



BUENAS PRÁCTICAS DE HIGIENE EN LA ELABORACIÓN DE COMIDAS PREPARADAS EN RELACIÓN AL COVI-19

Dada la situación de alarma decretada por la pandemia provocada por el coronavirus COVI-19, es necesario **reforzar las buenas prácticas de higiene** que ya se llevaban a cabo en el sector alimentario, en este caso en la elaboración de comidas preparadas, ya que aunque no se ha demostrado que este virus se trasmite por los alimentos si podría producirse una contaminación cruzada de los mismos.

1. MANTENGA LA LIMPIEZA.

- ✓ Se realizará una **DESINFECCIÓN DE MANOS** siempre después de un intercambio de objetos entre cada cliente-trabajador (como, por ejemplo: tarjetas de pago, billetes y monedas, bolígrafos, etc.), después de tocar superficies u objetos que puedan estar contaminados y después de estornudar y toser.
- ✓ Hay que llevar a cabo una **LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EFICAZ DE TODAS LAS SUPERFICIES Y UTENSILIOS** en contacto con los alimentos: tablas, cuchillos, estantes, mostradores. Incrementar también la limpieza y desinfección de otros elementos existentes en los comercios que puedan entrar en contacto con personas ajenas como: pomos de las puertas, timbres, expositores...
- ✓ **HAY QUE LAVAR Y DESINFECTAR DIARIAMENTE LOS UNIFORMES O ROPA DE TRABAJO.** Las prendas textiles deben lavarse de forma mecánica en ciclos de lavado a 60/90 °C.
- ✓ **EVITAR QUE EL PERSONAL QUE MANIPULE DINERO U OTROS MEDIOS DE PAGO DESPACHE SIMULTÁNEAMENTE ALIMENTOS.**

2. SEPARE ALIMENTOS CRUDOS Y COCINADOS.

- ✓ Separe siempre las materias primas crudas de los alimentos ya cocinados o de los listos para comer.
- ✓ Use equipos y utensilios diferentes, como cuchillos o tablas de cortar u otros enseres de cocina para manipular carne, pollo, pescado, huevo batido y otros alimentos crudos.
- ✓ Conserve los alimentos protegidos en recipientes adecuados, separados y tapados para evitar la contaminación cruzada entre alimentos crudos y cocidos.

3. COCINA COMPLETAMENTE.

- ✓ Cocina completamente especialmente carne, pollo, huevos y pescado y los alimentos derivados de estos, de forma que se alcance al menos 70°C en su interior. De acuerdo con la legislación, **deberá garantizarse una temperatura de al menos 75°C en el centro del producto.**
- ✓ **Congela el pescado** hasta que se alcance una temperatura igual o inferior a -20 °C en todo el producto durante cinco días si se va a **servir crudo**, ya que podría estar parasitado por **anisakis y de esta manera se mata al parásito.**

4. MANTENGA LOS ALIMENTOS A TEMPERATURAS SEGURAS.

- ✓ Las materias primas que necesiten mantenerse a temperatura regulada, deberán de acondicionarse lo antes posible tras la recepción de las mismas en los equipos de refrigeración (temperatura inferior a 4° C) o de congelación (temperatura inferior a -18°C).
- ✓ No descongele alimentos a temperatura ambiente y úselos de manera inmediata.
- ✓ Los alimentos calientes hay que mantenerlos por encima de 65° y si no se van a consumir de manera inmediata conservar a temperatura inferior a 4 °.

5. USE AGUA Y MATERIAS PRIMAS SEGURAS.

- ✓ Asegúrese que el agua de la red municipal reúne garantías sanitarias, presencia de desinfectante (cloro), ausencia de turbidez, no detección de olores o sabores extraños.



CIUDAD AUTÓNOMA DE MELILLA

Consejería de Economía y Políticas Sociales
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA Y CONSUMO
Unidad de Seguridad Alimentaria

- ✓ Use alimentos frescos, en buen estado, en el caso de alimentos envasados, tienen que presentar el envase íntegro, no oxidado, etiquetado completo y correcto. Los productos siempre estarán dentro de su periodo de caducidad o vida útil. **NO UTILICE ALIMENTOS DESPUÉS DE LA FECHA DE CADUCIDAD.**
- ✓ Lave las frutas y las hortalizas, y en caso necesario (vegetales que vayan a consumirse crudos) desinfecte con productos autorizados (para uso alimentario), utilizar **lejía "APTA PARA LA DESINFECCIÓN DEL AGUA DE BEBIDA"**.

6. ENVASADO.

- ✓ El envasado se hará en condiciones higiénicas satisfactorias.
- ✓ No podrán ser reutilizados salvo que estén diseñados para ello, en tal caso deberán ser adecuadamente limpiados y desinfectados.
- ✓ El material de envasado y embalado que no se esté usando debe almacenarse en una zona protegida y separada del área de elaboración.

7. CONTROL DE ALÉRGENOS.

- ✓ Los establecimientos de restauración tienen la obligación legal de **proporcionar información exacta a los consumidores** sobre las sustancias o los alimentos que pueden provocar alergias o intolerancias con el fin de prevenir cualquier reacción adversa. Para ello, deben tener implantado un sistema que les permita controlar y conocer todas las materias primas utilizadas y el etiquetado de las mismas, recetas de cada plato, manipulaciones correctas que eviten contaminaciones cruzadas de alérgenos, etc.
- ✓ **Ante la duda** de si un ingrediente puede contener alérgenos o gluten, **no utilizarlo.**

8. ETIQUETADO.

Los alimentos se repartirán envasados y en bolsas. En cada entrega debe de adjuntarse la información necesaria al consumidor respecto al etiquetado de la comida que se le facilite, incluirá al menos información sobre:

- ✓ Denominación de cada plato.
- ✓ Referencia clara de las sustancias o productos que puedan causar intolerancias o alergias.
- ✓ Las condiciones especiales de conservación: mantener en frío o, si se distribuyera en caliente, mantener caliente hasta el momento del consumo.
- ✓ Las condiciones de utilización y modo de empleo: calentar completamente, aliñar, etc.
- ✓ Anisakis: para los platos que lo requieran, hacer alusión a que el pescado se ha cocinado completamente o ha sido congelado.
- ✓ Vida útil, tiempo máximo que los platos distribuidos pueden ser utilizados, siempre que sea posible, los platos elaborados serán para consumo en el día.

9. MEDIDAS EN RELACIÓN AL COVID-19. Se deberán cumplir todas las normas establecidas establecidos en el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, y todas las ordenes, instrucciones, etc. que de el mismo se desprendan en relación al sector de hostelería y restauración en las diferentes fases de desescalada.

- ✓ El uso de **MASCARILLAS** será obligatorio cuando no pueda garantizarse la distancia de seguridad interpersonal de aproximadamente **DOS METROS** entre el trabajador y el cliente o entre los propios trabajadores.
- ✓ Se deberá usar mascarilla cuando se manipulan **alimentos que se sirven crudos, en el emplatado** y al **servir dichos platos al cliente**, para evitar contaminaciones cruzadas. Todo el



CIUDAD AUTÓNOMA
DE
MELILLA

Consejería de Economía y Políticas Sociales
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA Y CONSUMO
Unidad de Seguridad Alimentaria

personal deberá estar formado e informado sobre el correcto uso de los citados equipos de protección.

- ✓ El titular del establecimiento deberá poner a **disposición de los clientes:**
 - a) **A la entrada del establecimiento: geles hidroalcohólicos** con actividad virucida autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad, que deberán estar siempre en condiciones de uso.
 - b) **A la salida del establecimiento: papeleras** con tapa de accionamiento no manual, dotadas con una bolsa de basura.
- ✓ Los trabajadores deberán tener siempre a su disposición **geles hidroalcohólicos con actividad virucida** autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad para la limpieza de manos, o cuando esto no sea posible, **agua y jabón**.
- ✓ Se debe garantizar una **VENTILACIÓN** adecuada de todos los establecimientos comerciales.
- ✓ **EN LA FASE 0**, además de la entrega a domicilio se podrá recoger el pedido en el propio establecimiento, y se deberá garantizar la separación con los clientes que vayan a recoger su pedido mediante una barra o una mampara, no se podrá comer en el local y solo podrán atender a un único cliente por cada trabajador. Los trabajadores deben utilizar mascarillas, que deben ser puestas adecuadamente tapando nariz y boca.
- ✓ **Una vez en la FASE 1** se podrán abrir las **TERRAZAS** de estos establecimientos con un **50 % DE SU CAPACIDAD**, NO así el interior de los mismos, debiendo cumplir las siguientes normas de distanciamiento e higiene en las mismas;
 - Se autorizan las reuniones en las terrazas de los establecimientos de hostelería y restauración de hasta un **MÁXIMO DE DIEZ PERSONAS POR MESA** o agrupación de mesas, permitiendo que se respeten la distancia mínima de seguridad interpersonal.
 - Se deberá realizar la **limpieza y desinfección del equipamiento de la terraza**, en particular mesas, sillas, así como cualquier otra superficie de contacto, entre un cliente y otro.
 - Se priorizará la utilización de **mantelerías de un solo uso**. En el caso de que esto no fuera posible, debe evitarse el uso de la misma mantelería o salvamanteles con distintos clientes, optando por materiales y soluciones que faciliten su cambio entre servicios.
 - Se fomentará el **pago con tarjeta u otros medios que no supongan contacto físico** entre dispositivos, evitando, en la medida de lo posible, el uso de dinero en efectivo. Se limpiará y desinfectará el datáfono tras cada uso, así como el TPV si el empleado que lo utiliza no es siempre el mismo.
 - **Se evitará el uso de cartas de uso común**, optando por el uso de dispositivos electrónicos propios, pizarras, carteles u otros medios similares.
 - Los **elementos auxiliares del servicio**, como la vajilla, cristalería, cubertería o mantelería, entre otros, se almacenarán en recintos cerrados y, si esto no fuera posible, lejos de zonas de paso de clientes y trabajadores.



CIUDAD AUTÓNOMA
DE
MELILLA

Consejería de Economía y Políticas Sociales
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA Y CONSUMO
Unidad de Seguridad Alimentaria

- **Se eliminarán productos de autoservicio** como servilleteros, palilleros, vinagreras, aceiteras, y otros utensilios similares, priorizando monodosis desechables o su servicio en otros formatos bajo petición del cliente.
- La **ocupación máxima de los aseos** por los clientes **será de una persona**, salvo en aquellos supuestos de personas que puedan precisar asistencia, en cuyo caso también se permitirá la utilización por su acompañante. Deberá reforzarse la limpieza y desinfección de los referidos aseos garantizando siempre el estado de salubridad e higiene de los mismos.
- **EN LA FASE 2 serán de aplicación todas las medidas anteriores pero** podrá procederse a la reapertura al público de los establecimientos de hostelería y restauración para consumo en el local, siempre que no se supere un cuarenta por ciento de su aforo.
- El **consumo dentro del local** únicamente podrá realizarse **sentado en mesa**, o agrupaciones de mesa, y preferentemente mediante reserva previa. En ningún caso se admitirá el autoservicio en barra por parte del cliente.
- Deberá asegurarse el mantenimiento de la debida **distancia física de dos metros entre las mesas** o, en su caso, agrupaciones de mesas. La mesa o agrupación de mesas que se utilicen para este fin, deberán ser acordes al número de personas, permitiendo que se respeten la distancia mínima de seguridad interpersonal.
- Se podrá ofrecer **productos de libre servicio**, ya sean frescos o elaborados con anticipación, para libre disposición de los clientes siempre que sea asistido con pantalla de protección, a través de emplatados individuales y/o monodosis debidamente preservadas del contacto con el ambiente.
- Se deberá **limpiar y desinfectar el equipamiento**, en particular mesas, sillas, así como cualquier otra superficie de contacto, entre un cliente y otro. Asimismo, se deberá proceder a la limpieza y desinfección del local al menos una vez al día.
- Se establecerá en el local un **itinerario para evitar aglomeraciones** en determinadas zonas y prevenir el contacto entre clientes.
- **EN LA FASE 3 serán de aplicación todas las medidas anteriores pero** con las siguientes modificaciones, se amplía el **aforo interno de estos locales al cincuenta por ciento** y ya **se permite el consumo en barra** siempre que se garantice el mantenimiento de la distancia de seguridad entre clientes o, en su caso, grupos de clientes, de dos metros. De este modo, se establece un régimen equivalente al permitido para el consumo en mesa, para el que se mantiene una distancia de dos metros entre mesas o agrupaciones de mesas.
- Se permite que las **terrazas al aire libre abran al setenta y cinco por ciento** de su capacidad permitida.
- La ocupación máxima será de **veinte personas por mesa o agrupación de mesas**. La mesa o agrupación de mesas que se utilicen para este fin, deberán ser acordes al número de personas, permitiendo que se respeten la distancia mínima de seguridad interpersonal.



CIUDAD AUTÓNOMA
DE
MELILLA

Consejería de Economía y Políticas Sociales
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA Y CONSUMO
Unidad de Seguridad Alimentaria

- Podrá procederse a la **reapertura al público de locales de discotecas y bares de ocio nocturno** siempre que no se supere un tercio de su aforo y se cumplan las condiciones de higiene, desinfección y distancias de seguridad.
- Cuando existiera en el local un espacio destinado a pista de baile o similar, el mismo podrá ser utilizado para instalar mesas o agrupaciones de mesas, no pudiendo dedicarse dicho espacio a su uso habitual.
- Se deberá poner a disposición del público dispensadores de **geles hidroalcohólicos o desinfectantes con actividad virucida autorizados** y registrados por el Ministerio de Sanidad, en todo caso en la entrada del establecimiento o local y a la salida de los baños, que deberán estar siempre en condiciones de uso.
- Las **celebraciones** que pudieran tener lugar tras la ceremonia nupcial y que impliquen algún tipo de servicio de hostelería y restauración, se ajustaran a estos requisitos sanitarios, el local no podrá superar el **al setenta y cinco por ciento** de su aforo y en todo caso un máximo de ciento cincuenta personas en espacios al aire libre o de setenta y cinco personas en espacios cerrados.

ESTOS VIRUS SE INACTIVAN TRAS POCOS MINUTOS DE CONTACTO CON DESINFECTANTES COMUNES como la dilución recién preparada de lejía;

1. Para **DESINFECCIÓN DE UTENSILIOS Y SUPERFICIES**, la lejía doméstica al **1:50** es muy efectiva para la desinfección de superficies donde pueda haber virus.

Para que la lejía sea eficaz hay que **limpiar previamente las superficies** con bayetas húmedas, para recoger el polvo. Después limpiar esas mismas superficies con otra bayeta humedecida en esta disolución que prepararemos añadiendo **20 ml de lejía casera**, no importa la marca, dentro de una dentro de una **botella de 1 litro** y **rellenaremos la botella con agua del grifo hasta completar**, mezclando la disolución.

También se puede utilizar cualquiera de los **desinfectantes con actividad virucida** que se encuentran en el mercado y que han sido autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad. Si se utiliza un desinfectante comercial se respetarán las indicaciones de la etiqueta.

2. Para **DESINFECCIÓN DE FRUTAS Y VERDURAS (que vayan a consumirse crudos)**. De forma orientativa se puede indicar que la cantidad de lejía que se ha de añadir es de 1,5 ml por litro de agua. Esto equivale a una cucharilla de postre (4,5 ml.) de lejía por 3 litros de agua. De la siguiente manera: Limpie los vegetales bajo el chorro de agua, llene con agua el recipiente donde desinfectará las verduras y añada la lejía en la cantidad necesaria en función del volumen de agua, sumerja las frutas y los vegetales a desinfectar, espere como máximo 5 minutos y retire las frutas y verduras, aclarándolas bien con agua corriente bajo el grifo.