

PLAN DE COCINA COVID 19



1. PLAN DE COCINA COVID 19	3
2. CONSIDERACIONES PREVIAS	3
3. EPIS (EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL).....	5
4. PRODUCTOS DE LIMPIEZA APARTE DE LOS QUE YA DISPONEN EN COCINAS	6
5. ACCESO A LAS INSTALACIONES.....	6
6. LIMPIEZA.	8
7. PROVEEDORES.....	12
8. GESTIÓN DE RESIDUOS.....	14
9. BIBLIOGRAFIA.....	15

1. PLAN DE COCINA COVID 19

Nuestra posición respecto a esta medida es que no se tendrían que abrir las escuelas infantiles hasta que no haya una vacuna o un tratamiento médico que nos asegure que no habrá contagio. Para conciliar familia y trabajo hace falta estudiar otras posibilidades laborales, económicas y sociales.

Los dos motivos principales de nuestro posicionamiento se basan en que no se pueden asumir las medidas de seguridad generales pedidas para la población: la primera sería la de respetar la distancia de dos metros entre las personas y la segunda sería que los niños no pueden llevar mascarilla por qué hay riesgo de asfixia (según los expertos).

En caso de que los acuerdos entre científicos y políticos sean que se tienen que abrir las escuelas infantiles, redactamos unos consejos que, siguiendo el protocolo que envíen las autoridades pertinentes, aportan herramientas sobre la vida dentro de la escuela. El objetivo principal es intentar reducir al máximo los contagios sin perder de vista nuestra tarea educadora de respeto hacia las necesidades de los niños/as.

Entendemos que cada escuela tiene que adaptar los consejos a las características propias de cada una de las cocinas de las escuelas y creemos necesario tenerlos escritos y compartirlos con todo el equipo educativo de la escuela para que sean conocedores de ellos.

Este protocolo es abierto, es decir, puede sufrir cambios si las administraciones competentes informan de otros procedimientos a seguir, si fuese así, se informaría a todo el personal de manera inmediata.

2. CONSIDERACIONES PREVIAS

Este Protocolo de cocina se ha hecho siguiendo las indicaciones de la Guía de Buenas Prácticas en los centros de trabajo del Ministerio de Sanidad y la Resolución conjunta de las viceconsejerías de política educativa y de Organización educativa por la que se dictan instrucciones para la puesta en marcha en los centros docentes, de las actividades permitidas en las Fases 0 y I, del plan de transición derivado de la situación de crisis Sanitaria ocasionada por coronavirus (covid-19) durante el curso 2019-2020 de la Comunidad de Madrid y se ha hecho en coherencia con el propio Plan de Limpieza Edigest Formación Educativa tiene en sus escuelas.

La limpieza de los espacios es fundamental y siempre se tiene que hacer de forma previa a las actuaciones de desinfección. Permite eliminar la suciedad y la materia orgánica de las superficies y, si no es eliminada, puede interferir con los desinfectantes y minimizar su eficacia. Los desinfectantes, en cambio, destruyen o inactivan los microorganismos.

El centro tendrá que:

1. Definir el espacio de atención a los proveedores.
2. Establecer un circuito de movimiento que permita la distancia mínima de 2 metros entre los usuarios.
3. Establecer una entrada y salida de los y las trabajadoras por una puerta diferente a la de entrada para familias.
4. Definir las limpiezas diarias y desinfección de la cocina y de sus dependencias.
5. Establecer los protocolos necesarios para la desinfección de los productos que entren del exterior.

Los trabajadores serán informados de las medidas implantadas, así como, de las recomendaciones higiénicas para reducir el riesgo de contagio, en particular de las siguientes:

- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente al inicio y al fin de actividades en instalaciones que son utilizadas masivamente o de uso compartido.
- Hacer uso de gel hidroalcohólico.
- En general evitar tocarse la nariz, los ojos y la boca.
- En caso de toser o estornudar, taparse con un pañuelo de papel y tirarlo tras su uso. Si no se dispone de pañuelo de papel, se debe utilizar la parte interna del codo para no contaminar las manos.

- Evitar el contacto físico en los saludos (apretones de manos, besos, etc.).

3. EPIS (EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL)

Los Equipos de Protección individual son los siguientes:

1. Guantes
2. Mascarillas FFP2 (se deberán mirar las instrucciones con relación a la reutilización, cambio y limpieza).
3. Pantallas protectoras faciales (se deberán mirar las instrucciones con relación a la reutilización, cambio y limpieza).
4. Ropa y bata específica para la limpieza que se lavará diariamente en el mismo centro.
5. Bata de un solo uso (para casos específicos).
6. Calzado específico y calzas.

En relación a cómo utilizar los EPIS, se tienen que tener en cuenta las siguientes consideraciones:

1. El personal de cocina tiene que utilizar uniforme para todas las tareas, incluida la manipulación de la basura.
2. Los guantes que se utilicen y el vestuario, tienen que ser compatibles con los productos de limpieza y desinfección que se utilicen.
3. Las mascarillas y las pantallas de protección se utilizarán durante toda la estancia en la escuela.
4. Una vez terminada la limpieza, el personal encargado deberá lavarse las manos con agua y jabón.
5. Si hay alguna incidencia con los equipos de protección individual (rotura, agujeros, etc) se tendrá que informar a la dirección de la escuela inmediatamente.
6. Se tienen que seguir las instrucciones en relación a las acciones preventivas, incluyendo limpiarse las manos y evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos sin lavar.
7. Los EPIS serán los mismos para el espacio interior y el espacio exterior.

8. Una vez el personal de cocina se vaya de la escuela, se limpiarán y desinfectarán la pantalla protectora y se pondrá en la lavadora el vestuario utilizado aquel día. Los EPIS se guardarán en la taquilla individual de cada persona.
9. Los momentos clave adicionales para lavarse las manos son:
 - Después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
 - Después de ir al lavabo.
 - Antes de comer.
 - Después de recibir pedidos de proveedores externos.
 - Una vez acabada la limpieza del centro.

4. PRODUCTOS DE LIMPIEZA APARTE DE LOS QUE YA DISPONEN EN COCINAS

Se utilizarán todos los productos de limpieza que se han estado utilizando hasta ahora, teniendo en cuenta que además se añadirán:

1. Gel hidroalcohólico
2. Alcohol etílico (62-71 grados)
3. Virucida Taski Sprint H 100

(Si se utiliza algún producto para desinfectar diferente a estos debe aparecer en el siguiente enlace de productos autorizados, https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf)

5. ACCESO A LAS INSTALACIONES

- Antes de entrar a la escuela cada trabajador/a se tomará la temperatura dejando constancia en una hoja de registro. Una vez usado el termómetro se procederá a su desinfección por parte de la última persona que lo haya utilizado.
- Si es posible, se tendrá que cambiar el acceso a la escuela, para que no coincida con la entrada de las familias.

- Para acceder a la escuela habrá que quitarse el calzado de calle y ponerse el calzado exclusivo para la escuela.
- Dirigirse directamente al vestuario de la escuela (habrá que tener en cuenta los turnos que se establecerán, dependiendo del tamaño del vestuario, para que se pueda mantener la distancia de seguridad).
- Lavarse las manos y si es necesario usar posteriormente el gel hidroalcohólico.
- Ponerse la ropa de trabajo (lavada diariamente en la escuela) y guardar TODA la ropa y enseres personales de la calle dentro de la taquilla personal de cada trabajador/trabajadora.
- Lavarse las manos y si es necesario usar posteriormente el gel hidroalcohólico.
- Desinfectar todo aquello que se ha manipulado (banco si nos hemos sentado, grifo,...)
- Cambiarse la mascarilla (la anterior llega puesta de casa), la pantalla reutilizable y guantes de vinilo.
- Siempre se mantiene una distancia mínima entre los trabajadores de 2 metros.
- Cada trabajador/a debe cambiarse los guantes cada 3 horas por motivos de prevención.
- Se evitará toser o estornudar sobre los alimentos o superficies de trabajo. En el caso de posibles golpes de tos o estornudos, hay que colocar un pañuelo desechable sobre la boca y nariz y, posteriormente, lavarse las manos. Cada trabajador/a dispone de la equipación EPI para su puesto de trabajo. Como ya hemos mencionado anteriormente este equipo se quedará en la escuela y se lavará en la misma escuela.
- En la cocina se dispondrá de dispensador de gel hidroalcohólico, guantes de vinilo y máscaras desechables. Haber utilizado guantes, no exime de realizar la correcta higiene de manos después de su retirada.
- Lavarse las manos con agua caliente y jabón antes de empezar a preparar o cocinar la comida, así como después de haberla preparado.
- Las uñas tienen que llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes, u otros enseres. Recoger el cabello largo en una cola baja, teniendo que cubrirse con un gorro. En caso de tener barba se deberá hacer uso del cubre-barbas.
- El uso del móvil tiene que ser nulo(se dejará con los objetos personales y se facilitará el teléfono de la escuela a familiares para emergencias).

- No se permitirá la entrada en las áreas de manipulación de alimentos a ninguna persona ajena al servicio, o que perteneciendo al servicio, no se encuentre en su horario de trabajo. Las visitas en las áreas de elaboración siempre se realizarán con equipación de protección e indumentaria adecuada.
- La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección que se hará preferentemente con agua y jabón, y siguiendo la técnica correcta.
- Cuando en la escuela infantil 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.
- Se deberá disponer de papeleras, a ser posible con tapa y pedal, en los que poder depositar pañuelos y cualquier otro material desechable. Dichas papeleras deberán ser limpiadas de forma frecuente, y al menos una vez al día.

6.LIMPIEZA.

6.1 LIMPIEZA DE COCINA

La limpieza de la cocina es fundamental y siempre se tiene que hacer de forma previa a las actuaciones de desinfección. Permite eliminar la suciedad y la materia orgánica de las superficies y, si no es eliminada, puede interferir con los desinfectantes y/o minimizar su eficacia. Los desinfectantes, en cambio, destruyen o inactivan los microorganismos.

El agua tiene que ser potable y es mejor caliente en todo el proceso ya que el producto químico reacciona mejor a mayor temperatura debido a que la suciedad se disuelve mejor. Además se tienen que dejar actuar los productos un tiempo determinado para que su efecto sea el deseado.

6.2 LIMPIEZAS DIARIAS

Se seguirán llevando a cabo las limpiezas diarias establecidas en el Plan de Limpieza de Cocina que disponen todas las escuelas, así como todas las actuaciones que establece la APPCC.

En el Plan de Limpieza de Cocina los siguientes elementos marcados con un * se tendrán que limpiar y desinfectar varias veces al día (si es posible cada vez que se utilicen):

REGISTRO limpieza
Suelos cocina *
Fogones
Campana
Almacén
Freidora
Encimera*
Armarios
Vajilla*
Ollas
Baldosas
Frigorífico
Congelador
Puertas metálicas *
Horno y microondas
Cristales
Cubos de basura
Grifos*
Baldas almacén
Carros*

Por otro lado, habrá que tener en cuenta la limpieza y desinfección diaria de los siguientes elementos (los marcados con un * se tendrán que limpiar y desinfectar varias veces en el día):

TAREA	FIRMA
Interruptores y timbres*	
Manetas *	
Pomos de puertas*	
Ventanas	
Archivadores*	
Mesas, sillas*	
Teléfonos, interfonos*	
Utensilios de oficina*	
Mandos*	

Se realizará una limpieza previa al reinicio del servicio, detallada en el Plan de limpieza Covid 19 que hemos realizado.

De manera habitual, se realizará ventilación cada hora de los espacios y, si es posible, se mantendrán algunas ventanas abiertas de manera permanente para que haya circulación de aire.

6.3 PRODUCTOS PARA LAS LIMPIEZAS Y DESINFECCIONES DE LOS ESPACIOS

LIMPIEZA:

- Se puede hacer con agua o jabón o se pueden usar los detergentes de uso habitual. Se tendrán que aplicar en la concentración y condiciones de uso que indique el fabricante de cada producto.

- Desinfección:
 - Virucida Taski Sprint H 100 en una disolución 5ml por cada litro de agua. Estas soluciones se tienen que preparar diariamente y se tienen que dejar actuar durante unos minutos.
 - Alcohol etílico entre el 62-71%: se puede obtener directamente o a partir del alcohol etílico habitual que es el del 96%, mezclando 70 ml de alcohol con 30ml de agua, o bien mezclando 5 partes de alcohol etílico de 96 grados con dos partes de agua.

LIMPIEZA DE MANOS

Es básico y necesario tener una correcta y frecuente limpieza de manos.

¿Cuándo nos tenemos que lavar las manos?

Nos tenemos que lavar las manos antes de empezar a preparar alimentos, después de manipular alimentos crudos y cada vez que, durante la preparación de las comidas, manipulamos basura, dinero, etc.

También tenemos que lavar las manos después de ir al váter, estornudar, toser, sonarnos, etc.

Después de la recepción, desinfección y almacenamiento de los productos recibidos de los proveedores, también habrá que lavarse las manos.

¿Por qué nos tenemos que lavar las manos?

Porque en las personas puede haber algunos microorganismos peligrosos causantes de dolencias de transmisión alimentaria y a través de las manos podemos esparcir estos microorganismos y contaminar los alimentos.

¿Cómo nos tenemos que lavar las manos?

- Nos tenemos que mojar y enjabonar las manos (agua tibia y jabón) hasta la altura de las muñecas, con movimientos de fricción y rotación.
- Hay que frotar bien palma contra palma y posar la palma de la mano derecha sobre el dorso de la izquierda y viceversa. Se tienen que entrelazar los dedos, para limpiar bien los espacios que hay entre ellos, y lavar el dorso de los dedos contra la palma opuesta con los dedos trabados. A continuación, y con movimientos rotatorios, hay que frotar bien los pulgares mediante la mano contraria y, posteriormente, las puntas de los dedos de una mano sobre la palma de la otra mano, haciendo especial énfasis a las uñas.
- Finalmente, hay que enjuagar las manos bajo el agua.
- Y, por último, las secamos con una toalla de papel desechable.

🕒 20 a 30 segundos



http://www.semergenmadrid.com/images/infografias/pacientes/HigieneManos_CAM.jpg

7. PROVEEDORES

El acceso de los proveedores estará limitado a la parte exterior del edificio donde haya un acceso directo a la cocina más próximo.

Una persona de cocina hará la recepción de los productos teniendo en cuenta que:

- Se tendrá que poner una bata desechable que cubra su ropa de trabajo, esta se la quitará una vez vuelva a la cocina antes de entrar.
- Se tendrá que poner calzas que deberá quitarse antes de volver a entrar en la escuela.
- Desinfectar todo el pedido.
- Una vez acabe de manipular y limpiar los productos tendrá que hacer cambio de guantes.

Se unificarán los pedidos semanal o quincenalmente para tener el mínimo contacto con proveedores.

En la parte de recepción de proveedores, una persona de cocina recepcionará el producto y lo desinfecta, mientras la otra desde dentro lo coloca.

7.1 COMPOSICIÓN DE LOS MENÚS

Las temperaturas de cocción de los alimentos superiores a 70 grados durante 2 minutos (temperatura de pasteurización) eliminan el virus. Para alimentos en los cuales no se realice cocción es necesario la limpieza y desinfección de la materia prima antes de la elaboración del plato (fruta, etc.)

La fruta de media mañana se servirá como se ha estado haciendo hasta ahora. Será labor del educador/a ir a la cocina a recogerla, intentando evitar aglomeraciones e intentando mantener la distancia de seguridad.

Para evitar al máximo posibles riesgos se elaborarán menús donde su totalidad esté cocinada previamente.

7.2 ALIMENTOS

- Para organizar desayunos y meriendas se montará un carro por cada dos espacios (adaptándose a las circunstancias de cada escuela).
- Desayunos: el/la educador/a que, por su horario, entre primero será el/la encargado/a de recoger y llevar el carro compartido a su espacio. SIEMPRE será la misma persona ya que, en caso de presentar síntomas, será más fácil controlar las personas con las que ha tenido contacto. El/la pinche de cocina recogerá los carros para llevarlos hasta la cocina y procederá a su limpieza y desinfección.
- Meriendas: el/la educador/a que, por su horario, salga el primero será el/la encargado/a de recoger y llevar el carro compartido a su espacio. SIEMPRE será la misma persona ya que, en caso de presentar síntomas, será más fácil controlar las personas con las que ha tenido contacto. El/la pinche de cocina recogerá los carros para llevarlos hasta la cocina y procederá a su limpieza y desinfección.
- Almacenar la comida de manera adecuada (tiene que evitarse cualquier contacto entre los alimentos que se toman crudos y los cocinados).

- Cada vez que se recepciona y manipula algún producto en su embalaje original, se procede a desinfectar la mercancía.
- Rechazar el embalaje exterior antes del almacenamiento (por ejemplo, el cartón exterior cuando haya un embalaje de plástico interior). Recordad que hay que apuntar el número de lote y fecha de caducidad.
- Eliminar las bolsas de plástico no reutilizables y lavar y desinfectar las reutilizables.
- Limpiar y desinfectar los envases de vidrio, plástico y metal.
- Utilización de contenedores, envases y embalajes limpios que protejan los alimentos.
- Lavar sistemáticamente las frutas y hortalizas con lejía apta por uso alimentario, especialmente si no las vamos a cocinar (si se cocinan, la covid-19 no sobrevive). Utilización de lejía de uso alimentario:
 - Una cucharada de postre (unos 4,5 ml) por cada tres litros de agua.
 - Sumergir los alimentos en la dilución durante al menos cinco minutos.
 - Aclarar bien con abundante agua corriente.
- Evitar la contaminación a través de los utensilios de cocina (cuchillos, platos, etc.) lavándolos en el lavavajillas, la seguridad será todavía mayor porque al efecto limpiador del jabón se suma la elevada temperatura del agua (normalmente es de, al menos, 60°C), que contribuye a destruir microorganismos patógenos como bacterias y virus.
- En el caso de productos de venta a granel, como puede ser la panadería, no se puede tomar ningún tipo de medida ante la posibilidad de una contaminación de estos productos, por lo tanto, para evitar riesgos innecesarios se decide que no se comprará ni se consumirá pan.
- Lavado de ropa de cocina y ropa de trabajo en lavadoras capaces de lavar a 60 °C.
- Eliminar paños de cocina y sustituirlo por papel.

8.GESTIÓN DE RESIDUOS

1. La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual, respetando los protocolos de separación de residuos.
2. Se recomienda que los pañuelos desechables que el personal emplee para el secado de manos o para la limpieza nasal sean desechados en papeleras o contenedores protegidos con tapa y, a ser posible, accionados por pedal.
3. Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de vinilo, etc.) debe depositarse en el cubo naranja.
4. En caso de que un trabajador presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de trabajo, será preciso retirar la bolsa de basura donde haya depositado pañuelos u otros productos usados, desinfectar el cubo y colocar una bolsa nueva.

9. BIBLIOGRAFIA

Para más información podéis consultar los siguientes links:

- Guía de Buenas Prácticas en los centros de trabajo del Ministerio de Sanidad

<https://www.cop-cv.org/db/docu/200414130508Wz0KN9se3arZ.pdf>

- Resolución conjunta de las viceconsejerías de política educativa y de organización educativa por la que se dictan instrucciones para la puesta en marcha, en los centros docentes, de las actividades permitidas en las fases 0 y i, del plan de transición derivado de la situación de crisis sanitaria ocasionada por coronavirus (covid-19) durante el curso 2019-2020

<http://www.feccoo-madrid.org/5bffcd2033f095bfe1983790d78d853d000063.pdf>

- Procedimiento de limpieza viaria ante la pandemia de coronavirus. Ministerio de Sanidad.

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Procedimiento_limpieza_viaria_COVID-19.pdf

- Sobre el uso de productos biocidas para la desinfección del covid 19. Ministerio de sanidad

https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Nota_sobre_el_uso_de_productos_biocidas_27_04.2020.pdf

- Medidas Higiénicas para la prevención de contagios. Ministerio de Sanidad

https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Medidas_higienicas_COVID-19.pdf

- Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-COV-2) Ministerio de Sanidad

https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRL_COVID-19.pdf

- Recomendaciones sobre procedimientos de desinfección en bienes culturales con motivo de la crisis por COVID 19. Ministerio de Cultura y Deporte.

<https://ipce.culturaydeporte.gob.es/dam/jcr:3cf1e6b5-1925-440d-a514-3c60f1edadc9/anexo--recomendaciones-ipce-patrimonio-covid-19--1-.pdf>

- Protocolo de desinfección de superficies y espacios habilitados. Dirección General de Salud Pública Consejería de Sanidad. Comunidad de Madrid.

https://www.comunidad.madrid/sites/default/files/doc/sanidad/samb/protocolo_desinfeccion_de_superficies_y_espacios_habitados.pdf

- El lavado de manos. Agencia Catalana de Seguridad Alimentaria.

http://acsa.gencat.cat/ca/seguretat_alimentaria/consells_sobre_seguretat_alimentaria/el-rentat-de-mans/index.html

- Registro oficial de establecimientos y servicios plaguicidas (ROESP) Agencia de Salud Pública de Cataluña.

https://salutweb.gencat.cat/ca/ambits_actuacio/per_perfiles/empreses_i_establiments/empreses_de_control_de_plagues/registre_oficial_destabliments_i_serveis_plaguicides_roesp/

- Capacitación relacionada con el uso de biocidas. Agencia de salud pública de Cataluña.

https://salutweb.gencat.cat/ca/ambits_actuacio/per_perfiles/empreses_i_establiments/empreses_de_control_de_plagues/carnet_daplicador_de_tractaments_ddd/

- Tratamiento de desinfección del aire con ozono. Canal salud. Generalitat de Cataluña.

https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/Tractaments-desinfeccio-aire-ozo.pdf

- Coronavirus SARS-CoV-2. Información para los profesionales. Canal Salud. Generalitat de Cataluña.

<https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/professionals/>

- Coronavirus SARS-CoV-2. Información para la ciudadanía. Canal Salud. Generalitat de Cataluña.

<https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciutadania/>