RGA
RÍOGRANDE
MUNICIPIO

Manipulación de alimentos, Higiene de Superficies y Lavado de Manos frente a la pandemia COVID-19

Lavado de manos:

- Este proceso previene enfermedades respiratorias como Covid-19 y también las enfermedades transmitidas por alimentos.

- Se recomienda lavarse las manos con agua y jabón común.

- Se pueden usar desinfectantes para manos como el alcohol al 70% (700 ml alcohol + 300 ml agua) si no se dispone de agua y jabón.

¿Cuándo?

- *Antes de tocarse la cara (ojos, nariz, boca).*

- *Después de usar el baño.*

- *Después de cambiar pañales.*

- *Después de toser o estornudar.*

- *Antes de preparar o comer alimentos.*

- *Después de tirar la basura.*

- *Después de tocar una mascota.*

- *Antes de entrar y al salir de un lugar público y concurrido.*

- *Después de haber tocado un elemento o superficie que otras personas puedan tocar con frecuencia, como manijas de puertas, carros de compras etc.*

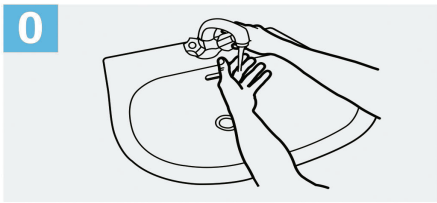
- *Después de volver de hacer las compras.*

- *Después de recibir un delivery.*

RGA
RÍOGRANDE
MUNICIPIO

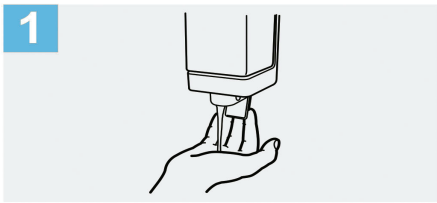
PASOS PARA UN CORRECTO LAVADO DE MANOS

0



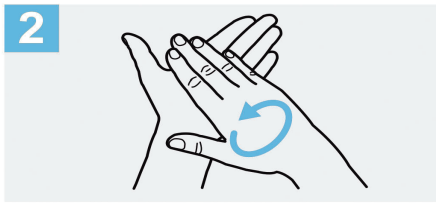
Mójese las manos con agua;

1



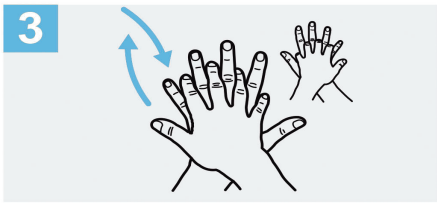
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;

2



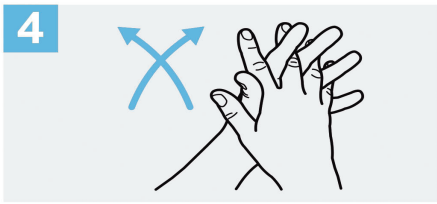
Frótese las palmas de las manos entre sí;

3



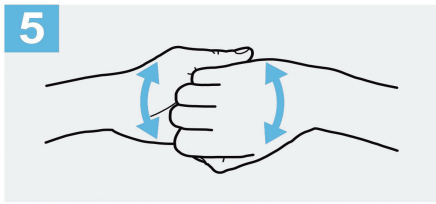
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;

4



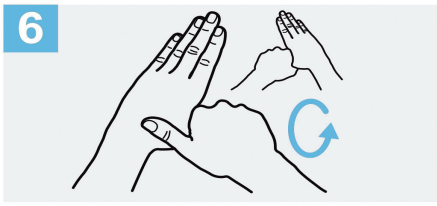
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;

5



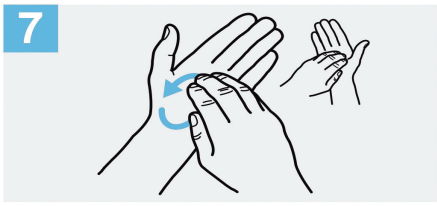
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;

6



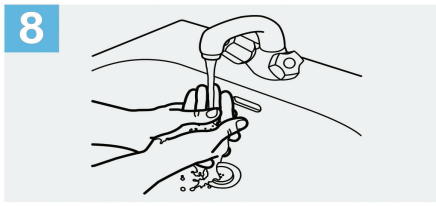
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;

7



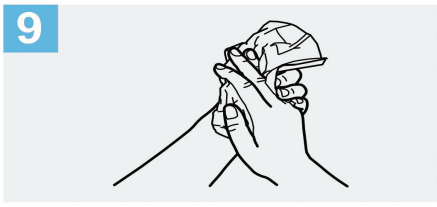
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;

8



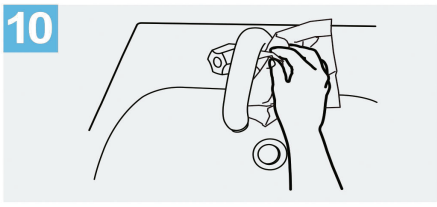
Enjuáguese las manos con agua;

9



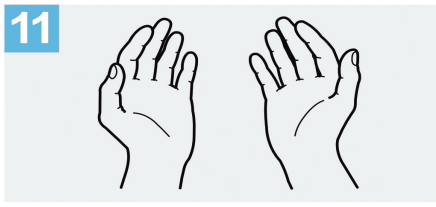
Séquese con una toalla desechable;

10



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;

11



Sus manos son seguras.

Crédito: OMS

Guantes

El uso de guantes descartables del tipo látex NO sustituyen el lavado de manos.
No se recomienda el uso por largos periodos de tiempo en los manipuladores de alimentos.
Nos dan falsa sensación de seguridad y acumulan bacterias.

Barbijos

Siempre que elaboramos alimentos debemos utilizarlo para evitar la dispersión de microorganismos que pueden alojarse en boca y nariz de las personas, aunque no presentemos síntomas de enfermedades.

Limpieza y desinfección de superficies

El virus SARS-coV2 puede sobrevivir en superficies de diferentes materiales, por lo que podría transmitirse a las personas a través del contacto con superficies contaminadas.

- Preparar en un recipiente una solución con agua tibia y detergente de uso doméstico suficiente para producir espuma.

- Sumergir el trapo en la solución preparada, escurrir y friccionar las superficies a limpiar.

- Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.

- Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.

- Enjuagar con un segundo trapo sumergido en un segundo recipiente con solución de agua con detergente.

Limpieza de superficies = Remoción de la suciedad

Diversas superficies deben ser desinfectadas regularmente para minimizar el riesgo de transmisión por contacto: mostradores, barandas, picaportes, puertas, llaves, etc.

Desinfección de superficies = Reducción de microorganismos

¿Cómo desinfecto superficies y pisos?

- Si las superficies están sucias, deben limpiarse con detergente y agua antes de la desinfección

- Luego preparamos la solución de lavandina: 1 cucharada (10ml) sopera de lavandina (55g Cl/Lt) en 1 litro de agua. O 2 cucharadas soperas (20 ml) de lavandina (25 g Cl/ Lt) en 1 litro de agua. Ambas deben prepararse y ser usadas en el día.

- Sumergir el trapo o paño en la solución preparada, escurrir y friccionar las superficies a desinfectar, permitiendo una ventilación adecuada durante y después de la aplicación.

- Si se aplica sobre superficies en contacto con alimentos, enjuagar.

- Dejar secar la superficie.

¿Cómo desinfectamos los envases de los alimentos?

- Para el almacenamiento de los alimentos siempre deberán limpiarse envase por envase con agua y lavandina o en su defecto desinfectamos con solución de alcohol al 70%.

- Lavarse las manos después de manipular los envases de alimentos, después de retirar los alimentos del envase, antes de preparar los alimentos para comer y antes de comer.

- Debe tenerse la precaución de lavar el paño, enjuagarlo y volver a cargarlo con desinfectante a medida que se van limpiando los envases de los alimentos

Manipulación de alimentos en el hogar

Lavate las manos de antes y después de manipular alimentos, después de: ir al baño, estornudar o toser, al volver de la calle, tocar una mascota, viajar en transporte.

No olvides de limpiar y desinfectar utensilios, superficies de contacto, mesadas, y objetos de uso frecuente.

- Todos los alimentos que se consuman deben provenir de comercios habilitados
- Verificá la fecha de vencimiento y nunca consumas alimentos vencidos.
- Lavá frutas y verduras con abundante agua potable o sumergir en agua con 3 gotas de lavandina (55 g Cl) por litro (20 minutos).
- Limpiá envases de alimentos antes de guardarlos.
- Separá los alimentos crudos de los cocidos y de los listos para el consumo.
- En la heladera coloca alimentos cocidos arriba y los crudos abajo.
- Usar utensilios diferentes, como platos, tenedores, cucharas y tablas para manipular alimentos crudos y cocidos.
- Lavate las manos y desinfecta superficies luego de manipular alimentos crudos.
- Cociná completamente los alimentos, especialmente carnes, huevos y pescados, todas las partes deben alcanzar los 70°C.
- Recalentar completamente la comida cocinada.
- No descongelar los alimentos a temperatura ambiente, siempre en heladera ! Mantené la cadena de frío de los alimentos que así lo requieran (carnes, lácteos,etc.)
-No expongas a los alimentos por más de 2 hs. a temperatura ambiente.
- Refrigerar lo más pronto posible los alimentos cocinados y los perecederos (preferiblemente bajo los 5°C).

Cuando compramos

- Mantener distancia entre personas mínimo 1 metro (tanto en el mercado, almacén, kiosco, etc. como por delivery).

-Es mejor usar carrito propio o bolsa en lugar del carro del supermercado, para evitar tocar el carro o canasto del mercado que ya fue usado.

-En el caso de toser o estornudar cubrir la nariz y boca con el pliegue del codo o un pañuelo descartable.

- Evitar tocarse la boca, ojos o nariz sin higienizarse las manos previamente.

- Mantener la cadena de frío dejando los alimentos que requieran frío para el final de la compra.

- Lavarse las manos con agua y jabón al regresar al hogar.

- Almacenar los alimentos en la alacena y en la heladera limpios.

Comercios

Comercios de venta de alimentos sin elaboración: se recomienda establecer un número máximo de personas permitidas según la superficie del mismo y luego determinar la espera en el exterior del mismo, siempre manteniendo la distancia de seguridad de 1 metro como mínimo.

- En Áreas de elaboración mantener distancia de 1 mt entre el personal y si es necesario establecer distintos horarios de producción para evitar acumulación de personal.

- Implementar medidas de distanciamiento y prevención en la recepción de mercaderías.

- En todo momento lavar con abundante agua y detergente y desinfectar con: 1 cucharada (10ml) sopera de lavandina (55g Cl/Lt) en 1 litro de agua. O 2 cucharadas soperas (20 ml) de lavandina (25 g Cl/ Lt) en1 litro de agua y alcohol al 70% todas las superficies tales como mostradores, góndolas canastos, carritos, manijas, picaportes, etc.

-Y por supuesto lavarnos las manos

SI UN TRABAJADOR DIO POSITIVO DE COVID-19

Limpiar y desinfectar las superficies con mayor frecuencia es el mejor recurso para eliminar el virus si estuviera presente.

Recomendaciones para el delivery

- Realizar higiene de manos frecuentemente (antes de subirse a la moto, antes de cada entrega, luego de tomar y guardar el dinero de la compra, al regresar al local).

- Al regresar al local lavarse las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos.

- Limpiar y desinfectar el casco, manubrio de la moto, la caja contenedora y objetos de uso frecuente, volante y cabina en el caso de furgón.

- Mantener distancia mínima de 1 mt en el lugar de trabajo y con el consumidor todo el tiempo que sea posible.