



©Diario_Sanitario.

Control higiénico sanitario en restauración hospitalaria durante el Covid-19 (parte 1)

09-06-2020

Hace tres meses publicamos el artículo titulado ‘Estrategias de gestión para evitar la transmisión del coronavirus en cocinas de colectividades’, escrito por nuestro colaborador Ángel Caracuel. Aquí os dejamos una actualización del mismo en el que el autor amplía algunos aspectos, además de acotarlo específicamente a la restauración colectiva hospitalaria (aunque la mayoría de recomendaciones son válidas para todos los servicios de colectividades).

Desde las páginas de RC hemos hablado reiteradamente de que no hay evidencia de que los alimentos sean una posible fuente de transmisión de la Covid-19 ya que estos virus no pueden multiplicarse en los alimentos (necesitan un huésped animal o humano para hacerlo). No obstante se ha descrito el contagio entre personas y existe la posibilidad de que una persona infectada pueda contaminar los alimentos al manipularlos con las manos no higienizadas o al exponerlos a gotas infecciosas al toser y estornudar. Por tanto, aplicadas adecuadamente, las prácticas correctas de higiene son una forma efectiva de prevenir la contaminación de los alimentos con el virus.

Estas recomendaciones se desarrollan para evitar la diseminación del virus entre los trabajadores y por las instalaciones, y no sustituyen, sino refuerzan, todas las medidas que de forma obligatoria deben implantar los establecimientos de restauración de acuerdo al marco legal de seguridad alimentaria y ambiental existentes.

En las empresas alimentarias, recogido en su Sistema de Autocontrol, se debe contar con unos prerrequisitos entre los que inexorablemente estarán desarrolladas las Prácticas Correctas de Higiene (PCH) y las Buenas Prácticas de Elaboración (BPE). En estos momentos de crisis debemos revisarlas y posteriormente volver a comunicarlas a todo el personal.

Acceso y movimientos de los trabajadores del servicio de restauración

Dada las dimensiones de las instalaciones de las cocinas hospitalarias y los múltiples contactos entre los trabajadores durante el

desarrollo de la actividad, es fundamental la colaboración de todos en la adopción de medidas preventivas y en el seguimiento de las siguientes recomendaciones:

- Mantener correctamente higienizadas las taquillas, preservando la ropa limpia de trabajo del resto de ropa y objetos. Se recomienda que la ropa de calle se guarde en bolsas de plástico o porta traje para evitar el contacto entre ellas.
- Mantener funcionando continuamente los extractores de los aseos de los vestuarios mientras el establecimiento permanezca con actividad. La ventilación de los vestuarios debe ser igualmente aumentada.
- Evitar el contacto con cualquier superficie al acceder a las instalaciones y a vestuarios. En caso de tener que utilizar las manos para la apertura de puertas, hay que lavarse las manos inmediatamente al acceder al vestuario.
- Retirar todos los abalorios.
- Recoger correctamente el cabello y cubrirlo antes de ponerse la ropa de trabajo.
- Higienizar las manos antes de salir del vestuario y/o al acceder a cocina.
- Higienizar de forma periódica los picaportes, al menos, tras el acceso del personal y tras periodos de descanso en los que haya sido imprescindible salir de la instalación.
- Colocar dispensadores de solución hidroalcohólica, tras la puerta de acceso a cocina, para que todo el personal se aplique solución alcohólica antes de comenzar sus tareas.
- Colocar, junto a los lavamanos, la cartelería para el lavado correcto de manos.
- Comprobar la existencia de material necesario para un correcto lavado de manos.
- Tener asignado ascensores con uso exclusivo para el reparto y retirada de los carros con las diferentes ingestas, no coincidiendo nunca con público ni con personal asistencial y teniendo que higienizarlos tras uso.

Para reducir el contagio entre personas, en nuestras cocinas, es necesario impedir tránsitos innecesarios, por ello se prohíbe:

- Transitar fuera de las instalaciones, tanto al exterior como a cualquier otra instalación.
- Salir con la ropa de trabajo al exterior.
- El acceso de cualquier persona ajena a cocina, pidiendo autorización para ello si fuera necesaria la entrada. En ese caso, lo hará correctamente equipado con cubrecabello, bata, mascarilla correctamente ajustada cubriendo nariz y boca, y guantes o manos recién lavadas.
- El acceso de personal de la empresa adjudicataria y del personal de planta, estando solo permitido a las zonas establecidas para la entrega de mercancías.
- El acceso de personal asistencial y de acompañantes a los oficios de planta.

Prácticas correctas de higiene

- Avisar al inmediato superior ante cualquier sospecha de síntomas gastrointestinales o respiratorios, antes o durante la jornada de trabajo.
- No toser, estornudar o hablar sobre productos, así como evitar manipulaciones innecesarias y, en caso de necesidad de toser o estornudar, hacerlo en el codo flexionado.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Usar de forma responsable el material desechable: guantes, mascarillas, cubrecabello, batas, etc.
- -Llevar las uñas cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos.
- La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección y se realizará, según procedimiento recomendado por la OMS al acceder a la cocina, después de los descansos o antes de ingerir cualquier alimento, después de usar el baño, entre dos manipulaciones de materias primas o productos diferentes, antes de emplatados, cuando se hayan tocado objetos no limpios (dinero, llaves, etc.) teléfonos internos o personales, tiradores, objetos no correspondientes a los procesos que se estén realizando, tras fumar y después de haber tenido contacto con residuos sólidos o desperdicios. Además, se realizará higiene de manos antes de colocarse el equipo de protección individual y después de su retirada. En el caso de que se opte por el uso de guantes, se deberá realizar su sustitución en los mismos casos descritos para el lavado de manos.
- Quitar mascarillas y guantes de manera correcta (¿cómo retirar correctamente los guantes?) teniendo presente que el haber utilizado guantes no exime de realizar la correcta higiene de manos tras su retirada.
- Retirar el maquillaje u otros productos cosméticos que puedan ser fuente de exposición prolongada en caso de resultar contaminados.
- Desinfectar gafas, y otros objetos de uso personal frecuentemente.
- Usar mascarilla, perfectamente ajustada, cubriendo nariz y boca en aquellos casos en los que no se pueda asegurar el mantenimiento de la separación de seguridad (1,5-2 m) como durante la preparación, elaboración, acondicionamiento y emplatado.

Buenas prácticas de elaboración

- Para evitar la contaminación desde envases y embalajes a superficies de trabajo se debe:
 - No apoyar sobre superficies de trabajo ningún tipo de embalajes.
 - Retirar inmediatamente, de los cuartos de trabajo, los embalajes desechados.

Aunque según un estudio reciente se demostró que el agente causal del *Covid-19* persiste hasta 24 horas en el cartón y hasta varios días en superficies duras como el acero y los plásticos en entornos experimentales (por ejemplo, humedad relativa y temperatura controladas), no hay pruebas de que los envases contaminados, que han estado expuestos a

diferentes condiciones ambientales y temperaturas, transmitan la infección.

- En la higienización de frutas y verduras se extremará el cuidado en la realización del proceso de hipercloración y enjuagado, según concentración del producto utilizado. Se recomienda una descontaminación de vegetales y hortalizas, procediéndose a un lavado que extraiga toda la materia orgánica adherida a la superficie de los vegetales y a una desinfección, con cloro a una concentración de 70 ppm durante 5 minutos. El hecho de lavar los vegetales puede reducir en uno o dos logaritmos el nivel de virus.
- Mantener higienizados en todo momento los estropajos y bayetas, y cambiarlos periódicamente, evitando usar un sólo paño, colgado en la cintura, para todo. Se debe optar por papel de un solo uso o bayetas desechables.
- Superar temperaturas de elaboración de 75°C.
- Si es preciso probar la comida, la cata nunca se hará con las manos sino con una cuchara u otro útil, y éste no podrá volver a utilizarse si antes no ha sido lavado y desinfectado adecuadamente.

– En la segunda parte del artículo:

- Limpieza y desinfección de instalaciones, equipos y menaje.
- Acceso de trabajadores externos de la empresa adjudicataria y de proveedores.
- Plan de contingencia para la elaboración de los menús.
- Comedor de personal, cafeterías y vending.

– Encuentra esta y otras noticias relacionadas con la crisis del coronavirus en nuestra página '**Las colectividades frente al Covid-19**

Noticias Relacionadas

- Control higiénico sanitario en restauración hospitalaria durante el Covid-19 (parte 2)
- Estrategias de gestión para evitar la transmisión del coronavirus en cocinas de colectividades
- Los alimentos no son fuente o vía de transmisión del coronavirus Covid-19
- ¿Son necesarios los tratamientos de higienización con ozono o luz ultravioleta?



Ángel Caracuel es veterinario bromatólogo y trabaja en la Unidad de Gestión Clínica de Endocrinología y Nutrición del Hospital Regional de Málaga. Es autor de innumerables artículos publicados en prensa y promotor del [Bromatoblog](#), un espacio de difusión de la alimentación, de los alimentos y de la nutrición. @: angelcaracuel@gmail.com. ([Todos los artículos](#)).