

## NORMAS DE HIGIENE EN LA ELABORACIÓN DE COMIDAS PARA RESTAURACIÓN Y HOSTELERÍA Rev.6

Dada la especial situación de alarma decretada por la pandemia provocada por el coronavirus COVID19 y el carácter estratégico del sector alimentario en tanto que garantiza el abastecimiento de la población, es necesario reforzar las buenas prácticas de higiene en este tipo de establecimientos.

1. INTRODUCCIÓN
2. APERTURA DE ESTABLECIMIENTOS DE HOSTELERÍA Y RESTAURACIÓN.
3. MEDIDAS DE HIGIENE Y PREVENCIÓN EN LA PRESTACIÓN DEL SERVICIO EN EL LOCAL.
4. MEDIDAS DE HIGIENE: MANTENGA LA LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN.
5. SEPARE ALIMENTOS CRUDOS Y COCINADOS.
6. COCINA COMPLETAMENTE.
7. MANTENGA LOS ALIMENTOS A TEMPERATURAS SEGURAS.
8. PRESENTACIÓN DE PINCHOS Y TAPAS.
9. USE AGUA Y MATERIAS PRIMAS SEGURAS.
10. ENVASADO.
11. CONTROL DE ALÉRGENOS.
12. ETIQUETADO.
13. MEDIDAS DE HIGIENE Y PREVENCIÓN DE RIESGOS PARA EL PERSONAL TRABAJADOR EN HOSTELERÍA Y RESTAURACIÓN.
14. MEDIDAS PARA PREVENIR EL RIESGO DE COINCIDENCIA MASIVA DE PERSONAS EN EL ÁMBITO LABORAL.
15. LA SEGURIDAD ALIMENTARIA ES COSA DE TODOS.
16. CÓMO QUITARSE LOS GUANTES DE FORMA ADECUADA.
17. CÓMO PONERSE, USAR, QUITARSE Y DESECHAR UNA MASCARILLA.

*Este documento es provisional y se seguirá trabajando para ir mejorándolo y completándolo con la información técnica que se vaya recopilando, así como la fase en que se encuentre esta alarma.*

*Medidas adoptadas por la Orden SND/458/2020, de 30 de mayo para la flexibilización de determinadas restricciones de ámbito nacional establecidas tras la declaración del estado de alarma en aplicación de la fase 3 del plan para la transición hacia una nueva normalidad y Orden SND/507/2020, de 6 de junio, la Orden SND/414/2020, de 16 de mayo, la Orden SND/399/2020, de 9 de mayo, y la Orden SND/388/2020, de 3 de mayo y Decreto 1/2020, de 7 de junio, del Presidente de la Comunidad Autónoma, por el que se establecen medidas específicas correspondientes a la Fase 3 del Plan para la transición hacia una nueva normalidad en la Comunidad Autónoma de Cantabria*

## INTRODUCCION

1. Las actividades de hostelería y restauración podrán realizarse mediante:
  - **servicios de entrega a domicilio,**
  - **mediante la recogida de pedidos por los clientes en los establecimientos correspondientes,**
  - **mediante el uso de las terrazas al aire libre limitándose el aforo al setenta y cinco por ciento de las mesas**
  - **mediante la apertura de los locales, siempre que no se supere el cincuenta por ciento de su aforo. El consumo en el local podrá hacerse sentado en mesa o en barra.**
2. En los servicios de recogida en el establecimiento, el cliente deberá realizar el pedido por teléfono o en línea y **el establecimiento fijará un horario de recogida del mismo, evitando aglomeraciones en las inmediaciones del establecimiento.** Asimismo, **el establecimiento deberá contar con un espacio habilitado y señalizado para la recogida de los pedidos** donde se realizará el intercambio y pago. En todo caso, **deberá garantizarse la debida separación física** de seguridad o, cuando esto no sea posible, con la instalación de mostradores o mamparas.
3. No obstante, lo previsto en el apartado anterior, en aquellos establecimientos que dispongan de puntos de solicitud y recogida de pedidos para vehículos, el cliente podrá realizar los pedidos desde su vehículo en el propio establecimiento y proceder a su posterior recogida.

## CONDICIONES PARA LA PRESTACIÓN DEL SERVICIO EN LOS ESTABLECIMIENTOS DE HOSTELERÍA Y RESTAURACIÓN

### APERTURA DE ESTABLECIMIENTOS DE HOSTELERÍA Y RESTAURACIÓN. (Artículo 18 Orden SND/458/2020 - Decreto 1/2020, de 7 de junio).

1. Podrá procederse a la **reapertura al público de los establecimientos de hostelería y restauración para consumo en el local**, siempre que **no** se supere las condiciones de aforo que se establecen en el Decreto 1/2020, de 7 de junio, es decir: un aforo máximo del 50% en municipios con una población igual o superior a 10000 habitantes, 75% en municipios entre 10000 y 5000 habitantes, y el 100% en municipios con una población igual o inferior a 5000 habitantes.
2. El consumo dentro del local podrá realizarse sentado en mesa, o agrupaciones de mesa, y preferentemente mediante reserva previa. **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.**
3. **Estará permitido el consumo en barra** siempre que se garantice **una separación mínima de dos metros entre clientes** o, en su caso, grupos de clientes.

Los productos expuestos en la barra (**pinchos y tapas**) se **presentarán protegidos en vitrinas cerradas con puertas** u otros sistemas de protección **desinfectables que cubran los alimentos en su totalidad**, siempre que sea necesario, **permitirán mantener los alimentos a temperatura refrigerada**.

No estarán a libre disposición del público y únicamente tendrán servicio asistido por el personal manipulador.

- Podrá procederse a **la apertura al público de las terrazas al aire libre** de los establecimientos de hostelería y restauración limitándose de las mesas permitidas en el año inmediatamente anterior en base a la correspondiente licencia municipal, hasta el 75% en poblaciones de igual o más de 10000 habitantes y el 100% en el resto de municipios.

A los efectos de la presente orden se considerarán **terrazas al aire libre** todo espacio no cubierto o todo espacio que, estando cubierto, **esté rodeado lateralmente por un máximo de dos paredes, muros o paramentos**.

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 monodosas debidamente preservadas del contacto con el ambiente.

En todo caso, **deberá asegurarse que se mantiene la debida distancia física de al menos dos metros entre las mesas o, en su caso, agrupaciones de mesas. 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.

#### **MEDIDAS DE HIGIENE Y PREVENCIÓN EN LA PRESTACIÓN DEL SERVICIO EN EL LOCAL.** (Artículo 19 Orden SND/458/2020 - Decreto 1/2020, de 7 de junio).

En la prestación del servicio en los locales de hostelería y restauración, discotecas y bares de ocio nocturno, deberán respetarse las siguientes medidas de higiene y prevención:

- Limpieza y desinfección** del equipamiento, en particular **mesas, sillas, barra**, 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, siguiendo** las pautas del apartado de higiene: limpieza y desinfección.
- Las vitrinas con puertas deben cubrir los alimentos en su totalidad. Se desinfectarán al menos dos veces al día.**
- 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 y su lavado mecánico en ciclos de lavado entre 60 y 90 grados centígrados.

4. 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. **Deberá contar con una reserva de solución alcohólica para al menos dos días de uso para evitar el desabastecimiento.**
5. Se **evitará el empleo de cartas de uso común**, optando por el uso de dispositivos electrónicos propios, pizarras, carteles u otros medios similares.
6. 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.
7. 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.
8. Se establecerá en el local **un itinerario** para evitar aglomeraciones en determinadas zonas y prevenir el contacto entre clientes.
9. **El uso de los aseos por los clientes tendrá una ocupación máxima que será de una persona** para espacios de hasta cuatro metros cuadrados, salvo en aquellos supuestos de personas que puedan precisar asistencia, en cuyo caso también se permitirá la utilización por su acompañante. Para aseos de más de cuatro metros cuadrados que cuenten con más de una cabina o urinario, **la ocupación máxima será del cincuenta por ciento del número de cabinas** y urinarios que tenga la estancia, debiendo mantenerse durante su uso una distancia de seguridad de dos metros.
10. **Deberá reforzarse la limpieza y desinfección de los referidos aseos garantizando siempre el estado de salubridad e higiene de los mismos, y que será al menos dos veces al día. Los aseos deben contar en todo momento con agua y jabón y papel desechable para el secado de manos.**
11. **El personal trabajador que realice el servicio en mesa y en barra** deberá garantizar la distancia de seguridad con el cliente y aplicar los procedimientos de higiene y prevención necesarios para evitar el riesgo de contagio. En cualquier caso, se **deberá garantizar una distancia mínima de dos metros entre clientes.**
12. Cuando en los centros, locales y establecimientos haya **ascensor o montacargas**, su **uso se limitará al mínimo imprescindible** y se utilizarán preferentemente las escaleras. Cuando sea necesario utilizarlos, **la ocupación máxima** de los mismos será de **una persona**, salvo que sea posible garantizar la separación de dos metros entre ellas, o en aquellos casos de personas

que puedan precisar asistencia, en cuyo caso también se permitirá la utilización por su acompañante.

13. 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.

### **MEDIDAS DE HIGIENE: MANTENGA LA LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN.**

1. **El titular de la actividad** económica deberá asegurar que se adoptan las **medidas de limpieza y desinfección adecuadas** a las características e intensidad de uso de los locales y establecimientos de los que es responsable.

En las tareas de limpieza **se prestará especial atención a las zonas de uso común** y a las superficies de contacto más frecuentes como pomos de puertas, mesas, muebles, pasamanos, suelos, teléfonos, perchas, y otros elementos de similares características, conforme a las siguientes pautas:

- a) Se utilizarán **desinfectantes como diluciones de lejía (1:50) recién preparada** o 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. En el uso de ese producto se respetarán las indicaciones de la etiqueta.

No mezclar productos desinfectantes. La mezcla de productos puede ser perjudicial para la salud

- b) Tras cada limpieza, **los materiales empleados y los equipos de protección utilizados se desecharán de forma segura, procediéndose posteriormente al lavado de manos.**

**Lavar y desinfectar los estropajos de limpieza frecuentemente** ya que pueden acumular gérmenes. Sumergirlos en agua con unas gotas de lejía durante 10 minutos, aclararlos y dejarlos secar bien.

Las **medidas de limpieza** se extenderán también, en su caso, a **zonas privadas** de los trabajadores, tales como vestuarios, taquillas, aseos, cocinas y áreas de descanso.

Asimismo, cuando existan **puestos de trabajo compartidos** por más de un trabajador, **se realizará la limpieza y desinfección** del puesto **tras la finalización de cada uso**, con especial atención al mobiliario y otros elementos susceptibles de manipulación.

2. En el caso de que se empleen **uniformes o ropa de trabajo**, se procederá al **lavado y desinfección** regular de los mismos, siguiendo el procedimiento habitual.
3. Para la desinfección de instalaciones, superficies, útiles y equipos, así como vestuarios, mobiliario y servicios higiénicos, los productos empleados deben ser de uso alimentario.

- Las propiedades desinfectantes son proporcionadas por las sustancias activas que contienen.
- No todas estas sustancias son eficaces frente a todos los organismos nocivos.
- La forma en la que esté formulado el desinfectante condiciona su eficacia, por lo que es importante utilizar biocidas que hayan demostrado ser capaces de ejercer una acción viricida de amplio espectro.
- Para que los biocidas cuya eficacia contra virus haya sido demostrada sean efectivos y así obtener un resultado adecuado, **deberán seguirse las indicaciones del etiquetado.**
- Para la búsqueda de estos productos autorizados clique en el vínculo: <https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/productos.do?tipo=plaguicidas> indicando en el apartado finalidad “viricida” y en Usos “industria alimentaria”.
- La LEJÍA (hipoclorito sódico) ataca con facilidad el acero inoxidable usado en mesas y maquinaria siempre que tenga una ralladura o una quiebra en su superficie. Para este tipo de superficies, se recomiendan otros tipos de desinfectantes sin cloro como peróxidos o fenólicos.
- No obstante, la LEJÍA se muestra muy efectiva en la inactivación de los coronavirus en los test llevados a cabo en diferentes biocidas. Asumiendo el peor escenario relativo a la concentración de NaClO en las lejías comercializadas en España (35 g/litro), **una dilución de 1:50**, proporciona una concentración de 0,07 % (superior a casi todas las ensayadas en la Tabla 1, en definitiva, muy eficaz)

**[Esta dilución se prepara de la siguiente forma: coja 20 mililitros de la lejía apta para uso alimentario (no importa la marca), échelos en un envase de litro identificado PARA LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN y llénelo con el agua del grifo hasta completar: Cierre y dele la vuelta varias veces. Ya la tiene preparada al 1:50, en cantidad de 1 litro. Moje la bayeta en esta disolución para limpiar y desinfectar las superficies. Limpie a bayeta con agua del grifo tras cada uso y vuelva a impregnarla con esta disolución de lejía.]**

4. Se deben realizar tareas de **ventilación periódica en las instalaciones** y, como mínimo, de forma **diaria y por espacio de al menos 10 minutos**, para permitir la **renovación del aire**.
5. Se deberá disponer de contenedores o **papeleras** en las que poder depositar pañuelos y cualquier otro material desechable. Dichos dispositivos estarán protegidos con tapa y es recomendable que se accionen por pedal. Además, **deberán ser limpiadas** de forma frecuente, y **al menos una vez al día**.

#### **En el caso del PERSONAL.**

1. La higiene de manos es la medida principal de prevención y control.
2. Lávese las manos inmediatamente antes de iniciar la preparación de los alimentos y con frecuencia durante la preparación, especialmente cuando este manipulando alimentos crudos.
3. Lávese las manos cada vez que cambie de actividad.
4. Lávese las manos después de ir al baño, toser, estornudar, tocarse la cara.
5. Lave y desinfecte todas las superficies y equipos usados en la preparación de alimentos. Al acabar el trabajo, cuando cambie el tipo de alimento, al iniciar la preparación si las instalaciones han estado un tiempo sin uso.

6. Protección adecuada de los productos alimenticios, ingredientes y materias primas de todo tipo de contaminación.
  - Prevenir la contaminación cruzada en las manipulaciones alimentarias, entre materias primas crudas y productos cocinados o entre alimentos de distintos orígenes que puedan contaminar (por ejemplo, cubierta con moho de quesos y embutidos).
  - Proteja los alimentos y las áreas de trabajo de cualquier tipo de plaga (insectos, roedores, etc.) y de mascotas y de otros animales o vías de contaminación.
7. Utilice ropa exclusiva de trabajo.
8. Extreme las medidas de higiene personal, no toser ni estornudar, si es inevitable hacerlo, sobre el flexo del codo y después deberá lavarse las manos.
9. No comer ni beber durante las manipulaciones, habrá que interrumpir el trabajo para ello y, si es posible, hacer estas actividades en un espacio distinto. Antes de reiniciar el trabajo, lavarse las manos.

## 2. SEPARAR 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.

En particular:

- **Para la elaboración de tortilla de patata**, podemos utilizar huevos frescos o huevo pasteurizado, popularmente denominada huevina. La elaboración poco cuajada, y la exposición a temperatura ambiente y sin protección es una práctica de riesgo por favorecer el desarrollo de microorganismos patógenos, en especial de *Salmonella*. De acuerdo con la legislación, **DEBERÁ GARANTIZARSE UNA TEMPERATURA DE AL MENOS 75°C EN EL CENTRO DEL PRODUCTO**
- La preparación culinaria que se realiza con distintas especies de pescado en la elaboración de platos como el **ceviche, sushi o sashimi, huevas de pescado crudas o prácticamente crudas, arenques y otros pescados crudos preparados en salmuera o ahumados en frío y el plato más común en nuestra comunidad que son los boquerones en vinagre** es una práctica de riesgo para sufrir anisakiosis. Para prevenirlo, la legislación obliga a **CONGELAR EL PESCADO HASTA QUE SE ALCANCE UNA TEMPERATURA IGUAL O INFERIOR A -20 °C EN TODO EL PRODUCTO DURANTE CINCO DÍAS**, lo que 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 los mismos en los equipos de refrigeración (temperatura inferior a 4º C) o de congelación (temperatura inferior a -18ºC).
- No descongele alimentos a temperatura ambiente. Puede usar como método seguro:
  - En el estante inferior del frigorífico durante 24 horas
  - En el microondas utilizando la opción "defrost" o "descongelar".
- Una vez descongelados, deberán usarse de manera inmediata.
- Los platos se elaborarán con la menor antelación posible al tiempo de su consumo.
- Una vez cocinados, los alimentos que no se vayan a consumir inmediatamente, deben conservarse en frío.
- Para los platos que se preparan en caliente:
  - Si se van a consumir en un corto espacio de tiempo, se mantendrán a una temperatura por encima de 65ºC.
  - Si no se van a consumir de forma inmediata, no deberán estar a temperatura ambiente por un tiempo superior a 2 horas. Se tendrán que refrigerar lo antes posible, manteniéndolos a una temperatura inferior a 4ºC.
- Para los platos que se preparen en frío, durante la preparación se estará especialmente atento a que las materias primas estén el menor tiempo posible a temperatura ambiente, una vez terminada la preparación, se refrigerarán lo antes posible, manteniéndose a una temperatura inferior a 4ºC.

Para más información puede consultar este [vínculo](#).

#### 5. PRESENTACIÓN DE LOS PINCHOS Y LAS TAPAS

La legislación alimentaria obliga a mantener los alimentos en lugares protegidos (por ejemplo, en una **VITRINA CERRADA**) y a temperaturas que dificulten el desarrollo de microorganismos (ya sea **REFRIGERADOS, POR DEBAJO DE 4 ºC, O CALIENTES, POR ENCIMA DE 65 ºC**).

- La exposición de alimentos sobre la barra sin protección alguna puede hacer que se contaminen con patógenos procedentes de diferentes fuentes (por ejemplo, si alguien estornuda sobre ellos o si se posa un insecto en su superficie). Además, si los pinchos se mantienen a temperatura ambiente, esos microorganismos pueden desarrollarse rápidamente, con el consiguiente riesgo para nuestra salud.

## 6. 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. En caso de duda, utilizar agua embotellada.
- 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).
- El uso de lejía es un método fácil y al alcance de todo el mundo para la desinfección de frutas y vegetales, pero se debe utilizar de manera adecuada, según se indica a continuación:
  - Hay que utilizar lejía "APTA PARA LA DESINFECCIÓN DEL AGUA DE BEBIDA".
  - El fabricante indicará en su etiquetado la dosis y dilución que hay que hacer, por lo que es recomendable que se revise las indicaciones que se dan. No obstante, teniendo en cuenta que la concentración de hipoclorito en estas lejías es similar, 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.
  - Procedimiento:
    1. Limpie los vegetales bajo el chorro de agua.
    2. Llene con agua el recipiente donde desinfectará las verduras y añada la lejía en la cantidad necesaria en función del volumen de agua.
    3. Sumerja las frutas y los vegetales a desinfectar.
    4. Espere como máximo 5 minutos.
    5. Retire las frutas y verduras y aclárelas bien con agua corriente bajo el grifo.

Para ver información complementaria puede pinchar el siguiente [vínculo](#)

## 7. ENVASADO.

- Consideramos envase como el recipiente destinado a contener alimentos y el embalaje como el material utilizado para proteger el envase.
- Los envases se ajustarán a las disposiciones relativas a las condiciones generales de los materiales en contacto con los alimentos. No podrán alterar las características organolépticas de los alimentos, no contendrán sustancias nocivas para la salud y tendrán la resistencia necesaria. Serán los adecuados para el uso esperado de los mismos (por ejemplo: calentamiento en microondas). Para más información pinche el siguiente [vínculo](#).
- 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.

## 8. CONTROL DE ALÉRGENOS

- Los establecimientos de restauración tienen, desde diciembre de 2014, 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.
- Actualmente, la situación que estamos viviendo derivada de la pandemia por COVID 19 obliga a extremar las medidas que garanticen la seguridad de las personas con problemas de alergias o intolerancias alimentarias. Por lo que nos centraremos en aspectos a reforzar:
  - **Recetas cerradas**, hay que tener la relación de ingredientes que componen cada plato. No se deben de cambiar los ingredientes porque ello puede suponer un cambio de las sustancias que pueden causar intolerancias o de los alérgenos presentes.
  - **Control de materias primas**, se debe conocer la composición exacta de las materias primas que se van a utilizar en cada receta, en concreto las sustancias que pueden ocasionar intolerancias o alergias que contienen. Para ello, es conveniente que no se cambien las marcas comerciales de los ingredientes, los fabricantes pueden utilizar distintas fórmulas para la elaboración del mismo tipo de producto. **Ante la duda** de si un ingrediente puede contener alérgenos o gluten, **no utilizarlo**.

- **Buenas prácticas de manipulación:** deben extremarse las medidas que impidan la contaminación cruzada, así:
  - i. **el almacenamiento** de materias primas, productos intermedios y productos acabados se realizará de forma que se garantice que no hay contaminación, separando los productos y guardándolos en recipientes cerrados.
  - ii. **la preparación de la comida**, se debe evitar la contaminación cruzada entre los alimentos y entre estos y los equipos y utensilios, por este motivo no hay que utilizar los mismos utensilios, ni las mismas superficies de trabajo para elaborar alimentos con distintos tipos de alérgenos y/o gluten o de alimentos libres de ellos, sin realizar previa limpieza. Mejor si los enseres son exclusivos para el alérgico/celíaco. Poner cuidado en las contaminaciones derivadas del uso de la plancha o la reutilización de aceites. Se debe cocinar primero la comida del alérgico/celíaco para evitar contaminaciones y contactos.
  - iii. **la limpieza** de utensilios y equipo de cocina se realizará con la frecuencia adecuada y siempre entre la elaboración de platos que puedan dar lugar a contaminación, será meticulosa, se desmontarán piezas de equipos y se comprobará que no queda ningún resto en recodos, etc.
  - iv. **reparto de la comida** a las familias, para agilizar el trabajo de los establecimientos de restauración, podrá darse la información relativa a las sustancias o alimentos que pueden causar intolerancia o alergias presentes en los platos suministrados, en un único documento, siempre y cuando, en el mismo se desglose de forma clara la información relativa a cada plato que forme parte de la comida repartida.
- Para más información sobre este apartado, se facilitan los siguientes vínculos:
  - [Saludcantabria](#)
  - [AESAN](#) (Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición)



## 9. ETIQUETADO

En el caso de **servicios en las terrazas del propio establecimiento**, la información alimentaria al consumidor se facilitará a través de los medios habituales, carteles, pizarras, dispositivos electrónicos dado que en esta especial situación de alarma por COVID 19 se evitará el uso de cartas de uso común.

En el caso de **servicio de comidas preparadas a domicilio**, o que sean **recogidas en el propio establecimiento**, habrá que distinguir:

1. Alimentos sin envasar o **envasados en los lugares de venta a petición del consumidor**, incluirá al menos la siguiente información:
  - Denominación de cada plato.
  - Cantidad de un ingrediente o una categoría de ingredientes.
  - Referencia clara de las sustancias o productos que puedan causar intolerancias o alergias

La información alimentaria debe facilitarse de forma escrita en etiquetas adheridas al alimento o rotulada en carteles colocados en el lugar donde los alimentos se presentan para su venta, sobre el alimento o próximo a él.

2. Alimentos envasados o **envasados por los titulares del comercio al por menor para su venta inmediata en el establecimiento o establecimientos de su propiedad**.

Entendiendo como alimentos envasado cualquier unidad de venta destinada a ser presentada sin ulterior transformación al consumidor final y a las colectividades, constituida por el alimento y el envase en el cual haya sido acondicionado antes de ser puesto a la venta ya recubra el envase al alimento por entero o solo parcialmente, pero de tal forma que no pueda modificarse el contenido sin abrir o modificar dicho envase. En este caso, incluirá al menos la siguiente información:

- Denominación de cada plato.
- Lista de ingredientes.
- Cantidad de un ingrediente o una categoría de ingredientes.
- La fecha de duración mínima o la fecha de caducidad.
- Las condiciones especiales de conservación y/o las condiciones de utilización.
- El modo de empleo en caso de que, en ausencia de esta información fuera difícil hacer un uso adecuado del alimento.
- Nombre o razón social y la dirección del envasador.
- Referencia clara de las sustancias o productos que puedan causar intolerancias o alergias.

La información alimentaria debe facilitarse de forma escrita en etiquetas adheridas al alimento.

Cuando los alimentos se vendan mediante métodos de comunicación a distancia (teléfono, página web) la información debe estar disponible antes de que finalice la compra sin que suponga costes suplementarios para los consumidores. En cualquier caso, la información requerida deberá acompañar los productos alimenticios en el momento de su entrega.

**La información sobre ingredientes que causan alergias o intolerancias siempre debe facilitarse al consumidor antes de que se realice la compra y debe acompañar de forma escrita a los productos en el momento de su entrega a domicilio.**

### **MEDIDAS DE HIGIENE Y DE PREVENCIÓN DE RIESGOS PARA EL PERSONAL TRABAJADOR QUE PRESTE SERVICIOS DE LOS ESTABLECIMIENTOS DE HOSTELERÍA Y RESTAURACIÓN.**

1. Sin perjuicio del cumplimiento de la normativa de prevención de riesgos laborales y de la normativa laboral, el titular de la actividad económica deberá adoptar las acciones necesarias para cumplir las medidas de higiene y prevención para el personal trabajador de los sectores de actividad establecidos en esta orden.  
En este sentido, se asegurará que todos los trabajadores tengan permanentemente a su disposición en el lugar de trabajo agua y jabón o geles hidroalcohólicos o desinfectantes con actividad virucida autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad para la limpieza de manos. Asimismo, cuando no pueda garantizarse la distancia de seguridad interpersonal de aproximadamente dos metros, se asegurará que los trabajadores dispongan de equipos de protección adecuados al nivel de riesgo. En este caso, todo el personal deberá estar formado e informado sobre el correcto uso de los citados equipos de protección.
2. No podrán incorporarse a sus puestos de trabajo en los establecimientos comerciales los siguientes trabajadores:
  - a) Trabajadores que en el momento de la reapertura del establecimiento comercial estén en aislamiento domiciliario por tener diagnóstico de COVID-19 o tengan alguno de los síntomas compatibles con el COVID-19.
  - b) Trabajadores que, no teniendo síntomas, se encuentren en período de cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto con alguna persona con síntomas o diagnosticada de COVID-19.
3. Si un trabajador comenzara a tener síntomas compatibles con la enfermedad, se contactará con el teléfono 900 612 112 o centro de salud correspondiente. Siempre que sea posible, el trabajador se colocará una mascarilla, debiendo abandonar, en todo caso, su puesto de trabajo hasta que su situación médica sea valorada por un profesional sanitario.
4. El fichaje con huella dactilar será sustituido por cualquier otro sistema de control horario que garantice las medidas higiénicas adecuadas para la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores, o bien se deberá desinfectar el dispositivo de fichaje antes y después de cada uso, advirtiendo a los trabajadores de esta medida.
5. La disposición de los puestos de trabajo, la organización de los turnos y el resto de condiciones de trabajo existentes en los centros, entidades, locales se modificarán, en la medida necesaria, para garantizar la posibilidad de mantener la distancia de seguridad interpersonal mínima de dos metros entre los trabajadores.

6. Asimismo, las medidas de distancia previstas en esta orden deberán cumplirse, en su caso, en los vestuarios, taquillas y aseos de los trabajadores, así como en cualquier otra zona de uso común.
7. Se registrará la organización de los turnos o grupos del personal, de forma que, ante una baja, se conozcan las personas con las que se ha mantenido un contacto estrecho. Se recomienda no modificar los grupos, de forma que se reduzca el número de contactos de cada trabajador (como medida para el seguimiento de contactos de posibles positivos)
8. Se facilitará un documento a los trabajadores que acredite mediante la firma, que se han leído y entendido estas medidas, que asumen su responsabilidad y se comprometen con su implantación.

#### **MEDIDAS PARA PREVENIR EL RIESGO DE COINCIDENCIA MASIVA DE PERSONAS EN EL ÁMBITO LABORAL.**

1. Sin perjuicio de la adopción de las necesarias medidas de protección colectiva e individual, los centros deberán realizar los ajustes en la organización horaria que resulten necesarios para evitar el riesgo de coincidencia masiva de personas, trabajadoras o no, en espacios o centros de trabajo durante las franjas horarias de previsible máxima afluencia o concentración.
2. Se considerará que existe riesgo de coincidencia masiva de personas cuando no haya expectativas razonables de que se respeten las distancias mínimas de seguridad, particularmente en las entradas y salidas al trabajo, teniendo en cuenta tanto la probabilidad de coincidencia masiva de las personas trabajadoras como la afluencia de otras personas que sea previsible o periódica.

## La seguridad alimentaria es cosa de todos

De sobra es conocida la frase de la “granja a la mesa” en la que queda patente que la seguridad alimentaria corresponde a todos los eslabones de la cadena, desde la producción primaria hasta los establecimientos de restauración colectiva, pasando por la industria de transformación y la distribución.

El personal deberá lavarse las manos adecuadamente al inicio de la jornada laboral y en especial:

- Al cambiar entre diferentes tipos de productos crudos, o de crudo a cocinado, o alimentos con alérgenos.
- Después de manipular desperdicios y basuras, cartones, envases o embalajes sucios.
- Tras una ausencia.
- Después de haber hecho uso del WC.
- Tras toser, estornudar, tocarse la boca, nariz, fumar, comer.
- Tras haber tocado objetos como teléfono, dinero, etc.



No debemos olvidar también el papel que tenemos en la seguridad alimentaria los propios ciudadanos. De nada sirve seguir todas las normas por parte de los eslabones anteriores en la cadena alimentaria, si al final no cumplimos, como ciudadanos con cosas tan básicas como **lavarse las manos**.

## Cómo quitarse los Guantes de forma adecuada

### **IMPORTANTE**

Retirarse los guantes de forma correcta para que no exista un posible contagio del funcionario. Tras su uso, desecharlos en el contenedor habilitado. Lavado de manos posterior a la retirada de los guantes.

#### 1º PELLIZCAR POR EL EXTERIOR DEL PRIMER GUANTE



#### 2º RETIRAR SIN TOCAR LA PARTE INTERIOR DEL GUANTE



#### 3º RETIRAR EL GUANTE EN SU TOTALIDAD



#### 4º RECOGER EL GUANTE CON LA OTRA MANO



#### 5º RETIRAR EL 2º GUANTE INTRODUCIENDO LOS DEDOS POR EL INTERIOR



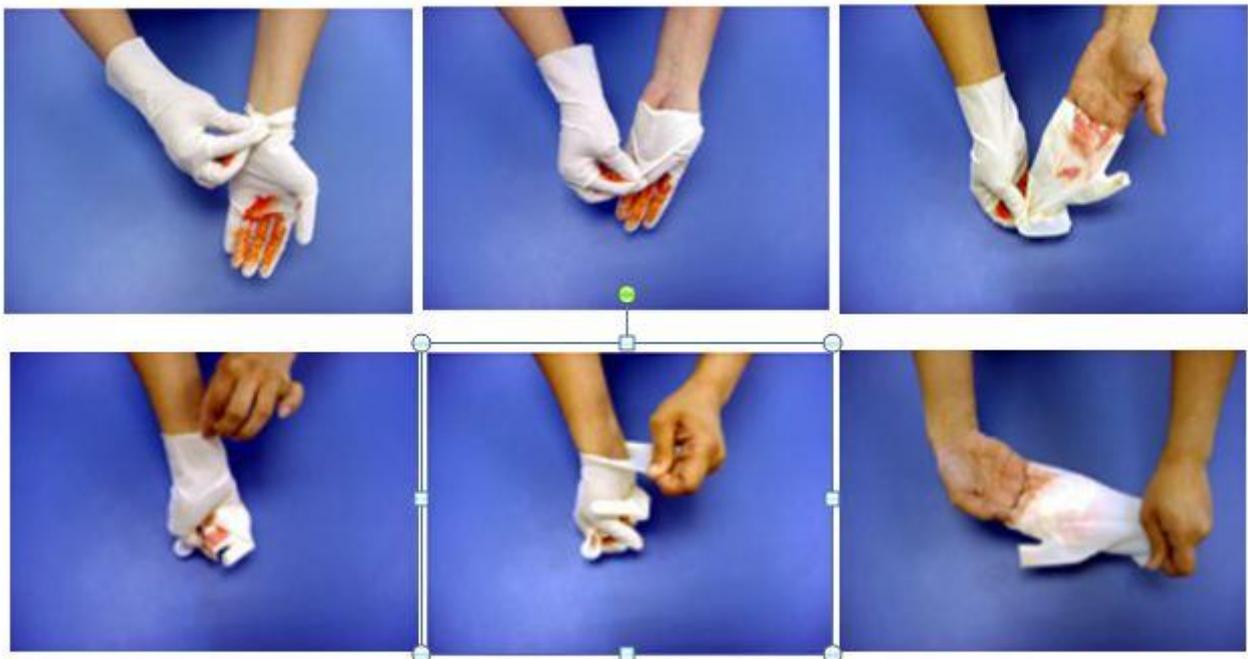
#### 6º RECOGER EL GUANTE SIN TOCAR LA PARTE EXTERNA DEL MISMO



#### 7º DESECHAR LOS DOS GUANTES EN EL CONTENEDOR ADECUADO



<https://www.h50.es/la-policia-nacional-informa-como-quitar-los-guantes-para-no-asumir-riesgos-de-contagios/>



## Cómo ponerse, usar, quitarse y desechar una mascarilla

- Si necesita llevar una mascarilla, aprenda a usarla y eliminarla correctamente.
- Recuerde que las mascarillas solo son eficaces si se combinan con el lavado frecuente de manos con una solución hidroalcohólica o con agua y jabón.
- Antes de ponerse una mascarilla, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Cúbrase la boca y la nariz con la mascarilla y asegúrese de que no haya espacios entre su cara y la máscara.
- Evite tocar la mascarilla mientras la usa; si lo hace, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Cámbiese de mascarilla tan pronto como esté húmeda y no reutilice las mascarillas de un solo uso.
- Para quitarse la mascarilla: quítesela por detrás (no toque la parte delantera de la mascarilla); deséchela inmediatamente en un recipiente cerrado.
- Finalmente, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.

### ¿Cómo usar correctamente la mascarilla?

Sigue los siguientes pasos para ponerte y quitarte correctamente la mascarilla





Fuente: Organización Mundial de la Salud.