el programa seleccionados deben ser adecuados para higienizar la vajilla.

Los carros de comidas deben limpiarse y desinfectarse antes y después de su uso siguiendo el protocolo de uso de virucidas para desinfección de superficies.

Los carros no deben salir de las instalaciones del centro, pero si por algún motivo puntual tuvieran que sacarse a su vuelta se desinfectarán tanto las superficies como las ruedas con agua y lejía.

## **2.7 -Gestión de residuos**

Tanto en la zona de cocina como en la zona de comedor se debe disponer de recipientes diferenciados de la siguiente forma:

Residuos propios de cocina y los generados durante el servicio de comidas.

Residuos generados por la eliminación del material desechable utilizado para protección (guantes, mascarillas).

Los cubos estarán provistos de bolsa de plástico y dispondrán de tapa y pedal de apertura.

## **3. SERVICIO DE COMIDAS A RESIDENTES**

### **3.1.-Turnos de servicio de comidas**

En la zona de comedores se debe asegurar la distancia de seguridad entre comensales. Si esto no fuera posible se deberán establecer turnos de comidas, no debiendo afectar esto a las condiciones de seguridad alimentaria (mantenimiento de las temperaturas de los platos, espacio suficiente y/o circuito diferenciado entre el servicio y la retirada de los platos del comedor...).

Los envases que vayan a incorporarse al carro de comidas ( botellas de agua, yogures...) deben haber sido previamente desinfectados con una bayeta húmeda en una dilución de agua y lejía (1l/20ml)

#### **4.- HIGIENE DE MANOS**

La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección. (Ver carteles anexos)

Deberá realizarse, según la técnica correcta de higiene de manos con agua y jabón o antisepsia con preparados de base alcohólica cuando no se pueda tener fácil acceso al lavamanos , siempre en cada uno de los siguientes momentos:

- Antes de comer •
- Después de estornudar, toser o sonarse la nariz •
- Después de ir al baño •
- Antes de manipular alimentos •
- Después de tocar o limpiar superficies que puedan estar contaminadas

Además, se realizará higiene de manos antes de colocarse el equipo de protección individual y después de su retirada.

El haber utilizado guantes no exime de realizar la correcta higiene de manos tras su retirada.

#### **5.- Medios de protección frente a la infección por coronavirus.**

Se recomienda el uso de mascarillas quirúrgicas cuando no se puedan guardar las distancias de seguridad interpersonal.

Excepto en caso puntuales no se aconseja el uso de guantes sino el lavado frecuente de manos o en su defecto la higienización mediante solución hidroalcohólica.

##### **5.1 Mascarillas quirúrgicas: indicaciones para el correcto uso.**

- Antes de colocarse la mascarilla e inmediatamente después de retirarla se deberá realizar el lavado o desinfección de las manos.
- Deben cubrir la boca y la nariz asegurándonos de que no hay espacios entre la cara y la mascarilla.
- Se debe evitar tocar la mascarilla mientras se lleva puesta y en caso de hacerlo se deberán lavar o desinfectar las manos.

- Para retirarla hay que hacerlo **por detrás, sin tocar la parte delantera, desechándola inmediatamente** en un recipiente cerrado, luego se procederá al lavado o desinfectado de las manos
- Las mascarillas **no se pondrán en el pelo, ni en el cuello, ni se llevarán en la mano o colgadas del codo.**
- Cuando se retiren para comer o beber se deben guardar preferiblemente dentro de una bolsa de plástico o papel para impedir su contaminación.

## 7.- Referencias bibliográficas

- Documento técnico. Guía de actuación frente a COVID-19 en los profesionales sanitarios y socio-sanitarios.
- Guía de prevención y control frente al COVID-19 en residencias de mayores y otros centros de servicios sociales de carácter residencial.
- Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2
- Procedimiento de actuación frente a casos de infección por el nuevo coronavirus (SARS-CoV-2).
- Listado de virucidas autorizados en España para uso ambiental (PT2), Industria alimentaria (PT4) e higiene humana (PT1)
- Información científica-técnica de la Enfermedad por coronavirus, COVID elaborado por el Ministerio de Sanidad actualizado el 4 abril 2020
- Directrices de buenas prácticas en el transporte, reparto y carga/ descarga de mercancías publicado por el Ministerio de Sanidad junto con el Ministerio De Trabajo y Economía Social