

Recomendaciones higiénico-sanitarias para cocinas de colectividades, elaborada por GENAH de la SANCYD

Esta guía es un documento flexible y dinámico. Se modificará en función de la detección de nuevas necesidades, siendo las recomendaciones orientativas y adaptables a las características de cada establecimiento.

Control documental

MODIFICACIONES RESPECTO A LA EDICIÓN ANTERIOR:	
Edición 0: borradores colaborativos	
Edición 1: edición corregida.	
Edición 2: ampliación de los puntos 4; 6; 7 y 8.	
Edición 3: ampliación del punto 1, 2, 4 y 6	
Edición 3	Fecha de revisión 16/06/20

Índice de contenidos

	Pag.
Acceso de empleados de la empresa adjudicataria y proveedores	2
Acceso de empleados	3
Movimientos de los empleados	3
Buenas prácticas de manipulación en zonas de trabajo y emplatado	3
Buenas prácticas de elaboración y fabricación	4
Limpieza y desinfección de instalaciones y equipos	4
Actuaciones en el tren de lavado	5
Plan de contingencia para el código dietético	6
Reparto	6
Comedor	6
Cafeterías	6

Objeto:

Recordatorio de medidas básicas para garantizar la higiene durante los procesos de entrega de mercancías y elaboración de alimentos en restauración social (hospitales, residencias,...), incluyendo recomendaciones para evitar contagios por COVID-19.

1. Acceso de empleados de la empresa adjudicataria y proveedores.

La disminución de casos COVID 19 nos hace situarnos en un escenario totalmente diferente al inicial. No por ello debemos caer en la tranquilidad y en la comodidad y a pesar de tener que ir recuperando la actividad, se plantean diferentes cuestiones para el acceso de personal ajeno a la empresa.

Para prevenir y controlar la aparición de nuevos casos, el personal externo debe garantizar un flujo correcto sobre los circuitos establecidos y mantener siempre las condiciones higiénicas impuestas en líneas inferiores.

2. Protección con mascarilla correctamente ajustada cubriendo nariz y boca, lavado de manos o uso de guantes nuevos en el momento de comenzar a descargar la mercancía del centro, sustituyéndolos cada vez que haya habido un contacto con una superficie de riesgo.
3. Utilización gel hidroalcohólico
4. Programar la recepción de mercancías y limitar el acceso de los proveedores a la zona de recepción.
5. En caso de tener que acceder a la zona de recepción de mercancías, lo hará con guantes, mascarillas, cubrecabello, batas y calzas.
6. Desinfección, entre proveedores, de mangos de transpaletas, carretillas, etc.
7. Evitar el contacto físico con proveedores estableciendo con ellos una metodología para la entrega de mercancías y reducir el riesgo de contagio, tales como mantener la distancia recomendada de 1,5 – 2 metros, no compartir bolígrafos para la firma de albaranes, etc.
8. Programar la entrega de mercancías, adjudicataria-cocina para evitar tránsitos y coincidencias innecesarias.
9. Limitar el acceso de empleados de la empresa adjudicataria, delimitando las zonas de acceso necesarias para el normal desarrollo de su puesto de trabajo.
10. Realizar un cuestionario de autoevaluación de COVID 19 para determinar si presenta síntomas o ha podido estar en contacto con alguna persona infectada, en el que se controle:
 - presenta fiebre o temperatura superior a 37.5°C
 - Ha tenido tos o signos respiratorios en los últimos días
 - Presencia de cansancio, malestar o síntomas gastrointestinales en los últimos días
 - Alguna incidencia relativa a la pérdida de gusto u olfato
 - Ha estado o está en contacto con alguna persona que haya sufrido la enfermedad
 - Dispone de información de su inmunidad
11. En el momento de planificar la visita, se puede solicitar información acerca de su estado de inmunidad.

2. Acceso de empleados.

1. La ropa de trabajo se cambiará al menos con una frecuencia diaria o mayor se fuese necesario.
2. Mantener correctamente higienizadas las taquillas, preservando la ropa limpia de trabajo del resto de ropa y objetos, eliminando los innecesarios.
3. Evitar el contacto con superficies al acceder a las instalaciones y accesos a vestuarios. En caso de tener que utilizar las manos para la apertura de accesos, lávese las manos inmediatamente al acceder al vestuario.
4. Retirada de todos los abalorios
5. Colocación de la ropa de trabajo en el vestuario.
6. Cabello correctamente recogido y cubierto antes de ponerse la ropa de trabajo.
7. Higiene de manos antes de salir del vestuario y/o al acceder a cocina.
8. En caso de tener barreras físicas como lamas tras el acceso a las instalaciones de cocina, dejad la puerta abierta para evitar contacto directo con picaportes.
9. Higienización de picaportes periódica, al menos, tras el acceso del personal y tras periodos de descanso en los que haya sido imprescindible salir de la instalación.
10. Colocación de dispensadores de desinfectante alcohólico, tras la puerta de acceso a cocina, para que todo el personal se aplique solución hidroalcohólica tras el acceso a cocina.
11. Colocar cartelera para el lavado de manos.
12. Comprobar la existencia de material necesario para un correcto lavado de manos de los manipuladores
13. Lávese las manos con agua caliente que pueda soportarse y jabón, disponible en los dispensadores de los lavamanos, durante 40 segundos a 1 minuto o 3 veces seguidas, siguiendo los pictogramas de la cartelera, al acceder a la cocina, antes de emplatados, tras descansos, tras uso del wc, cuando se cambie de actividad, cuando se haya tocado una superficie de contacto directo por el personal como teléfonos internos o personales, tiradores, objetos no correspondientes a los procesos que se estén realizando o cualquier otra actividad de riesgo.

3. Movimientos de los empleados.

1. Queda prohibido el tránsito fuera de las instalaciones: evitar salidas innecesarias del recinto de cocina al exterior o a cualquier otra instalación.
2. Queda prohibido salir con la ropa de trabajo al exterior.
3. Queda prohibido la visita a planta.
4. Queda prohibido el acceso de cualquier persona ajena a cocina, pidiendo autorización para ello si fuera necesario entrada.
5. Restringir el acceso de personal de la empresa adjudicataria, sólo a las zonas establecidas para la entrega de mercancías.
6. Restringir el acceso de personal de planta, sólo a zonas establecidas para la entrega de dotaciones.
7. Control de personal externo que (con permiso) acceda a cocina.
8. Si fuera imprescindible el acceso de personal ajeno lo hará correctamente equipado con cubrecabello, bata, calzas, guantes y mascarilla.

4. Buenas Prácticas de Manipulación en zonas de trabajo y emplatado.

1. Ante cualquier sospecha de síntomas antes o durante la jornada de trabajo avisar a su superior más inmediato antes de incorporarse al puesto de trabajo.
2. No toser, estornudar o hablar sobre productos, así como evitar manipulaciones innecesarias.
3. En caso de necesidad de toser o estornudar hacedlo en el codo flexionado.
4. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.

5. Uso responsable del material desechable: guantes, mascarillas, cubrecabello, batas, calzas, etc.
6. Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos.
7. Recoger el cabello largo en una coleta o moño bajo, debiéndose cubrir con un gorro de quirófano. En caso de necesidad se permitiría la sustitución de cubrecabello desechable por tejido, debiendo estar limpio para cada turno de trabajo.
8. Correcto uso de mascarillas, quedando perfectamente ajustadas, sustituyéndose cada vez que sea necesario.
9. Correcto lavado de manos cada vez que sea necesario, según procedimiento recomendado por la OMS https://www.who.int/gpsc/information_centre/gpsc_lavarse_manos_poster_es.pdf?ua=1
10. Correcto uso de guantes, cambiándolos cada vez que se haya tocado una superficie ajena a la actividad que estamos realizando.
11. No manipular ningún objeto ajeno a la producción, teléfonos móviles, monedas,...
12. Quitar guantes y mascarillas de manera correcta, evitando el contacto con la piel de la superficie de contacto del guante.
13. Durante el acondicionamiento, cocinado y del emplatado las distancias de seguridad se pueden alterar, por ello la mascarilla tiene que ir perfectamente ajustada cubriendo nariz y boca y no se tiene que hablar. Si se mantiene silencio se favorecerá además el correcto y más rápido desarrollo de la labor.
14. -Evitar el uso de lentillas.
15. -Se recomienda retirar el maquillaje u otros productos cosméticos que puedan ser fuente de exposición prolongada en caso de resultar contaminados.
16. -Desinfectar gafas, y otros objetos de uso personal frecuentemente.

5. Buenas prácticas de elaboración y fabricación.

1. No apoyar sobre superficies de trabajo ningún tipo de embalajes.
2. Los embalajes desechados serán desalojados inmediatamente de los cuartos de trabajo.
3. Higienización de frutas y verduras: hipercloración y enjuagado, según indicaciones de cada fabricante.
4. Higienización de superficies de conservas: hipercloración y enjuagado.
5. Higienización de alimentos envasados para pacientes inmunodeprimidos (monodosis, lácteos,...).
6. Superar temperaturas de elaboración de 75°C.

6. Limpieza y desinfección de instalaciones y equipos.

1. Limpieza y desinfección de superficies de trabajo tras las labores de elaboración y desinfección antes de uso.
2. Desinfección de superficies de trabajo antes de iniciar la actividad.
3. Revisión reiterada de llenado y correcto estado de jaboneras, portarrollos de papel e higienizadores de manos.
4. Higienización de superficies de contacto directo con manipuladores, tiradores de cámaras, puertas, fuentes de agua, grifos, botoneras de equipos, etc.
5. 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 evitar el uso de trapos utilizando en todo caso papel de un solo uso o bayetas desechables. Los rollos de papel de un solo uso deben estar colocados en el correspondiente portarrollos.
6. En la medida de lo posible, facilitar la renovación del aire de los espacios de trabajo de manera natural o forzada.

7. Capacitar al personal que efectúa la limpieza y desinfección en las medidas extraordinarias de actuación frente al COVID-19.
8. Limpiar y desinfectar las superficies de trabajo tras las labores de elaboración y desinfectarlas, de nuevo, antes de volver a usarlas.
9. No debe quedar humedad en la superficie una vez que terminemos el procedimiento
10. Alternativas para la limpieza y desinfección de superficies de trabajo, equipos e instalaciones, siguiendo las indicaciones del fabricante:
 - a. Amonios cuaternarios, son específicos para virus encapsulados.
 - b. Detergentes clorados.
 - c. Desinfección con etanol superior a 70°
 - d. Desinfección con una dilución de hipoclorito sódico de 1000 ppm, , según Directrices sobre la aplicación de principios generales de higiene de los alimentos para el control de virus en los alimentos, CAC/GL 79-2012.
 - e. Productos virucidas TP4 autorizados en España:
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf
11. Si va a contratar alguna empresa externa para realizar estas labores, tenga en cuenta la “Nota informativa sobre desinfecciones y desinfectantes autorizados frente a COVID-19 y la “Nota sobre el uso de productos Biocidas para la desinfección de COVID-19.
12. -Los utensilios y materiales reutilizables (fregonas, mopas y otros) deben desinfectarse diariamente con solución de lejía 1:50, calor a 90°C, o de acuerdo con las instrucciones del fabricante.

7. Actuaciones en el tren de lavado.

1. Cumplimiento de buenas prácticas habituales, uso de mascarilla y guantes, protección con bata desechable y gafas de protección para el desbarasado (equipos habituales para la limpieza y desinfección de superficies). Sustitución o desinfección, según proceda, ante salpicaduras.
2. La higienización del menaje debe ser por medios mecánicos.
3. Es recomendable que la temperatura de aclarado durante el lavado mecánico sea igual o superior a 82-85°C, si bien la FDA contempla la posibilidad de oscilaciones entre 74°-82°C. Si en caso de avería no se alcanzara una temperatura media superior a 80°C, habría que buscar una alternativa, que podría ser:
 - a. Menaje desechable.
 - b. Limpieza en el tren de lavado o manual y posterior desinfección manual con agua a + 82°C, vapor de agua o solución desinfectante y aclarado y secado al aire o con papel de un solo uso.
4. En la recepción de carros sucios, aplicar papel secante impregnado en lejía por las zonas de agarre y pulverizar sobre ruedas o colocar pediluvios con una dilución de lejía a 1000 ppm.
5. Higienización de carros de reparto en cada servicio, teniendo especial cuidado con zonas de agarre.
6. Higienización en cada turno de trabajo de carros de menaje y bandejas.
7. Si el personal del tren de lavado tiene que participar en otras labores por necesidades del servicio tendrá que sustituir la indumentaria de trabajo o protegerse con una bata desechable.

8. Plan de contingencia para el código dietético.

1. Valorar posibles escenarios, en los que se contemplen una plantilla diezmada o en reserva, elaborando un código específico para covid-19, en el que se puede contemplar:
 - a. reduciendo la oferta gastronómica a platos comunes para todo tipo de dietas.
 - b. dietas astringentes hiperproteicas de fácil masticación, teniendo en cuenta las recomendaciones para pacientes con sepsis y estados febriles.
 - c. Platos jugosos para pacientes con problemas de deglución.
 - d. Si el paciente positivo a covid 19 no está acompañado, facilitar la hidratación incluyendo una botella de agua.
 - e. Crear grupos de trabajo reducidos, dejando el resto de la plantilla en reserva en casa.
 - f. dentro de estos escenarios contemplad:
 - i. menú sin elaboración, sólo emplatado.
 - ii. menú elaborado fuera de las instalaciones, para sólo calentar

9. Reparto.

1. Prohibir el acceso de personal asistencial, acompañantes a los oficios de planta.
2. Uso exclusivo de los ascensores para el reparto de carros de las diferentes ingestas. No coincidiendo nunca con público ni en el reparto ni en la retirada de los carros.
3. Higienización tras uso de ascensores y montacargas.

10. Comedor de personal de cocina.

1. Organizar grupos reducidos para evitar aglomeraciones y garantizar la distancia recomendada.
2. Eliminar en comedores la presencia de cubiertos sueltos susceptibles de ser manoseados.
3. Entrega de cubiertos envasados
4. Entrega personal, uno a uno, de menaje (platos, vasos de un solo uso) que va a utilizar.
5. Eliminar temporalmente ingestas no necesarias para el empleado (almuerzo y cena, en función de los turnos de trabajo).

11. Cafeterías.

1. Colocación de pantallas protectoras.
2. Take away, para dar cobertura a acompañantes, pensando en los que estén desplazados y no tengan recursos en la localidad.
3. Control de acceso, controlando número, del personal asistencial.
4. Pago con tarjeta, en la medida de lo posible.
5. No se admitirán devoluciones.
6. Establecer horarios reducidos de atención al usuario