



RECOPILATORIO

GUÍA DE ORIENTACIÓN PREVENTIVA FRONTE AO COVID-19 DO COMERCIO POLO MIÚDO, SECTOR DA ALIMENTACIÓN, PRODUTOS E BENS DE PRIMEIRA NECESIDADE





MATERIAL CONSULTADO PARA A CONFECCIÓN DA PRESENTE GUÍA

- “Guía de buenas practicas para los establecimientos del sector comercial”, editada conxuntamente polos Ministerios de Industria, Comercio, Turismo e Ministerio de Sanidade.
- “Orientaciones preventivas frente al COVID-19 en el comercio de alimentación, bebidas y productos de primera necesidad”. Editada polo Ministerio de Trabajo e Economía Social.
- Recomendacións de protección fronte a covid-19 editada polo Servicio Galego de Saúde (Xunta de Galicia).
- Guía de recomendacións preventivas de saúde laboral ante o coronavirus, editado pola Consellería de Economía, Emprego e Industria da Xunta de Galicia.
- **Protocolo de actuacións para minimizar a transmisión do covid-19 para o Mercado Travesas.** Editado por MERCACEVI.



GUÍA DE ORIENTACIÓN PREVENTIVA COMERCIO POLO MIÚDO SECTOR ALIMENTACIÓN PRODUCTOS E BENS DE PRIMEIRA NECESIDADE

INDICE

Obxeto.....	4
Medidas de hixiene do persoal	4
Procedemento de limpeza e desinfección	5
Procedemento de limpeza de superficies	6
Conductas do traballador/a vendedor/a	7
Boas prácticas na prevención do coronavirus (infografía)	9
Conductas dos usuarios/as	10
Medidas de portas portas sen pechar	10
Zonas comúns	11
Medidas organizativas	11
Medidas xerais de protección das persoas traballadoras	11
Detención dun caso nun establecemento	12
Accións en comunicacións	13
Garantir subministración de produtos básicos	13
Recomendacións de protección fronte ao covid-19.....	14
Usos de guantes e mascarar (manexo correcto)	14
Manexo correcto das máscaras cando son necesarias.....	15



OBXETO

O presente protocolo ten por obxecto dar a coñecer as “boas prácticas” a implementar para a prevención e minimización do contaxio de axentes víricos tanto dos traballadores como dos consumidores.

MEDIDAS DE HIXIENE PERSOAL

- ◆ A HIXIENE DE MANS é a medida principal de prevención e control da infección (recomendación da Organización Mundial de Saúde - OMS).

LAVADO DE MANS:

- Se as mans están visiblemente limpas a hixiene de mans farase con produtos de base alcohólica => DESINFECCIÓN

- Se estivesen sucias ou manchadas con fluídos farase con auga e xabón antiséptico => LAVADO

- ◆ As uñas deben levarse curtas e coidadas, evitando o uso de aneis, pulseiras, reloxos de pulso ou outros adornos que poidan dificultar unha correcta hixiene de mans.
- ◆ O cabelo longo debe recollerse nunha coleta ou moño baixo, podéndose empregar un gorro no caso de comercios alimentarios.
- ◆ Recoméndase retirar/reducir a maquillaxe ou outros produtos cosméticos que poidan ser fonte de exposición prolongada en caso de resultar contaminados.
- ◆ Evitar tocarse os ollos, o nariz e a boca, xa que as mans facilitan a súa transmisión.
- ◆ Cubrir o nariz e a boca ao tusir e esberrar con panos de papel que, unha vez empregados, refugaranse a un cubo de lixo con tapa e pedal. No caso de non ter panos de papel, tusir e esberrar sobre o cóbado para non contaminar as mans.
- ◆ Evitar o contacto estreito con persoas que mostren signos de afección respiratoria, como tose ou esbirros.
- ◆ Manter unha distancia de un a dous metros aproximadamente coas persoas con síntomas de infección respiratoria aguda.
- ◆ É recomendable o uso de máscara de barreira cando non se garanta a distancia interpersonal de 2 metros.



- ◆ Sempre que sexa posible, débese establecer un sistema de traballo en quendas, con rotación de empregados para minimizar riscos, sen que varíe a atención e servizo aos clientes.
- ◆ Limpeza e desinfección dos postos de traballo en cada cambio de quenda.
- ◆ Suspende a fichaxe con pegada dactilar substituíndoo por calquera outro sistema.
- ◆ Non se esixe tomar precaucións especiais cos animais nin cos alimentos para evitar o COVID-19, máis aló das medidas básicas de hixiene alimentaria establecidas de maneira habitual polas autoridades sanitarias competentes.



PROCEDIMENTO DE LIMPEZA E DESINFECCIÓN

- ◆ Deben establecerse controis e medidas de organización da limpeza e desinfección do lugar e equipos de traballo, é dicir, establecer un Plan de Limpeza e Desinfección da organización (Plan L+D).
- ◆ Debe establecerse un punto de subministración de luvas e xel desinfectante na entrada do mercado no mesmo lugar no que se sitúa a persoa que controla o acceso e o aforo.
- ◆ Debe realizarse a limpeza e a desinfección (L+D) frecuente das instalacións, así como dos mostradores, pomos das portas, varandas, mobles, chans, teléfonos, caixas rexistradoras, caixeiros automáticos, botoneras e barras de suxeición nos ascensores, etc. Todos eles son puntos quentes polo que cómpre incrementar a frecuencia de L+D. Para esta acción pode utilizarse lixivia de uso doméstico diluída en auga sen embargo recoméndase intensificar estas labores de desinfección mediante a contratación específica de empresas autorizadas, nebulizando a totalidade das instalacións conseguindo desta maneira unha desinfección daquelas zonas de difícil acceso.



- ◆ Deben usarse luvas para as tarefas de limpeza.
- ◆ Debe incrementarse o stock de produtos de limpeza e de equipos de protección para evitar quedar sen eles, antes de que exista unha gran demanda: de xel ou solución desinfectante para mans, panos e luvas desbotables, mandís e bolsas de lixo.
- ◆ Recoméndase adquirir solucións hidroalcohólicas desinfectantes e repartilas nos centros de traballo para situar nos postos de atención ao público, para uso xeral tanto de clientes como de traballadores.
- ◆ Recoméndase manter a climatización nunha temperatura ambiente entre 23 – 26° C, asegurando unha renovación do aire suficiente. Débese revisar o sistema de aire acondicionado e especialmente a limpeza de filtros.

PROCEDIMENTO DE LIMPEZA DE SUPERFICIES

- ◆ **O virus desactívase tras 5 minutos de contacto con desinfectantes comúns polo que recoméndase empregar sempre solucións recentemente preparadas.**

1. - Para conseguir as concentracións recomendadas a partir de lixivias comerciais:
 - Lixivia comercial de 50 g/L: engadir 25 ml de lixivia en 1 litro de auga.
 - Lixivia comercial de 40 g/L: engadir 30 ml de lixivia en 1 litro de auga.

Como exemplo unha “culler de sopa” equivale a 15 mL.

2. - En superficies que non se poida utilizar lixivia utilizarase etanol ao 70%.

As pezas téxtiles deberán lavarse de forma mecánica en ciclos de lavado completos a 60- 90° C. Para a manipulación das pezas téxtiles “sucias” utilizaranse luvas. Non debe sacudirse a roupa para lavar.

- ◆ O persoal de limpeza utilizará os equipos de protección individual adecuados (luvas, mandís, etc.) valorando o nivel de risco de cada situación. Unha vez finalizado o traballo, refugará os equipos empregados de forma segura tras cada uso, procedendo posteriormente ao lavado de mans. Para solucionar dúbidas, recoméndase consulta os servizos de prevención de riscos laborais.



CONDUTAS DO TRABALLADOR/A VENDEDOR/A

- ◆ O persoal do comercio deberá de realizar a desinfección das súas mans cada vez que intercambie algún obxecto cos clientes (moedas, billetes, etc.).
- ◆ Débese evitar que o persoal que manipule diñeiro ou outros medios de pago despache simultaneamente alimentos.
- ◆ En cada posto de traballo debe existir suficiente flexibilidade para alternar o lavado de mans co uso de xel ou solucións alcohólicas co fin de manter unha correcta hixiene tal como se recolle nesta guía.
- ◆ O persoal de servizo **non deberá usar máscara nin luvas desbotables de forma habitual**, salvo os indicados para previr os riscos laborais descritos na avaliación de riscos do posto de traballo.
- ◆ Prohíbese a entrada de provedores sen as medidas preventivas de luvas e máscaras.
- ◆ Para evitar os contaxios do persoal, recoméndase evitar os abrazos, bicos ou estreitar as mans con outros empregados.
- ◆ Se é posible, aconséllase manter unha distancia de un a dous metros ante calquera persoa.
- ◆ Débese facilitar información e formación ao persoal en materia de hixiene e sobre o uso do material de protección como, por exemplo, luvas e máscaras, para que se realice de maneira segura.
- ◆ Para minimizar a contaminación cruzada, débese reforzar a manipulación, conforme aos estándares de hixiene alimentaria establecidos por sanidade, co fin de evitar contaminacións cruzadas entre alimentos crus.
- ◆ Fomentar o pago con tarxeta. Limpeza do TPV tras cada uso.
- ◆ Aconséllase que o persoal do comercio recomende aos clientes que limpen as súas mans con xel desinfectante á entrada do comercio, sobre todo naqueles comercios alimentarios.



- ◆ A fin de evitar as aglomeracións diante dos postos, aconséllase ofrecer unha boa visibilidade “da quenda” para que os clientes poidan estar atentos desde unha distancia un pouco máis separada do expositor, onde só deberían estar os clientes que sexan atendidos no momento.
- ◆ Definir unha zona de espera diante de todos e cada un dos postos con cinta de balizamento no chan, gardando polo menos un metro e medio de distancia co/coa dependente/a. Prohíbese a todos os clientes traspasar esa distancia de seguridade.
- ◆ Recoméndase o uso de biombos ou elementos físicos que aseguren a protección de vendedor/cliente. Así, deberíanse instalar nas caixas de cobranza separadores de plástico ou similar, ríxidos ou semirríxidos, de fácil limpeza e desinfección de xeito que unha vez instalados, a zona de traballo quede protexida.
- ◆ Solicitar á clientela que non manipule os artigos que non vaia comprar.
- ◆ Se o produto se atopase exposto directamente ao cliente sen envasar, deberá protexerse en vitrinas, plástico, cristal, metacrilato ou calquera outro material que garanta a súa hixiene. No caso de produto da pesca ou de froitas, verduras e hortalizas en despacho asistido, poderá establecerse unha distancia de seguridade adaptada ao tamaño do establecemento. No caso de froitas e verduras en autoservizo deberán recollerse recomendación respecto ao lavado e tratamento do produto e o uso de luvas desbotables.
- ◆ Dispoñer de papeleiras con tapa e pedal para depositar panos e outro material desbotable. Estas serán limpadas frecuentemente.
- ◆ Manter unha imaxe de limpeza segura en todo momento.
- ◆ No caso de devolución de produtos, estes deben ser desinfectados ou mantidos en corentena antes de poñelos á venda. A súa recollida debe realizarse con luvas desbotables.
- ◆ Recoméndase o lavado previo dos produtos antes do seu uso.
- ◆ Informar claramente aos clientes sobre as medidas organizativas e sobre a obriga de cooperar no seu cumprimento.



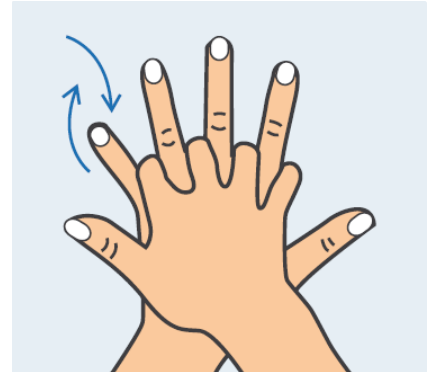
BOAS PRÁCTICAS NA PREVENCIÓN DO CORONAVIRUS



Molla as mans con auga e aplica suficiente xabón



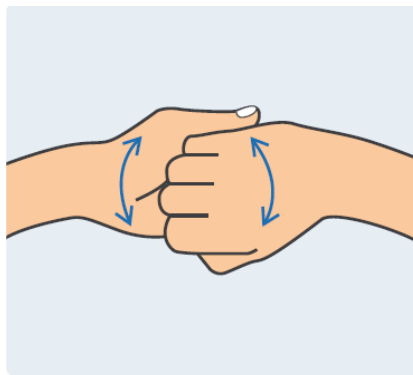
Frega as palmas das mans entre si



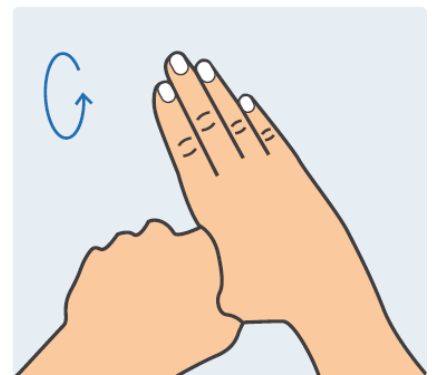
Frega a palma dunha man contra o dorso da outra entrelazando os dedos



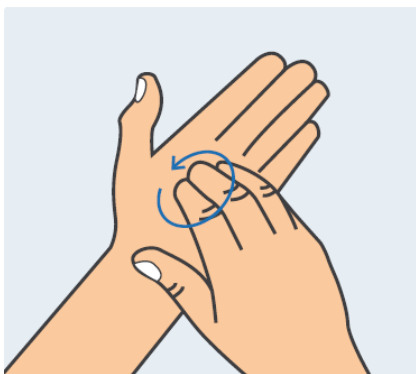
Frega as palmas das mans entre si cos dedos entrelazados



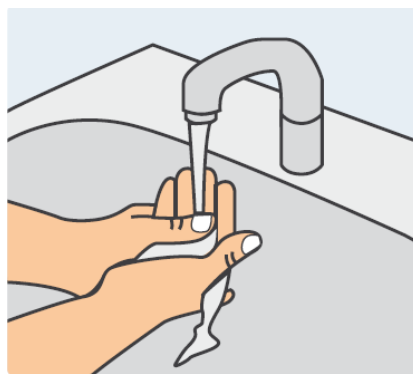
Frega o dorso dos dedos dunha man coa palma da outra



Cun movemente de rotación, frega o polgar atrapándoo coa palma da outra man



Frega os dedos dunha man coa palma da outra con movementos de rotación



Aclara as mans con auga



Seca as mans cunha toalla dun só uso



CONDUTAS DOS USUARIOS/AS:

- ◆ Limpar as mans con xel desinfectante á entrada do comercio, sobre todo naqueles comercios alimentarios.
- ◆ Facer uso do punto de subministración de luvas e xel desinfectante na entrada do mercado no mesmo lugar no que se sitúa a persoa que controla o acceso e o aforo.
- ◆ Para evitar os contaxios recoméndase evitar os abrazos, bicos ou estreitar as mans cos clientes.
- ◆ Empregar principalmente o pago por tarxeta.
- ◆ Os clientes deben evitar as aglomeracións diante dos postos, colocándose nun punto onde teñan unha boa visibilidade “da súa quenda” para que poidan estar atentos a esta desde unha distancia un pouco mais separada do expositor, onde a recomendación sería que só estivesen os clientes que están a ser atendidos nese momento.
- ◆ Respectar a zona de espera diante de todos e cada un dos postos. Prohíbese a todos os clientes traspasar esa distancia de seguridade.
- ◆ Deberá accederse ao mercado pola porta principal ou punto único de acceso habilitado para tal efecto.
- ◆ En caso de picos con afluencia masiva de clientes e cando non se poida garantir a distancia mínima de seguridade, unha vez colleita quenda, deberase esperar fóra do establecemento. Todo o público, incluído o que espera no exterior do establecemento, debe gardar rigurosamente a distancia de seguridade.
- ◆ Non manipular os alimentos baixo ningún concepto. Deixar que só os vendedores o fagan.
- ◆ Ser pacientes e ante todo comprensivos coa situación, trátase de previr posibles contaxios e de manter un nivel de seguridade o máis alto posible.

MEDIDAS DE PORTAS SEN PECHAR:

- ◆ Para minimizar o contacto con fechaduras e pomos, que poden resultar unha posible vía de contaxio, establécese que as portas de todos os despachos e salas dos



diferentes edificios permanezan abertas, sempre que non sexa necesario pechalas por razón de procacidade ou seguridade.

ZONAS COMÚNS:

- ◆ Débese revisar polo menos diariamente o funcionamento de dispensadores de xabón, xel desinfectante, papel desbotable, etc., procedendo a reparar ou substituír aqueles equipos que presenten avarías. Recoméndase dispoñer dun rexistro destas accións.
- ◆ Tamén se debe vixiar o funcionamento e a limpeza de sanitarios e billas de aseos.

MEDIDAS ORGANIZATIVAS:

- ◆ Establecer un horario de atención preferente para as persoas maiores de 65 anos.
- ◆ Establécese o control de aforo no mercado de 1/3 do total permitido, reducíndose ese coeficiente á cantidade dun máximo de 10 persoas á vez no interior contando co persoal que realice algunha tarefa no interior: vixilancia, limpeza, placeiros/as... Para iso pecharíanse os accesos das distintas portas, abrindo só a porta principal e deixando acceso por un único punto.
- ◆ A disposición dos postos de traballo, a organización da circulación de persoas, a distribución de espazos (mobiliario, andeis, corredores, liña de caixas, etc.), a organización das quendas e o resto de condicións de traballo presentes no centro deben modificarse, na medida necesaria, co obxectivo de garantir a posibilidade de manter as distancias de seguridade mínimas esixidas en cada momento polo Ministerio de Sanidade.
- ◆ Fomentar, se é posible, os medios de compra non presenciais con servizo de entrega a domicilio, extremando tamén as precaucións. Neste senso, deixarase o pedido na porta do domicilio sen entrar en contacto co cliente, mantendo sempre a distancia mínima establecida. Se non é posible a entrega a domicilio, contemplarase a posibilidade de habilitar servizos de recollida e venda en zonas especificamente destinadas para isto.

MEDIDAS XERAIS DE PROTECCIÓN DAS PERSOAS TRABALLADORAS

- ◆ Se algunha persoa traballadora correspondese ao perfil de “persoa de risco” segundo as recomendacións do Ministerio de Sanidade, ben por embarazo, patoloxías



crónicas previas ou idade, procederáse á revisión do seu posto de traballo polo servizo de prevención, para considerar a conveniencia ou non de recomendar o seu “illamento preventivo”.

- ◆ Débese elaborar e aplicar un protocolo de actuación en caso de detección de posibles persoas infectadas ou de persoas que estivesen en contacto coas primeiras.
- ◆ Se se empeza a ter síntomas compatibles coa enfermidade (tose, febre, sensación de falta de aire, etc.), hai que avisar ao teléfono da comunidade autónoma **900 400 116** ou centro de saúde que corresponda. Ata que interveñan as autoridades sanitarias, deberán extremarse as medidas de hixiene respiratoria (taparse co cóbado flexionado a boca ao toser ou esbirrar...), lavado de mans e distanciamento social (evitar contacto ou proximidade a outras persoas). Deberase levar máscara cirúrxica.
- ◆ Para evitar contaxios do persoal recoméndase evitar os abrazos, bicos ou estreitar as mans cos clientes ou con outros empregados. Tamén se recomenda non compartir obxectos con clientes ou outros empregados. Despois do intercambio de obxectos entre cada cliente-traballador (como, por exemplo: tarxetas de pago, billetes e moedas, bolígrafos, etc.) realizarase unha desinfección de mans.
- ◆ A empresa procederá á súa notificación ao servizo de prevención para que este adopte as medidas oportunas e cumpra cos requisitos de notificación que establece o Ministerio de Sanidade.

DETECCIÓN DUN CASO NUN ESTABLECEMENTO

En primeiro lugar, deben revisarse os programas de limpeza de todos os espazos para asegurar que o proceso de desinfección de superficies potencialmente contaminadas (todo o que as persoas tocan de forma rutineira: botóns, pomos, porta, varandas, mostradores, griferías, etc.) realízase de forma adecuada e coa maior frecuencia posible segundo os medios dispoñibles.

Segundo os datos actuais calcúlase que o período de incubación de COVID-19 é de 2 a 12 días, e o 50% comeza con síntomas aos 5 días da transmisión. Por analoxía con outros coronavirus estímase que este período podería ser de ata 14 días. No caso de que unha persoa traballadora sexa a persoa enferma, a empresa procederá á súa notificación ao servizo de prevención para que este adopte as medidas oportunas e cumpra cos requisitos de notificación que establece o Ministerio de Sanidade.



ACCÍONS EN COMUNICACÍONS

Comunicación interna:

Co obxectivo de dar a coñecer de forma racional e concisa as recomendacións e medidas adoptadas, levarán a cabo as seguintes accións de comunicación dirixidas tanto ao persoal laboral, así como aos usuarios ou vendedores das instalacións do mercado:

Medidas de orden interno:

- ✓ Canles de difusión wp.
- ✓ Carteis informativos xenéricos.
- ✓ Por correo electrónico.
- ✓ En diferentes espazos comúns.
- ✓ Carteis informativos específicos.
- ✓ Nos baños, con recomendacións de lavarse as mans.
- ✓ Nos accesos aos edificios, con recomendacións respecto saúdos e distancias interpersoais.

GARANTIR SUBMINISTRACIÓN DE PRODUTOS BÁSICOS

No caso de que soamente poidan permanecer abertas as froiterías, carnicerías, peixerías, panaderías, farmacias, gasoleiras, estancos, quioscos e supermercados, entre outros, establecerase un protocolo para garantir a subministración de produtos básicos.

Deste xeito, existirá na medida do posible un control dos accesos a fin de manter co máximo rigor a distancia mínima recomendada de un metro.

- ◆ Manter actualizado o inventario de produtos para evitar, na medida do posible, o desabastecemento.
- ◆ Solicitar información de provedores sobre a súa capacidade de subministración, ampliando no seu caso a gama de produtos substitutivos daqueles esgotados ou próximos a facelo.



- ◆ Recomendar aos clientes evitar acaparamentos excesivos de produtos. En caso necesario, limitar o volume máximo a adquirir por cliente cando se observa un risco de esgotamento.
- ◆ Asegurar unha rápida reposición de produtos nos anaqueles dos establecementos para evitar trasladar aos clientes a impresión de risco de desabastecemento, incitando así a incrementar o volume de compras preventivas. O persoal que realice esta tarefa de reposición, xa sexa propio ou subcontratado, deberá contar coas medidas preventivas e de protección individual en todo momento, e que dita protección sexa fornecida pola empresa titular do centro de traballo (luvas, acceso ás medidas de hixiene, etc.)
- ◆ Recoméndase que, ao longo da xornada, preferente a medio día, procédase a unha pausa da apertura para proceder a tarefas de mantemento, limpeza e reposición. Isto ademais serviría de recuperación do persoal polos sobreesfuerzos realizados e a tensión sufrida nesta situación excepcional. Estes horarios de peche por limpeza deberán ser coñecidos polo consumidor.

RECOMENDACIÓNS DE PROTECCIÓN FRENTE AO COVID-19

USO DE GUANTES E MASCARAS

NON

Usar **GUANTES DE GOMA DE FORMA XERALIZADA**


NON

é eficaz para **PREVIR A INFECCIÓN POLO NOVO CORONAVIRUS?**

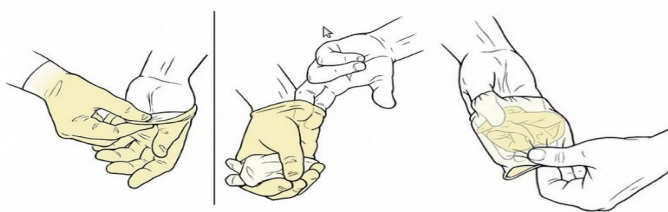



O **LAVADO DE MANS CON FRECUENCIA** proporciona **MÁIS PROTECCIÓN** fronte ao **COVID-19**

RECORDE:
os **GUANTES NON IMPIDEN** o **CONTAXIO**, SE **TOCAS** a **CARA**, a contaminación pasa do guante á cara e **PODE CAUSAR INFECCIÓN**







- Paso 1: Lavar as mans antes de poñer as luvas**
Paso 2: Retirar as luvas e refugalas
Paso 3: Lavar as mans despois de quitar as luvas



Estas máscaras utilizaranse cando non sexa posible manter a distancia de seguridade de 2 metros en situacións como o desprazamento ao traballo, a compra ou espazos pechados.

MANEXO CORRECTO DAS MÁSCARAS CANDO SON NECESARIAS

- ✓ **Antes de poñer de poñer a máscara, lave ou desinfecte as mans**
- ✓ **Axuste a máscara para que non haxa espazos entre a súa cara e a máscaras**
- ✓ **EVITE TOCAR a máscara mentres a usa, se o fai, lave ou desinfecte as mans**
- ✓ **Cambie a máscara cando estea húmida, e non reutilice as de un só uso**
- ✓ **Quite a máscara por detrás, NON toque a parte de diante, desbótea nun recipiente pechado e lave as mans**

