

DIRECTRICES

Para los Servicios de Alimentación durante la época del COVID-19



TESÁI HA TEKO
PORÁVE
Mbovoniicha
Ministerio de
SALUD PÚBLICA
Y BIENESTAR SOCIAL



INAN
Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición



DIRECCIÓN DE VIGILANCIA DE
ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES

TETÁ REKUÁI
GOBIERNO NACIONAL

Paraguay
tetáguara
mba'ie

DIRECTRICES

Para los Servicios de Alimentación durante la época del COVID-19

Con el fin de reforzar las medidas de higiene dentro del Servicio de Alimentación y del personal que se encuentra trabajando o manipulando los alimentos frente a cualquier exposición en el marco del COVID-19, a continuación se detallan recomendaciones a tener en cuenta:

Conducta del personal en todo momento (Buenas prácticas)

Lavado de manos: la higiene frecuente y siguiendo la técnica adecuada con uso de jabón líquido y agua. Siempre al salir y regresar al hogar, al inicio de la actividad laboral, después de usar el baño, después de los descansos o antes de ingerir cualquier alimento previo y luego de la manipulación de materias primas o alimentos terminados listos para el consumo, cuando se hayan tocado objetos de cualquier tipo (dinero, llaves, entre otros), después de haber tenido contacto con residuos o desperdicios.



Evitar el uso del celular: no se recomienda en el lugar de trabajo, su uso debe ser prácticamente nulo pero si por extrema necesidad es utilizado, siempre higienizarse las manos de nuevo luego de usarlo así como limpiar la superficie del celular.



Evitar toser o estornudar: no se debe realizar éstas acciones sobre los alimentos o superficies de trabajo. Es indispensable que la persona que va manipular los alimentos no se encuentre con síntomas de gripe o resfriado ni tos. De encontrarse así, deberá permanecer en su hogar bajo reposo.



Es importante durante la época de COVID – 19 que el personal que manipula alimento utilice mascarilla o tapaboca.

Evitar tocarse el cabello, los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión. En caso de hacerlo, luego hay que lavarse las manos.



Guantes: su uso no exime de realizar la correcta higiene de manos mientras el personal lo tenga por la mano y luego de su retiro. Usar guantes desechables puede dar una falsa sensación de seguridad y puede hacer que el personal no se lave las manos con la frecuencia necesaria ni luego de tocar objetos, nariz, boca o la cara que pueden llegar a contaminar el alimento. En caso de utilizar guantes para la distribución de las comidas, éste debe colocarse al momento de realizar la tarea, evitando tocar otros objetos que no sea el alimento y en caso de realizarlo debe reforzar el lavado de mano con el guante siguiendo las mismas técnicas del lavado correcto de manos.

Uñas: cortas y limpias.

Anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos: están prohibidos en todas las áreas del Servicio de Alimentación.

Cabello: debe quedar totalmente recogido y cubierto con gorro o cofia.

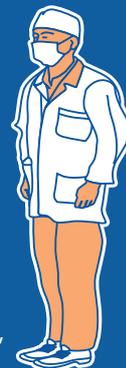
Lesiones cutáneas: proteger con vendaje impermeable coloreado, y en el caso de que se padezca alguna enfermedad gastrointestinal o respiratoria deberá informar a la jefatura inmediata superior.



Áreas de manipulación de alimentos: solo está permitido el ingreso al personal del Servicio de Alimentación en el ho-

rario laboral. Deberá estar prohibido el ingreso a cualquier persona ajena a este Servicio o que perteneciendo al Servicio no se encuentre en el horario de trabajo. Los visitantes del Servicio que realizan comprobación o inspección del funcionamiento de la actividad, deben estar autorizados, y podrán pasar a las áreas de elaboración siempre que estén con la indumentaria adecuada (cofia, mascarilla o tapaboca, chaqueta mangas largas, pantalón y calzado cerrado).

Usar ropa exclusiva de trabajo sólo durante el horario de trabajo, por lo que no debe salir de la institución con el uniforme de trabajo. El personal de cocina debe estar en todo momento uniformado desde que ingresa al área de cocina.



Personal del Servicio de Alimentación (cocinero/a, mozo/a, distribuidor/a):

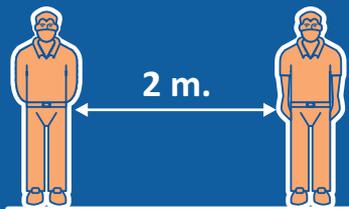
toda persona que tendrá contacto con el alimento, ya sea durante la manipulación, distribución o entrega a los usuarios deberá usar mascarilla o tapaboca para la realización de su actividad, según las indicaciones de la jefatura inmediata, con el fin de prevenir los riesgos laborales en el marco de la prevención del COVID-19. Deberá mantener siempre una adecuada higiene y desinfección de manos y antebrazos.



Para evitar contagios, evitar los abrazos, besos o estrechar las manos con amigos o con otros trabajadores. No compartir objetos como tereré, mate, o vasos de agua.



Es aconsejable mantener una distancia de dos metros entre cualquier persona.



Maquillaje y productos cosméticos, no se recomienda, debido a que pueden ser fuente de contaminación.



Organización del trabajo, con el fin de reducir al mínimo el número de personas trabajadoras expuestas; deberán estar organizadas en turnos, estableciendo reglas para evitar y reducir la frecuencia y el tipo de contacto de persona a persona en zonas de comedor de personal, sanitarios o vestuarios.

Durante la recepción de insumos

Se deberán tomar todas las medidas de higiene y desinfección antes de almacenar los insumos según su naturaleza. Incluso al entregar los alimentos al área de producción.

Durante la elaboración de alimentos o preparaciones culinarias

Siempre mantener un correcto estado de limpieza de instalaciones y utensilios:



Instalaciones, equipos, superficies de trabajo, picaporte de las puertas y de las cámaras: mantener la limpieza y desinfección adecuada luego de cada servicio. Además todas las superficies que hayan podido estar en contacto con las manos.



Procedimientos de limpieza y desinfección: realizar de manera habitual de acuerdo a lo definido por la jefatura del Servicio de Alimentación. Existe evidencia de que los virus se inactivan luego de pocos minutos de contacto con desinfectantes (como la solución de hipoclorito de sodio (lavandina) o en su defecto con alcohol al 70%).



Para la dilución adecuada de lavandina, seguir la recomendación del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social, ya difundida en materiales anteriores.



Alcohol
al 70%

- No debe quedar humedad en la superficie una vez acabado el procedimiento.
- Utilizar detergentes y desinfectantes con registro sanitario vigente y para limpiar las superficies utilizar toalla o papel desechable.

Vajillas y utensilios de cocina desechable no requieren tratamiento especial si es de un solo uso. Pero si el utensilio no es de un solo uso, hay que lavar y desinfectar toda la vajilla, cubiertos y cristalería con detergente y agua a una temperatura superior a 80 °C, de ser posible es mejor realizar esta tarea en lavavajillas, evitando realizar en forma manual.



Material higiénico: garantizar contar con todo lo necesario para la limpieza y desinfección de las áreas de trabajo, de los equipamientos, de los utensilios, de las vajillas, de los cubiertos y de todo utensilio utilizado en el Servicio de Alimentación.

Paños de cocina: utilizar **desechables**; es decir, de un solo uso. Solo se podrá utilizar el paño de tela para movilizar ollas, tapas o recipientes calientes, dejando en un lugar accesible a éstos, evitando colgar por la cintura del personal de cocina.

Si es necesario probar la comida, solo realizarlo con una cuchara u otro instrumento, y éste no podrá volver a utilizarse al preparar el alimento así como tampoco podrá ser utilizarlo por otra persona, si antes no ha sido lavado y desinfectado adecuadamente.



Verduras y hortalizas crudas: para la elaboración de ensaladas o preparaciones que se consuman en frío, proceder a su lavado y desinfección según el procedimiento estandarizado del Servicio de Alimentación. Durante esta actividad es obligatorio el uso de mascarilla o tapaboca.



Zonas de emplatado y embandejado: obligatorio el uso de mascarilla o tapaboca.

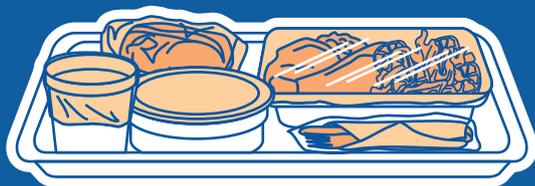


Distribución y servicio de alimentos o preparaciones culinarias

Distribución de alimentos en diferentes pisos: realizarlo en horarios de distribución de comida en ascensores para uso exclusivo de esta actividad.

Para trasladar las comidas asegurar su llegada al paciente en óptimas condiciones y con el menor riesgo: los platos **fríos** deben estar a menos de **4 °C**, y los platos **calientes**, a más de **70 °C**.

Los alimentos o comidas deben estar cubiertos o tapados al ser trasladados en los distintos sectores del establecimiento (hospital, institución, entre otros); debido a que se corre el riesgo de que se contaminen. **De ser posible utilizar recipientes desechables y cerrados.**



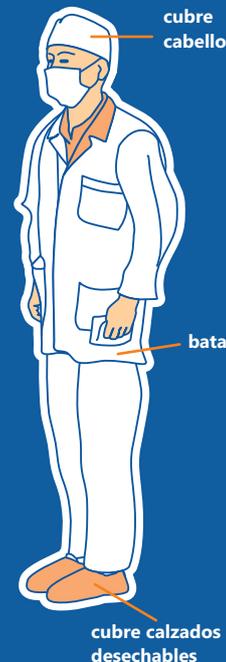
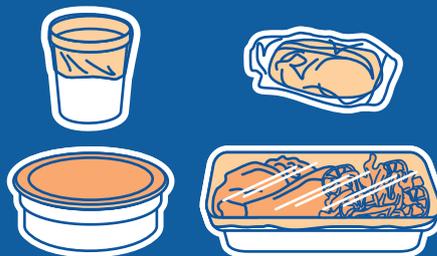
Carros para transporte de alimentos:

deben ser correctamente desinfectados antes de salir de la cocina o Servicio de Alimentación, y al volver del área de internación. Se sugiere que los carros no ingresen en las áreas o puestos de internados críticos, o con infecciones.



Personal que distribuye los alimentos en el área de internación: debe contar con la indumentaria adecuada; es decir, cubre cabello, batas y cubre calzados desechables para cada servicio.

Áreas de internación, la comida a ser distribuida debe ser realizada en recipientes cerrados herméticamente, tratando de reducir al mínimo su contacto con el ambiente y las personas.



En salas de niños, el consumo de alimentos debe ser supervisado: los niños suelen comer de otros platos y compartir cubiertos, por lo cual recibirán los alimentos en forma individual, incluyendo los cubiertos. También se debe utilizar vasos desechables o propios, pero su uso siempre será personal, nunca para compartir.

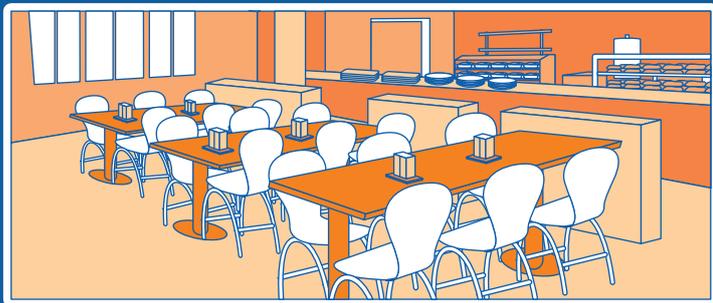
Comedor de personal

Pinzas, cucharones y otros utensilios de servicio:

limpiarlos y desinfectarlos con frecuencia y si el establecimiento contempla el servicio de buffet, este deberá ser servido por una persona designada para el fin.



Salones y comedores de alimentación del personal: deberán ventilarse al término de cada servicio o si el ambiente lo permite tener las ventanas abiertas y realizar la limpieza y desinfección del lugar diariamente.



Se deberá recomendar a los comensales el lavado con las técnicas correctas y desinfección de sus manos con gel desinfectante a la entrada y a la salida del comedor, contar con carteles de lavado de manos.



En todos los accesos o áreas de descanso, se recomienda colocar al menos alcohol en gel desinfectante, a la entrada y a la salida, y carteles para que las personas realicen dicho procedimiento constantemente.



Mesas de salones y comedores: deberán ser desinfectados diariamente y luego de cada uso.



Plan de contingencia

Cada Servicio de Alimentación deberá organizarse con un plan de contingencia para sustitución o reemplazo de personal enfermo o en contacto con enfermos (según categoría profesional y de todos los recursos humanos en dicha área).

Bibliografía:

- Bermúdez C, Pereira F, Trejos-Gallego D, Pérez A, Puentes M, López LM, et al. Recomendaciones nutricionales de la Asociación Colombiana de Nutrición Clínica para pacientes hospitalizados con infección por SARS-CoV-2. Rev Nutr Clin Metab. 2020; 3 (1)xx.
- INAN. Guías Alimentarias del Paraguay. Comité Técnico Nacional e Interinstitucional de Elaboración e Implementación de las Guías Alimentarias. Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición. Asunción: INAN-MSPBS. 2ª Actualización. 2015.
- Molina J. Bioseguridad en los servicios de alimentación y nutrición. Administración de Servicios de Alimentación. Programa de Nutrición y Dietética. U.M.S.S.
- MERCOSUR/GMC/RES N° 80/96. reglamento técnico del MERCOSUR sobre las condiciones higiénico-sanitarias y de buenas prácticas de fabricación para establecimientos elaboradores/industrializadores de alimentos.
- OMS. Manual sobre las cinco claves para la inocuidad de los alimentos. Francia: OMS; 2007.
- OPS-FAO. Manual para manipuladores de alimentos. Instructor. Washington DC: OPS. 2016.

 **TETÁ REKUÁI**
GOBIERNO NACIONAL

*Paraguái
tetãguára
mba'e*



TESÁI HA TEKÓ
PORÁVE
Motenondecha
Ministerio de
SALUD PÚBLICA
Y BIENESTAR SOCIAL



INAN

Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición



DIRECCIÓN DE VIGILANCIA DE
ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES