



UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
FACULTAD DE INGENIERÍA



CARRERA DE INGENIERÍA INDUSTRIAL



**INSTITUTO NACIONAL UNIVERSITARIO DE INVESTIGACIÓN EN
SEGURIDAD INDUSTRIAL Y SALUD OCUPACIONAL**

**PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD
PARA RESTAURANTES
(COVID-19)**



Contenido

1. OBJETIVOS GENERALES	3
2. ALCANCE	3
3. TÉRMINOS Y DEFINICIONES	3
4. LISTA DE ACRÓNIMOS	5
5. MARCO NORMATIVO.....	5
6. CONSIDERACIONES GENERALES SOBRE EL CORONAVIRUS (COVID-19).....	6
7. RESPONSABILIDADES.....	7
8. ASPECTOS GENERALES DEL SERVICIO.....	8
9. MEDIDAS PREVENTIVAS DE BIOSEGURIDAD Y OPERATIVIDAD.....	10
10. VIGILANCIA SANITARIA Y DE BIOSEGURIDAD.....	22
11. ANEXOS.....	23
ANEXO 1 Procedimiento de lavado de manos	23
ANEXO 2 Colocación y retiro de EPP´S.....	24
ANEXO 3 Proceso de desinfección de manos.....	30
ANEXO 4 Procedimiento para recepción y trabajo con vegetales.....	31
ANEXO 5 Lavado de ropa de trabajo	32
ANEXO 6 Clasificación de desinfectantes y preparación a base de Cloro	33



INTRODUCCIÓN

El contexto mundial y regional referente al Coronavirus (Covid 19) ha llevado a una situación de emergencia, para lo que se requiere que toda organización adquiera medidas de seguridad para evitar el contagio y propagación de este virus.

Es por este motivo que los restaurantes deben adoptar acciones para el resguardo de sus trabajadores y de los comensales, tomando en cuenta las disposiciones generales y específicas dispuestas por los organismos de salud y el gobierno.

1. OBJETIVOS GENERALES

Establecer medidas preventivas sanitarias que deben cumplir los Restaurantes y Servicios Afines, con el fin de proteger la salud del personal, proveedores, visitantes y clientes frente al riesgo de contagio del COVID-19.

Fortalecer los sistemas de vigilancia, contención y respuesta frente al riesgo de contagio del COVID-19.

2. ALCANCE

Este protocolo está dirigido para empresas del rubro de preparación de alimentos (Restaurantes), desde la recepción de los materiales hasta la entrega del producto al repartidor, ya sea de la misma empresa o un ajeno, para envíos a domicilio.

3. TÉRMINOS Y DEFINICIONES

Restaurante: Establecimiento Público donde se sirven comidas y bebidas, mediante precio, para ser consumidas en el mismo local. (Fuster, 2020)

Trabajador: Es toda persona que presta servicios a un empleador por el sueldo, salario u otra remuneración, incluyendo cualquier aprendiz o discípulo mediante retribución o sin ella. (DL16998, 1979)

Personal de servicio. Personal de limpieza, mantenimiento y seguridad. (“BOLIVIA TE ESPERA” N°292, 2012)

Cliente/Consumidor: Organización encargada de contratar los servicios del restaurante a fin de entregar a su personal o a sus consumidores, o persona que recibe un producto. (Falen, Salardi, & Castellanos, 2020)

Proveedor: Las personas naturales o jurídicas, de derecho público o privado, que de manera habitual fabrican, elaboran, manipulan, acondicionan, mezclan, envasan, almacenan, preparan, expenden, suministran productos o prestan servicios de cualquier naturaleza a los consumidores. (Falen, Salardi, & Castellanos, 2020)



Rastreabilidad/rastreo de los productos: Es la capacidad para establecer el desplazamiento que ha seguido un alimento a través de una o varias etapas específicas de su producción, transformación y distribución. (Falen, Salardi, & Castellanos, 2020)

Residuos peligrosos: Son aquellos que por sus características o el manejo al que son o van a ser sometidos representan un riesgo significativo para la salud o el ambiente. Se consideran peligrosos los residuos que presentan por lo menos una de las siguientes características: autocombustibilidad, explosividad, corrosividad, reactividad, toxicidad, radiactividad o patogenicidad. (Falen, Salardi, & Castellanos, 2020)

COVID-19: La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto este nuevo virus como la enfermedad que provoca eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Actualmente la COVID-19 es una pandemia que afecta a muchos países de todo el mundo. (OMS, 2019)

Riesgo: Probabilidad de que ocurra un efecto nocivo para la salud y la gravedad de dicho efecto, como consecuencia de un peligro o peligros en los alimentos, ocasionado por el contacto con superficies vivas (manipulación) o inertes contaminadas. (Falen, Salardi, & Castellanos, 2020)

Riesgo bajo de exposición o de precaución: Los trabajos con un riesgo de exposición bajo (de precaución) son aquellos que no requieren contacto con personas que se conoce o se sospecha que están infectados con COVID-19 ni tienen contacto cercano frecuente a menos de 2 metros de distancia con el público en general. Los trabajadores en esta categoría tienen un contacto ocupacional mínimo con el público y otros compañeros de trabajo, trabajadores de limpieza de centros no hospitalarios, trabajadores administrativos, trabajadores de áreas operativas que no atienden clientes. (Falen, Salardi, & Castellanos, 2020)

Riesgo Mediano de Exposición: Los trabajos con riesgo medio de exposición incluyen aquellos que requieren un contacto frecuente y/o cercano (por ej. menos de 2 metros de distancia) con personas que podrían estar infectadas con COVID-19, pero que no son pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19. Por ejemplo: policías y fuerzas armadas que prestan servicios en el control ciudadano durante la emergencia sanitaria, trabajadores de limpieza de hospitales de áreas no consideradas áreas COVID19; trabajadores de aeropuertos, trabajadores de educación, mercados, seguridad física (vigilancia) y atención al público, puestos de trabajo con atención a clientes de manera presencial como recepcionistas, cajeras de centros financieros o de supermercados, entre otros. (Falen, Salardi, & Castellanos, 2020)

Bioseguridad: La bioseguridad se define como el conjunto de medidas de protección, promoción y prevención, destinadas a mantener la salud y seguridad frente a los factores y agentes biológicos. Esta se realiza a través de la gestión, evaluación y control de los factores y agentes de riesgos biológicos relacionados con la naturaleza y condiciones de las actividades humanas. (Honduras, 2020)

Limpieza: La limpieza en general es un conjunto de acciones destinadas a generar asepsia e inocuidad de manera personal, en superficies, espacios, alimentos y artículos de uso común.



El principal objetivo de la limpieza es la protección, remoción y erradicación de potenciales peligros para la salud.

- HIGIENE: Aseo para prevenir enfermedades, medidas necesarias
- ASEO: Remover o quitar la suciedad, medio de purificación
- DESINFECCIÓN: Proceso químico que erradica microorganismos, medio de protección. (Paredes & Gallegos, 2020)

Solución desinfectante: Las soluciones desinfectantes son sustancias que actúan sobre los microorganismos inactivándolos y ofreciendo la posibilidad de mejorar con más seguridad los equipos y materiales durante el lavado. (Caballero, Abregú, & José Romero, 2020)

Distanciamiento: El distanciamiento físico significa estar físicamente separado. La OMS recomienda mantener una distancia de al menos un metro con los demás. Es una medida general que todas las personas deberían adoptar incluso si se encuentran bien y no han tenido una exposición conocida a la COVID-19. (OMS, 2019)

4. LISTA DE ACRÓNIMOS

EPP: Equipo de Protección Personal

COVID 19: Corona Virus

OMS: Organismo Mundial de la Salud

SEDES: Servicio Departamental de Salud

OPS: Organismo Panamericano de Salud

5. MARCO NORMATIVO

El marco legal que rige para la redacción de este protocolo está conformado por las normas específicas de contención y prevención del contagio del COVID-19 así como por la normativa de Higiene, Seguridad Ocupacional y Bienestar Seguridad Ocupacional. A este efecto se detallan las normas vigentes en Bolivia en esta materia:

- Constitución Política del Estado Plurinacional de Bolivia.
- Código de salud de la República de Bolivia, 18 de julio de 1978
- LEY GENERAL DEL TRABAJO (promulgada el 8 de diciembre de 1943)
- REGLAMENTO DE TRABAJO Decreto Supremo de 23 de agosto de 1943
- Ley General de Higiene, Seguridad Ocupacional y Bienestar. DL 16998 de 2 de agosto de 1979.
- Resolución Ministerial 1411/18 y NTS 009/18 del Ministerio de Trabajo.
- Decreto Supremo N° 3433 de 13 de diciembre de 2017. Registro Obligatorio de Empleadores.
- Resolución Ministerial 496/04 de 23 de septiembre de 2009. Conformación de Comités Mixto de Higiene y Seguridad Ocupacional



- Resolución Ministerial 527 de 10 de agosto de 2009.- Dotación de ropa de trabajo
- Resolución Ministerial 849 de 8 de diciembre de 2014.- Norma de señalización de Seguridad y Salud en el Trabajo y Emergencias de Defensa Civil
- DS 4196 de 17 de marzo de 2020.- Declaratoria de Emergencia Sanitaria Nacional.
- DS 4199 de 21 de marzo de 2020.- Declaratoria de Cuarentena Total en Todo el territorio del Estado Plurinacional de Bolivia.
- DS 4200 de 25 de marzo de 2020.- Se refuerza y Fortalecen las Medidas de Control del Contagio del COVID-19.
- DS 4214 de 14 de abril de 2020.- Ampliación del Plazo de la Cuarentena hasta el 30 de abril de 2020.
- DM 013/2020 Reglamentación de venta de comida por restaurantes.

6. CONSIDERACIONES GENERALES SOBRE EL CORONAVIRUS (COVID-19)

6.1. Modo de transmisión:

Los síntomas de COVID-19 no son específicos y la presentación de la enfermedad puede variar desde ningún síntoma hasta neumonía grave y muerte. Las personas con mayor riesgo de enfermedad grave y muerte incluyen personas mayores de 60 años y aquellas con afecciones subyacentes como enfermedades cardiovasculares, diabetes, hipertensión, enfermedades respiratorias crónicas y cáncer u otras que cursen con inmunosupresión. (MinisteriodeSalud, 2020)

La transmisión interhumana se produce por vía aérea, mediante gotas que son originadas al hablar, toser o estornudar por la persona enferma y que alcanzan a una persona capaz de padecerla. Otro medio de transmisión del virus, son las manos u objetos inanimados contaminados con secreciones, seguidas del contacto con la mucosa de la boca, nariz u ojos. (HATUNKAY, 2020)

6.2. Periodo de incubación:

Las personas con COVID-19 generalmente desarrollan signos y síntomas, que incluyen síntomas respiratorios leves y fiebre, en un promedio de 5-6 días después de la infección (período de incubación medio 5-6 días, rango 1-14 días.). (MinisteriodeSalud, 2020)

6.3. Signos y síntomas:

Los síntomas del coronavirus (COVID-19) incluyen:

- Malestar general
- Tos seca
- Dolor de garganta



- Fiebre
- Disnea (dificultad para respirar) (OMS, 2019)

7. RESPONSABILIDADES

Toda empresa debe contar con un manual de funciones con las descripciones de los puestos que detallen las funciones y responsabilidades de los mismos.

Cabe mencionar que si la empresa cuenta con más de 10 trabajadores es necesaria la conformación del Comité Mixto el cual debe participar en la aprobación del protocolo.

7.1. Gerente General

Entre sus responsabilidades, deben figurar:

- Proveer los mecanismos necesarios (materiales y de personal) para resguardar la salud de sus trabajadores.
- Proveer lo necesario para la aplicación del protocolo de seguridad el cual debe ser aprobado en conjunto con el comité mixto.
- Realizar el seguimiento al accionar de los responsables de la seguridad y salud ocupacional de la empresa respecto a las medidas preventivas tanto dentro de la fuente laboral como fuera de la misma.

7.2. Administrador

El administrador debe:

- Realizar el manejo correcto de los recursos monetarios para la puesta en marcha y mantenimiento del protocolo.
- Incluir los elementos de seguridad como ser barbijos, mascarillas, cofias, guantes, etc., en el presupuesto de la empresa
- Organizar a los trabajadores para el cumplimiento de las distancias de trabajo del protocolo.
- Solicitar al personal autorizado las capacitaciones para el buen manejo de los EPP y de las medidas de bioseguridad de la empresa.
- Hacer cumplir el plan de limpieza del protocolo
- Mantener el registro y toda documentación referente al seguimiento del cumplimiento del protocolo.



7.3. Responsable de Seguridad y Salud de los Trabajadores

El responsable y/o responsables de seguridad deben:

- Participar en la mejora (en caso necesario) del presente documento
- Informar y participar en las reuniones con el comité mixto (en caso de tener más de 10 trabajadores) para la aprobación y/o modificación del presente protocolo
- Velar por el cumplimiento de lo estipulado en el protocolo
- Capacitar al personal con respecto al COVID 19 y el uso correcto de los EPP'S, distanciamientos, etc.
- Concientizar al personal sobre el cuidado de su salud y de sus familiares.
- Monitorear la implementación y cumplimiento del presente protocolo.
- Debe informar al Administrador y al Gerente General sobre la implementación y desempeño del presente protocolo.
- Elabora el material informativo para la difusión de las medidas de prevención en salud.
- Debe incorporar la señalética correspondiente a las medidas básicas de higiene y desinfección
 - Mantenerse informado sobre las disposiciones que del gobierno nacional
 - Debe mantener la documentación ordenada y correctamente almacenada de los manejos del protocolo
 - Estar al pendiente y realizar el seguimiento clínico de los trabajadores

7.4. Personal Operativo

El personal operativo deberá:

- Cumplir y hacer cumplir todo lo referente al presente protocolo
- Participar activamente en capacitaciones de prevención de contagio de COVID 19
- Utilizar de manera correcta los medios de protección EPP'S
- Cuidar y hacerse cargo de la limpieza de sus EPP'S, sin compartir estos bajo ningún motivo.
- Informar al inmediato superior sobre alguna sospecha de una persona enferma con el virus, en caso de ser positivo, debe mantener la confidencialidad de la información personal.
- Consultar sobre alguna duda referente al presente protocolo.

8. ASPECTOS GENERALES DEL SERVICIO

El servicio consiste en la dotación de productos alimenticios a los clientes por medio de las entregas a domicilio.

Se debe cumplir con la normativa nacional y local. Para lo cual se debe mencionar lo citado en el DM 013/2020:



“Que el artículo 5 del referido Decreto Supremo N° 4229 en su párrafo I, inciso b) determina que independientemente de las condiciones de riesgo, se da continuidad al servicio de entrega de comida a domicilio, señalando expresamente que “el servicio de entrega de comida a domicilio se realizará de 9:00 a 22:00 horas de lunes a domingo. Las personas naturales y jurídicas dedicadas a su elaboración deberán garantizar el servicio de transporte a su personal, cumpliendo las medidas de higiene en la preparación de los mismos y de bioseguridad correspondientes””.

Los requisitos que deben cumplir los interesados son: tener licencia de funcionamiento vigente, autorización de funcionamiento otorgada por el Gobierno nacional, carnet de identidad del titular de la actividad económica y su declaración jurada firmada y rubricada. (ANF, 2020)

Si la empresa cuenta con servicio propio de entrega a domicilio, deberá presentar el permiso de circulación del vehículo emitido por el Ministerio de Gobierno, el RUAT, y fotografías del coche; además del carnet y licencia de conducir del chófer.

Las empresas de comida que tercián el delivery deberán presentar el contrato vigente con la empresa de transporte. (ANF, 2020)

Se deberá estar atento a las nuevas disposiciones del gobierno y a las normativas de sanidad y de higiene y seguridad que se dispongan.

De manera general se podrán tomar las siguientes acciones:

- Realizar el Programa de seguridad de acuerdo a la NTS 009.
- Plantear las políticas de seguridad y salud ocupacional del restaurante.
- Queda prohibido la atención de comensales en los ambientes del restaurante.
- Cumplir con los horarios establecidos en el DS 4229.
- De acuerdo a lo reglamentado, está prohibido la recepción de pedido de forma presencial.

Adicionalmente,

- Para dar a conocer sus productos, describir los mismos en las redes sociales y correos de los clientes.
- Para la facturación implementar, la facturación electrónica, en caso de no ser posible, tomar todos los recaudas para evitar su contaminación
- Los pagos por los productos deben ser mediante transacciones en red ya sea con tarjetas de débito, crédito o transferencias, en caso de son ser posible, se deben tomar las medidas correspondientes.
- Formar grupos de contacto entre los trabajadores para el flujo informal de información.
- Evitar que los mismos rompan el protocolo de distanciamiento para conversaciones ajenas al trabajo.
- Implementar el trabajo remoto o teletrabajo en aquellos puestos que no precisen de asistir al centro de trabajo; así como para los trabajadores con factores de riesgo para COVID-19, a quienes además se le realizará un seguimiento clínico a distancia.
- En caso de se tenga la sospecha de un caso de COVID 19, informar inmediatamente al SEDES para su tratamiento correspondiente.

En cumplimiento de la gestión y flujo de información establecida por el SNIS-VE, los casos en investigación (sospechosos) de COVID-19, deben ser informados inmediatamente a los responsables de vigilancia epidemiológica del establecimiento a cargo de la atención, que a su vez



lo notificarán, de forma urgente a través de la Red de Salud al SNIS-VE tanto departamental (SEDES) como nacional (Ministerio de Salud, 2020)

9. MEDIDAS PREVENTIVAS DE BIOSEGURIDAD Y OPERATIVIDAD

Tomando en cuenta las características individuales (tamaño, número de trabajadores, tipo de servicio, locales, etc.) el restaurant deberá implementar las medidas preventivas de bioseguridad y operatividad establecidas en el presente protocolo.

9.1. EQUIPOS DE PROTECCIÓN DE PERSONAL (EPP)

Barbijos o máscaras quirúrgicas: Su función es la de contener bacterias provenientes de la nariz y la boca, son utilizadas en espacios públicos ante brotes o epidemias de enfermedades transmitidas por vía respiratoria, o cuando el aire de un determinado lugar está contaminado. (“MTEPS”, 2020)

Protectores respiratorios con filtros N-95 o similares: Estas máscaras están fabricadas con fibras más gruesas que evitan el paso de micro partículas y por eso resultan más eficaces ante el COVID-19. (“MTEPS”, 2020)

Guantes: Su función es proteger a las manos del contacto directo con partículas microscópicas de virus y bacterias. (“MTEPS”, 2020). Estos pueden ser de látex y nitrilo desechables siendo los segundos más resistentes.

Cofias: Ante el COVID-19, el uso es importante ya que protege al cabello y cuero cabelludo donde pueden alojarse las partículas de este virus. (“MTEPS”, 2020). Adicionalmente evita que puedan caer elementos que caigan de la cabeza a los alimentos.

Delantal: Un delantal es una prenda protectora externa que cubre principalmente el frente del cuerpo. Puede utilizarse por razones higiénicas o para proteger la ropa contra el desgaste y el desgarramiento. (Innovadores, 2020)

Overol lavable: En nuestro medio ya se cuentan en tela galleta, que aguantan hasta 500 lavadas. (Revollo, 2020)

Protector facial: Protectores faciales de mica de plástico, pvc. o propionato. (Maquind, 2020)

Todos los EPP’S deben contar con su certificación correspondiente.

Se debe resaltar que cada persona debe contar con su propio equipo de protección personal y no debe compartir con ningún otro trabajador.

Tomar en cuenta que en caso de que el barbijo o mascarilla se moje, se debe cambiar inmediatamente. (SADI, 2020)



Tomando las actividades generales se debe cumplir con:

PARA LA COCINA:

Cabeza: Cofia desechable

Ojos y cara: Ojos y cara: gafas o protector facial (En caso de que se realice entre dos o más personas)

Vías Respiratorias Superiores: Mascarilla o respirador desechable (de preferencia N95 o similares) o de tela de algodón multicapa quirúrgico.

Manos: Guantes desechables de Nitrilo (mayor resistencia a abrasión)

Pies: Calzado antideslizante, impermeable (botas de goma).

Cuerpo: Delantal con peto de PVC de color blanco y Overol lavable

PARA LA LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE PRODUCTOS:

Cabeza: Cofia desechable

Ojos y cara: gafas o protector facial (En caso de que se realice entre dos o más personas)

Vías Respiratorias Superiores: Mascarilla o respirador desechable (de preferencia N95 o similares) o de tela de algodón multicapa quirúrgico.

Manos: Guantes de Nitrilo (mayor resistencia a abrasión)

Pies: Calzado antideslizante, impermeable (botas de goma).

Cuerpo: Delantal con peto de PVC de color blanco y Overol lavable

PARA LA LIMPIEZA DE AMBIENTES:

Cabeza: Cofia desechable

Ojos y cara: gafas o protector facial (En caso de que se realice entre dos o más personas)

Vías Respiratorias Superiores: Mascarilla o respirador desechable (de preferencia N95 o similares) o de tela de algodón multicapa quirúrgico.

Manos: Guantes de Nitrilo (mayor resistencia a abrasión)

Pies: Calzado antideslizante, impermeable (botas de goma).

Cuerpo: Delantal con peto de PVC de color blanco y Overol lavable

PARA RECEPCIÓN DE PRODUCTOS:

Cabeza: Cofia desechable

Ojos y cara: Ojos y cara: gafas o protector facial (En caso de que se realice entre dos o más personas)

Vías Respiratorias Superiores: Mascarilla o respirador desechable (de preferencia N95 o similares) o de tela de algodón multicapa quirúrgico.

Manos: Guantes de Nitrilo desechables

Pies: Calzado antideslizante

Cuerpo: Delantal con peto de PVC de color blanco y Overol lavable

PARA ENTREGA DE LA COMIDA

Cabeza: Cofia desechable

Ojos y cara: Ojos y cara: gafas o protector facial

Vías Respiratorias Superiores: Mascarilla o respirador desechable (de preferencia N95 o similares) o de tela de algodón multicapa quirúrgico.

Manos: Guantes de Nitrilo desechables



Pies: Calzado antideslizante

Cuerpo: Delantal con peto de PVC de color blanco y Overol lavable

PARA RECEPCIÓN DE PAGOS:

Cabeza: Cofia desechable

Ojos y cara: Ojos y cara: gafas o protector facial

Vías Respiratorias Superiores: Mascarilla o respirador desechable (de preferencia N95 o similares) o de tela de algodón multicapa quirúrgico.

Manos: Guantes de Nitrilo desechables

Pies: Calzado antideslizante

Cuerpo: Overol lavable

9.2. INSTALACIONES Y SERVICIOS

9.2.1. Requisitos básicos

De manera general, los trabajadores deberán:

- Llevar el cabello recogido, no portar anillos, pulseras, pendientes o similares.
- Llevar las uñas cortas y cuidadas.
- Llevar diariamente la ropa de trabajo limpia, en caso que no se lave en el restaurant.
- Los uniformes de trabajo sólo se deben utilizar durante la jornada laboral, se recomienda que el establecimiento se haga cargo del lavado de ropa de trabajo debiendo asegurar la limpieza de la misma a una temperatura $>60^{\circ}\text{C}$. (DigitaldeLeon, 2020)
- En el caso de que el lavado del uniforme del personal se haga en el domicilio del personal el establecimiento debe informar a los empleados de que el lavado debe realizarse a $>60^{\circ}\text{c}$. Cuando se transporte la ropa de trabajo, ésta debe introducirse en una bolsa cerrada. En aquellos casos en que los uniformes no puedan ser lavados a esa temperatura, se deberá proceder a una adecuada desinfección. (DigitaldeLeon, 2020)
- Los trabajadores deberán guardar una distancia de mínima de 1 metro dentro de las áreas de trabajo.
- Para el ingreso a los ambientes de trabajo deberán limpiar sus zapatos en una alfombra que haya sido sumergida en una solución de (1% de lavandina y 99% de agua) (MinisteriodeSalud, 2020) o caso contrario en lavaderos con la misma solución.
- Establecer las zonas para recepción de productos y entregas de los alimentos y demarcar los espacios donde podrán acceder las personas tomando en cuenta una distancia de 1,5 a 2 metros (MinisteriodeSalud, 2020), las mismas deberán contar con un elemento de separación como ser rejas, mamparas, etc.
- Se debe verificar que no falten los elementos de limpieza y desinfección como jabón líquido, papel toalla y/o el buen funcionamiento de los secadores automáticos en las áreas de lavado y alcohol en gel en los ambientes de trabajo.
- Se deberán mantener los ambientes ventilados, considerando las características de cada área



- Sustituir el control de asistencias con marcadores de huella digital por otros que no impliquen el contacto con los trabajadores (tarjeteros, o que una persona se encargue de su registro).
- Se debe colocar la señalética necesaria en todos los ambientes para el manejo de EPP'S, lavado de manos, desinfección de manos, etc.

9.2.2. Abastecimiento de agua

Contar con suministro permanente de agua potable para realizar las operaciones. En caso de desabastecimiento de agua potable se procede a detener las operaciones de la empresa. (Falen, Salardi, & Castellanos, 2020)

9.2.3. Saneamiento

La empresa antes del reinicio de sus actividades debe realizar el saneamiento integral de las instalaciones que debe ser evidenciado a través de los certificados correspondientes (desinfección, desratización). (Falen, Salardi, & Castellanos, 2020)

9.2.4. Limpieza y desinfección

Realizar, previa a la apertura inicial del establecimiento, una limpieza y desinfección a fondo utilizando una solución de (1% de lavandina y 99% de agua) de cloro, y limpiar todos los mesones y enseres con una solución de (1% de lavandina y 99% de agua).

9.2.5. Disposición de residuos sólidos

Los desechos resultantes de la elaboración de los alimentos deberán ser depositados en bolsas plásticas al igual que los resultantes de las áreas de servicios higiénicos.

Los desechos denominados patógenos (barbijos, guantes, papel higiénico, etc.) deberán ser dispuestos en una bolsa preferiblemente de color rojo y llevados a la parte exterior de los ambientes, y posteriormente deben ser introducidos en la bolsa que contiene los otros desechos y todos deben ser introducidos en una tercera bolsa la cual debe ser desinfectada con una solución de (1% de lavandina y 99% de agua) y dispuesta en el punto de recojo de la empresa recogedora de basura.

En todos los ambientes se deben disponer basureros cuyo accionamiento sea con pedal.

9.2.6. Servicios higiénicos y vestuario

Contar con espacios exclusivos que permitan almacenar la ropa de casa separada de la indumentaria.

Los servicios higiénicos deben ser higienizados con la mayor frecuencia posible. (Falen, Salardi, & Castellanos, 2020)



9.2.7. Equipos sanitarios

Se debe disponer de un punto de lavado o desinfección de manos al ingreso de la empresa y en las zonas de mayor tránsito, que debe incluir material informativo sobre el correcto lavado o desinfección de manos ubicado en la parte superior. (Falen, Salardi, & Castellanos, 2020)

Cabe destacar que el punto de lavado de manos debe contar con jabón líquido, papel toalla y/o secador de manos eléctrico, tacho para residuos sólidos de accionamiento con pedal.

9.3. PERSONAL

9.3.1. Personal Administrativo y operativo

- En caso de que existan turnos, éstos deben planificarse siempre que sea posible de forma que se concentren los mismos empleados en los mismos grupos de turnos.
- Igualmente, si el personal precisa cambiarse de ropa, debe habilitarse un espacio que permita también asegurar dicha distancia interpersonal o establecer el aforo máximo de los vestuarios de personal, si lo hubiere.
- Además, se debe mantener el distanciamiento social en reuniones internas.
- Debe evaluar la presencia en el entorno laboral de trabajadores vulnerables frente a la COVID-19 y deberá determinar las medidas específicas de seguridad para este personal.
- Es importante completar el botiquín con un termómetro infrarrojo.

Para el inicio de las actividades se debe:

- Lavarse las manos con agua y jabón de acuerdo al ANEXO 1
- Usar y verificar que usen las mascarillas o barbijos ANEXO 2
- Tomar la temperatura a los trabajadores con un termómetro infrarrojo y proceder con el registro de la misma, adicionalmente preguntar si tuvo algún contacto con un enfermo o sospechoso de COVID 19. En caso de presentar una temperatura mayor a 37°C no podrá ingresar al ambiente de trabajo y se deberá investigar sobre su estado de salud y si tuvo contacto con alguna persona infectada informar inmediatamente al SEDES.
- Cabe destacar que para el registro debe utilizarse el equipo o material propio.
- Realizar la desinfección del calzado al ingreso de la empresa en una solución de (1% de lavandina y 99% de agua).
- Una vez que el trabajador se lava las manos con agua y jabón ANEXO 1, proceder con la entrega de la indumentaria limpia y desinfectada diariamente.

Durante el desarrollo de las tareas se debe:

- Al toser o estornudar, cubrir la boca y nariz con un pañuelo desechable o con el antebrazo, nunca con las manos directamente. Cabe mencionar que después de estornudar se debe cambiar la mascarilla o barbijo.
- No se deben tocar los ojos, nariz y boca, sin lavarse las manos previamente.



- Se prohíbe el saludo mediante contacto físico entre el personal, proveedores y visitantes.
- Se debe desinfectar con alcohol al 70% los celulares de forma frecuente y tratar de evitar su uso.
- Se deben desinfectar continuamente con alcohol al 70%, los materiales de escritorio, escritorios y herramientas que se utilicen continuamente.
- En los horarios de receso y descanso, si el trabajador decide salir de las instalaciones de la organización o centro de trabajo, deberá cumplir con los protocolos de higiene y desinfección requeridos para la salida y reingreso a la organización o centro de trabajo.

Al finalizar las actividades se debe:

- Colocar en el recipiente designado la indumentaria de trabajo para el posterior lavado y desinfección.
- Proceder que el retiro de acuerdo al ANEXO 2 de los EPP'S y colocar en el recipiente correspondiente los elementos desechables.
- Realizar el lavado y desinfección de manos y colocarse los equipos de protección personal (EPP'S) necesarios para el retorno a casa.
- Controlar la temperatura del personal a la salida de la empresa con un termómetro infrarrojo clínico y registrar el resultado.

9.3.2. Personal externo

El personal externo considerado en el presente protocolo es el siguiente: proveedores, encargados del delivery y visitantes.

- Utilizar los EPP'S (mascarilla o barbijo, gafas o protectores faciales y cofia), de no contar con ellos se debe facilitar para el desarrollo de las actividades.
- Cumplir con las medidas preventivas de bioseguridad establecidas, caso contrario, no podrán ingresar o permanecer en las áreas destinadas para su labor de la empresa.

9.4. CLIENTE

9.4.1. Consideraciones para el cliente

Los clientes podrán hacer sus pedidos por medios electrónicos o vía telefónica. Y sus pedidos serán entregados en su domicilio de acuerdo al DM 013/2020.

9.4.2. Medios de pago del cliente

Será conveniente que los clientes cuenten con tarjetas de crédito, débito o medios electrónicos de transacción, caso contrario los pagos tendrán que ser en efectivo, en moneda simple y entregados por el que cubrió la entrega en una bolsa plástica sellada.



9.4.3. Sensibilización

Se debe informar por todos las redes sociales y correos sobre el funcionamiento del restaurant.

Se debe informar al cliente sobre el protocolo a seguir y las medidas de bioseguridad que se están empleando en el restaurant y sobre el proceso de recepción de pedidos y pagos.

9.5. PROCESOS OPERATIVOS

En todo proceso operativo tanto al inicio como en su ejecución los trabajadores deberán lavarse las manos durante 20 a 40 minutos de acuerdo al proceso descrito en el ANEXO 1.

Hacer el uso correcto de los EPPS, mascarillas, barbijos, cofias, gafas, protectores visuales, delantales, etc. de acuerdo al ANEXO 2.

La desinfección constante con una mezcla de 70% de alcohol deberá ser realizada cuando los trabajadores tengan que salir del punto laboral y se deberá realizar de acuerdo al ANEXO 3.

Contar con su uniforme de trabajo, diferenciándose, ropa para empleados de limpieza, empleados de cocina y administrativos.

No se deben tocar, la cara, y ojos con las manos, aunque se cuente con guantes.

En caso de que se moje el barbijo o máscara se deberá cambiar inmediatamente.

9.5.1. Limpieza y desinfección

El personal destinado a esta labor deberá realizar la limpieza y desinfección de los ambientes de trabajo 3 veces por jornada laboral con una solución de (1% de lavandina y 99% de agua) de lavandina y detergente en polvo.

Para lo cual deberá:

- Lavarse las manos ANEXO 1
- Colocarse las EPP para esta tarea, descritos en el acápite 9.1
- Recordar que el uso de los EPP es propio, no debe utilizar elementos y/o utensilios de otros trabajadores.

Se debe tomar en cuenta:



- Retirar los envases, alimentos que se encuentren en el piso u otras superficies y cualquier otro elemento a fin de tener fácil acceso para la limpieza
- Realizar el retiro de suciedades difíciles, con elementos como: esponjas, escobas, cepillos, que permiten una mejor presión para el retiro de las impurezas.

Es importante recordar que para la limpieza y desinfección se debe incluir:

- El barrido de partículas de todas las superficies
- Remojar con agua a fin de remover las pequeñas partículas restantes que se quedaron durante el barrido
- La limpieza profunda se la hará con el uso de detergente disuelto en agua el cual entrará en contacto con las superficies quedando listas para su posterior desinfección.
- Una vez limpiadas las superficies se procede con la desinfección de las áreas lo que permitirá disminuir agentes patógenos de contagio.

Para la desinfección y limpieza utilizar una solución de (1% de lavandina y 99% de agua) y detergente en polvo.

Se deben desinfectar de manera constante todo lo que son perillas de lavamanos, jaladores de puertas, interruptores, etc.

Para las superficies en que se manipulen los alimentos se debe utilizar una solución de cloro de uso doméstico (al 5 %) ANEXO 5, rocíe o frote y deje actuar por al menos 10 minutos.

NOTA: Se debe contar con todos los elementos de limpieza para cada área, por ejemplo, para la limpieza de servicios higiénicos deberá utilizar los EPP y elementos destinados a estos ambientes, no utilizar trapeadores, escobas, etc. que se utilicen en los otros ambientes.

9.5.2. Compra

Se debe tener un horario de recepción de mercadería, para disminuir la contaminación y la invasión o aglomeración en el área de recepción y determinar la mercadería que sea más crítica y que requiera de más cuidados.

El cronograma debe ser compartido con el personal del establecimiento y con los proveedores. En caso de compras emergentes estas se deben programar al menos una hora previa a la recepción para cumplir con el protocolo.

Se recomienda trabajar con proveedores que entreguen sus productos en envases cerrados en el restaurante.

En caso de tener que salir a realizar las compras se deberá proceder de la siguiente manera:

1. Lavarse las manos de acuerdo al ANEXO 1 y utilizar toallas de papel para su secado o secadores automáticos.
2. Colocarse los EPP'S ANEXO 2



3. Portar un desinfectante de 70% de alcohol y colocarse sobre los guantes de manera frecuente.
4. Colocarse el overol para salidas.
5. Tratar de contar con moneda sencilla para los pagos y así evitar el contacto con monedas y billetes contaminados.
6. Utilizar, de acuerdo a lo normado, el transporte público
7. Mantener en todo momento la distancia de 1,5 a 2 metros con los comerciantes
8. No tocar el rostro con los guantes
9. En caso de tener que utilizar su celular, desinfectar antes y después de su uso con una solución de 70% de alcohol.

Al llegar a su fuente laboral proceder de la siguiente manera:

1. Desinfectar los calzados en una alfombra humedecida con lavandina al (1% de lavandina y 99% de agua) o con un spray desinfectante.
2. Sacarse los EPP'S de acuerdo al ANEXO 2 y colocar en los recipientes correspondientes lo lavable y desechar el resto. Cabe señalar que estos deben ser dispuestos en el exterior del restaurant y en lo posible al sol.
3. Lavarse las manos de acuerdo al ANEXO 1.
4. Colocarse la indumentaria correspondiente (cofia, barbijo y guardapolvo o mandil) para el ingreso al restaurante.

9.5.3. Recepción

Se debe cumplir en todo caso con lo dispuesto en el sistema de APPCC. Concretamente, debe existir un espacio reservado para la recepción/devolución de mercancías.

Cuando el proveedor entregue el material en el restaurante, se recepciona la documentación y se verifica que la información en la misma sea correcta, datos de facturación, precios y demás.

El receptor deberá utilizar sus propios elementos, como ser bolígrafos, tablets, etc., para la verificación, en caso que deba compartir alguno de estos, deberán ser desinfectados una vez utilizados.

Para la recepción de los productos (tanto para la entrega por proveedores, como cuando se lleguen con las compras) se debe contar con las áreas marcadas para mantener la distancia de 1,5 a 2 metros.

Para la atención a los proveedores el receptor debe:

1. Lavarse las manos de acuerdo al ANEXO 1
2. Colocarse los EPP'S correspondientes (descritos anteriormente)
3. Proceder con la limpieza del área de recepción.
4. En caso que deba proceder con pagos monetarios, tratar de entregar la suma exacta para evitar el uso de cambios, caso contrario realizar la manipulación del dinero en bolsas selladas, e inmediatamente hacer uso de alcohol al 70%. ANEXO 3

Para la desinfección de los materiales adquiridos se debe tomar en cuenta lo siguiente:



1. Sacarse los guantes ANEXO 2 y eliminarlos en caso de la manipulación de dinero.
2. Lavarse las manos ANEXO 1
3. Colocarse los guantes de nitrilo para el lavado y desinfección de los elementos y los correspondientes EPP'S.
4. Eliminar los empaques que no sean necesarios
5. Para proceder con la desinfección se deberá tomar en cuenta lo siguiente:
 - Productos embolsados: Deberán ser desinfectados con una solución de (1% de lavandina y 99% de agua), (carnes, embutidos, quesos, etc.)
 - En caso de verduras y frutas, estas deberán ser lavadas con agua y detergente líquido, y/o desinfectadas con una dilución de agua con lavandina a una proporción de 1 ml por litro de agua. Para su secado se deben utilizar toallas de papel desechables.
 - Los envases plásticos, de vidrio y enlatados deben ser desinfectados con una solución (1% de lavandina y 99% de agua).
 - Suministros de oficina: No hay procedimiento requerido

Una vez terminada la desinfección de los productos, el trabajador debe:

1. Limpiar y desinfectar las áreas de trabajo
2. Lavar los guantes puestos con agua y lavavajillas, enjuagar y secar con toallas de papel.
3. Quitarse los EPP'S de uso externo tomando en cuenta el ANEXO 2 y colocarlos en los envases correspondientes
4. Volver a lavar los guantes con agua y lavavajillas, secar con toallas de papel y quitarse los mismos.
5. Lavarse las manos con agua y jabón ANEXO 1
6. Colocarse los EPP'S para el trabajo en el interior

En caso de que se moje el barbijo o máscara se deberá cambiar inmediatamente.

9.5.4. Almacenamiento

Se debe proceder con la limpieza y desinfectado de los ambientes de almacenamiento tanto de con una solución de (1% de lavandina y 99% de agua) y jabón en polvo. El piso será secado con un paño de algodón el cual deberá ser lavado inmediatamente con agua y jabón y secado al sol.

Su almacenamiento deberá ser realizado de forma separada entre los productos de limpieza y los de consumo alimenticio, protegiéndolos del contacto de personas ajenas y animales.

Estos deberán estar protegidos del medio ambiente.

Para lo cual se debe:

1. Lavarse las manos ANEXO 1.
2. Hacer uso de los EPP'S requeridos ANEXO 2
3. Asegurar que las áreas y equipos se encuentren limpias y desinfectadas.
4. Realizar la desinfección de las manos cada vez que sea necesario.

Una vez almacenados los productos, se debe:



5. Desinfectar las superficies que entraron en contacto con nuestras manos en las áreas y equipos de almacenamiento.
6. Retirarse los EPP'S de acuerdo al ANEXO 2 y disponerlos en los envases y espacios correspondientes.
7. Lavarse las manos ANEXO 1
8. Colocarse los EPP'S necesarios para el ingreso a otras áreas

9.5.5. Acondicionamiento

Se deben desinfectar con una dilución de (1% de lavandina y 99% de agua) (dejando durante 10 a 15 minutos) todos los mesones, cocinas, pisos y todo elemento a ser utilizado para el proceso de elaboración de los alimentos.

Se debe proceder de la siguiente manera:

1. Lavarse las manos de acuerdo al ANEXO 1
2. Hacer uso de los EPP'S ANEXO 2
3. Lavar y desinfectar los equipos y materiales utilizados en las operaciones de acondicionamiento, cada vez que sea necesario, utilizando las soluciones descritas en el punto anterior.

Adicionalmente, para la elaboración de las comidas, los alimentos de consumo crudo, deberán ser lavados con un flujo de agua continuo, uno por uno, ya sea verdura o fruta y posteriormente ser colocado en un recipiente con una dilución de agua con desinfectantes para alimentos. Cabe resaltar que es muy importante que se lean las instrucciones de los mismos. En el ANEXO 4, se detalla el procedimiento.

4. Realizar el lavado y desinfección de manos y superficies inertes cada vez que sea necesario (cambio de operaciones, entrega de productos al área de preparación, etc.).
5. Disponer de los residuos sólidos respetando las medidas de bioseguridad establecidas.

Una vez que se termina la adecuación

1. Desinfectar las superficies que entraron en contacto con nuestras manos en las áreas, materiales y equipos del área de acondicionamiento de alimentos.
2. Lavar con agua y lavavajillas los guantes puestos, y secar con toallas de papel y sacarse los mismos de acuerdo a ANEXO 2
3. Lavarse las manos con agua y jabón de acuerdo al ANEXO 1

En caso de que se moje el barbijo o máscara se deberá cambiar inmediatamente.

9.5.6. Preparación de pedidos

Los elementos elaborados deberán ser dispuestos en envases previamente lavados con agua y detergente de vajillas y secados con toallas de papel.



Deberán estar perfectamente sellados para evitar la contaminación durante su transporte.

Los envases utilizados podrán ser:

- Envases desechables plásticos con tapa
- Envases desechables sellados con film.

Deberán ser introducidos en una bolsa plástica, la cual deberá ser desinfectada por dentro y por fuera (con una solución de lavandina al 1%) la cual deberá cerrarse con un adhesivo.

Para esto se debe:

1. Lavarse las manos con agua y jabón ANEXO 1
2. Hacer uso de los EPP'S correspondientes para el lavado de los productos y envases. ANEXO 2
3. Lavar los envases con agua y lavavajillas y secar con toallas de papel
4. Disponer las verduras y en una solución de 1ml de lavandina por litro de agua por 10 minutos y luego enjuagar.
5. Limpiar y desinfectar los elementos utilizados (mesones, electrodomésticos, enseres, etc.) con una solución de 1%.
6. Lavar con lavavajillas y agua los guantes y secar con toallas de papel.
7. Retirar los EPP'S de acuerdo al ANEXO 2

En caso de que se moje el barbijo o máscara se deberá cambiar inmediatamente.

9.5.7. Despacho y entrega

El establecimiento debe contar con un espacio habilitado para la entrega del pedido al repartidor (barra, mesa, etc.). El personal de reparto no podrá acceder en ningún caso a la zona de cocinas.

El personal encargado del reparto de pedidos debe:

1. Lavarse las manos con agua y jabón ANEXO 1
2. Usar los equipos de protección individual ANEXO 2
3. Recibir y verificar la higiene y hermeticidad externa del pedido, queda prohibido abrirlo.
4. Verificar la higiene y hermeticidad externa de los envases que contienen los pedidos, guarniciones, salsas y/o ajíes.
5. Embalar el pedido en un envase secundario y colocar el precinto de seguridad, para garantizar que el pedido no sea manipulado inadecuadamente durante el reparto.
6. Respetar la distancia de 1,5 a 2 para la entrega del pedido al repartidor, ya sea de la empresa o un delivery.
7. Verificar que el repartidor cuente con los EPP'S. Se deberá anotar la fecha y el nombre del repartidor en la hoja de registro en caso que se trabaje con delivery ajeno a la empresa para su posterior seguimiento.



8. Realizar el lavado y desinfección de manos, equipos y materiales cada vez que sea necesario.
9. Disponer de los residuos sólidos respetando las medidas de bioseguridad establecidas.

Después de cada entrega:

1. Desinfectar superficies, materiales y equipos que entran en contacto con las manos del personal durante las operaciones con una solución de 1% de lavandina.
2. Lavarse y desinfectarse las manos al término de la operación. ANEXO 1 y ANEXO 3

9.5.8. Pago de los pedidos

Se debe fomentar el uso de pago por medios electrónicos, que eviten establecer contacto y/o manejo de dinero en efectivo.

En caso que no se pudiera utilizar esta forma de pago, para la recepción del dinero por el pago de los alimentos, una sola persona se hará cargo del mismo, el dinero deberá ser recepcionado en una bolsa plástica cerrada.

Para ello se debe:

1. Lavarse las manos con agua y jabón ANEXO 1
2. Colocarse los EPP'S ANEXO 2
3. El pago deberá estar en una bolsa sellada
4. Desinfectar la misma con una solución de 1% de lavandina o una solución de 70% de alcohol
5. Desechar en el envase correspondiente el envase
6. Después del conteo del dinero, utilizar una solución de alcohol al 70% ANEXO 3 o de ser posible lavarse con agua y jabón y secarse con toallas de papel ANEXO 1.

Este procedimiento se lo debe realizar en cada pago.

10. VIGILANCIA SANITARIA Y DE BIOSEGURIDAD

El personal que se siente mal no debe ir al trabajo y debe buscar consejo médico. Sin embargo, en el caso de que un trabajador de alimentos se sienta mal en el lugar de trabajo con síntomas típicos de la COVID-19, debe ser trasladado a un área alejada de otras personas. Si es posible, encuentre una habitación o área donde pueda aislarse detrás de una puerta cerrada, como una oficina de personal. Si es posible abra una ventana para ventilación. (OMS, COVID-19 e Inocuidad Alimentaria: Orientación para empresas del sector alimentario, 2020)

Se deben tomar acciones para que el empleado enfermo se retire rápidamente del entorno de trabajo e informar al SEDES para la realización de la prueba.

11. ANEXOS

ANEXO 1 Procedimiento de lavado de manos

TÉCNICA PARA UN CORRECTO LAVADO DE MANOS

Los pasos que se escriben a continuación son para un lavado de manos correcto, con el uso de agua y jabón. Este procedimiento debe durar entre 40 a 60 segundos. Estado Plurinacional de Bolivia

Cabe mencionar que lo óptimo es instalar dispensadores de agua ópticos, caso contrario se debe desinfectar constantemente las perillas de los lavamanos.

El secado debe realizarse con toallas de papel o con secadores automáticos.

¿Cómo lavarse las manos?

0 Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos



Mójese las manos con agua;



Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



Frótese las palmas de las manos entre sí;



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



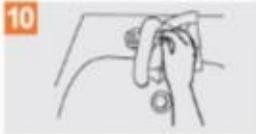
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



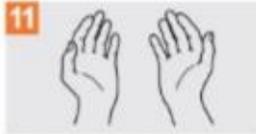
Enjuáguese las manos con agua;



Séquese con una toalla desechable;



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;



Sus manos son seguras.

Organización Mundial de la Salud | Seguridad del Paciente | SAVE LIVES Clean Your Hands

Fuente: Organismo Mundial de la Salud

ANEXO 2 Colocación y retiro de EPP'S

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda:

- Colocarse el barbijo garantizando que cubra la boca y la nariz, sin dejar espacios de separación con la cara.
- No tocar el barbijo mientras esté colocado.
- Quitarse el barbijo con la técnica correcta (sin tocar su parte frontal).
- En caso de quitarse o tocar el barbijo usado por error, lavarse las manos con agua y jabón y/o usar alcohol líquido o alcohol en gel.
- Cuando el barbijo esté húmedo, se lo debe reemplazar por otro limpio y seco.
- No reutilizar barbijos que sean desechables, usarlos por única vez y desecharlos inmediatamente.
- Las mascarillas de tela (de gasa o de algodón) no se recomiendan en ninguna circunstancia. Se muestra un gráfico para explicar los pasos a seguir para un correcto colocado: ("MTEPS", 2020)



Cómo ponerse y quitarse adecuadamente un respirador desechable

LÁVESE BIEN LAS MANOS ANTES DE PONERSE Y QUITARSE EL RESPIRADOR

Si ha usado con anterioridad un respirador que le ha ajustado bien, use el mismo tamaño, modelo y la misma marca.

Revise si el respirador está en buenas condiciones. Si el respirador parece estar dañado, NO LO USE. Reemplácelo con uno nuevo.

Evite que haya vello facial, hellos de cabeza, joyas, lentes, pendientes de vestir o cualquier otra cosa entre el respirador y su cara o que esté previniendo la colocación adecuada del respirador.

Siga las instrucciones que vienen con el respirador.¹

Colocación del respirador



Coloque el respirador en la palma de su mano con la parte que se coloca sobre la nariz tocando los dedos.



Agarre el respirador en la palma de la mano (con la mano abducida), dejando que las bandas cuelguen sobre la mano. Sostenga el respirador debajo de la barbilla con la parte que se coloca sobre la nariz mirando hacia arriba.



La banda superior (en respiradores de banda única o doble banda) se coloca sobre la cabeza, deslizando en el área superior de la parte de atrás de la cabeza. La banda inferior se coloca alrededor del cuello y debajo de las orejas. (No cruce las bandas una sobre la otra!)



Coloque la punta de los dedos de ambas manos en la parte superior del gancho de metal que cubre la nariz (si tiene gancho). Dedice hacia abajo la punta de los dedos por ambos lados del gancho de metal que cubre la nariz para moldear el área y que tome la forma de la nariz.

Revisión del ajuste²



Coloque ambas manos sobre el respirador y aspire un poco de aire para revisar si el respirador se ajusta totalmente a su cara.



Con las manos todavía tocando completamente el respirador, tome el aire por la nariz y la boca. Si siente que el aire se filtra, no hay un ajuste adecuado.



Si el aire se filtra alrededor de la nariz, reajuste la pieza de la nariz según lo indicado. Si el aire se filtra por los lados de la mascarilla, reajuste las bandas a lo largo de la cabeza hasta que obtenga un ajuste adecuado.



Si no puede obtener un ajuste y sello adecuados, pida ayuda o pruébese otro tamaño o modelo.

Para quitarse el respirador



(NO TOQUE la parte de adelante del respirador! Puede estar contaminada!)



Quite el respirador tocando la banda inferior sobre la parte de atrás de la cabeza sin tocar el respirador y haciendo lo mismo con la banda superior.



Este el respirador en el recipiente de desechos. ¡LÁVESE LAS MANOS!

Los respiradores deben cumplir con la Norma de Protección Respiratoria de OSHA 29 CFR 1910.134, si los respiradores son usados por personas que están realizando tareas relacionadas con su trabajo.

1. Las instrucciones de los fabricantes de muchos respiradores desechables aprobados por NIOSH se pueden encontrar

en: www.cdc.gov/niosh/npptl/topics/respirators/disp_part/

2. Según las recomendaciones del fabricante

Para más información, llame al 1-800-CDC-INFO o visite el siguiente sitio Web: <http://www.cdc.gov/niosh/npptl/topics/respirators/>



USO CORRECTO DE GUANTES

Colocarse los guantes, teniendo la precaución de no contaminarlos tocando la parte externa de los guantes, para ello se debe meter primero una mano, cuando se meta la mano en el segundo guante, puede ayudarse con la otra que ya está cubierta.

Es importante Para quitarse los guantes se deben seguir los siguientes pasos:

Se debe tener mucho cuidado al quitarse los guantes ya que, si estos están contaminados, y la persona que los lleva los toca con sus manos descubiertas, puede infectarse del microorganismo que esté presente.

PRIMER PASO: Pellizcar con cuidado uno de los guantes y retirarlo sin tocar la parte externa, jalarlo con la mano que todavía está cubierta y colocarlo en un contenedor, preferentemente en uno destinado para residuos patológicos.

SEGUNDO PASO: Para quitar el segundo guante, introducir los dedos de la mano libre por el interior del guante. De este modo se podrá darle la vuelta sin tocar el exterior. Finalmente, se lo debe desechar a un contenedor de basura para que no haya riesgo de contaminación. Se muestra un gráfico para explicar los pasos correctos a seguir: (“MTEPS”, 2020)



(“MTEPS”, 2020)

USO CORRECTO DE LA COFIA

Las siguientes recomendaciones son para usar adecuadamente la cofia:

- No tocar la cofia mientras esté colocada.
- Quitarse la cofia con los guantes colocados, para no tener contacto directo con la piel.
- En caso de quitarse o tocar la cofia usada por error, lavarse las manos con agua y jabón y/o usar alcohol líquido o alcohol en gel.

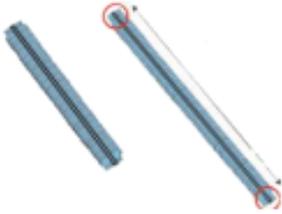
- Usar las cofias por única vez y desecharlos inmediatamente.

Los pasos que deben seguirse son los siguientes:

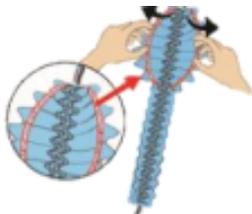
PASO 1. Recoger el cabello en caso de tenerlo largo.



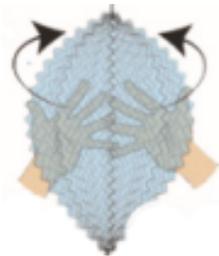
PASO 2. Sujetar la cofia por las puntas y estirarla.



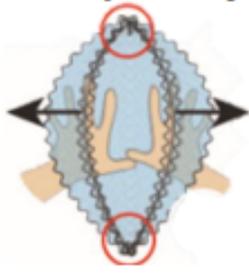
PASO 3. Abrir la cofia, por un lado, haciendo una especie de bolsa.



PASO 4. Abrir la cofia desechable por completo y meter las manos.



PASO 5. Dar la vuelta la cofia, posicionarla frente a la cara, un punto de unión debe quedar en la frente y el otro punto debe queden la nuca.



PASO 6. Colocar los elásticos hacia arriba, agachar la cabeza y colocar la costura de abajo en la frente y la de arriba en la nuca.



PASO 7. Colocar la cofia en la cabeza, colocando todos los cabellos y orejas dentro de esta.



¿CÓMO QUITARSE LA COFIA?

Agarrar la cofia de los puntos de unión situados en la frente y en la nuca (con los guantes aun colocados y finalmente desecharla en el contenedor adecuado. (“MTEPS”, 2020)

USO DE GAFAS Y PROTECTOR FACIAL

Para la colocación de las gafas se debe proceder de la siguiente manera:



LENTES

- No se debe tocar los lentes ni manipular en el centro de los mismos

Para el retiro de los mismos proceder de la siguiente manera:



LENTES

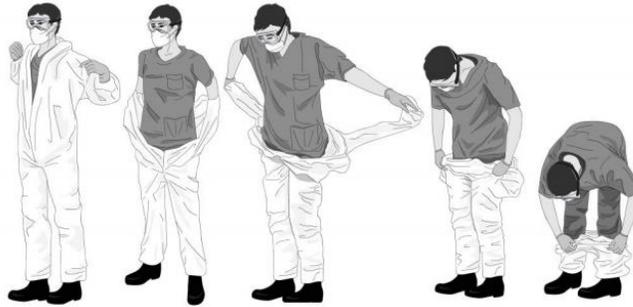
- Tire de la cuerda de sujeción sin tocar el centro de los lentes y colocarlo en una funda para su posterior lavado y desinfección

(Paredes & Gallegos, 2020)

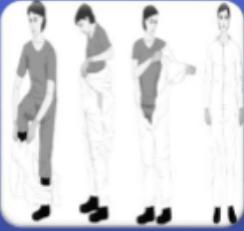
COMO PROCEDER CON EL RETIRO DEL OVEROL

Sáquese el **overol y los guantes externos**: idealmente frente a un espejo, incline la cabeza hacia atrás para alcanzar la cremallera, abra la cremallera por completo sin tocar la piel ni el traje séptico, y comience a sacarse el overol desde arriba hacia abajo. Después de sacarse el overol de los hombros, quítese los guantes externos² al mismo tiempo que saca los brazos de las mangas. Con los guantes internos puestos, enrolle el overol, desde la cintura hacia abajo y desde adentro hacia afuera, hasta la parte superior de las botas. Use una bota para sacar el overol de la otra bota y viceversa; después apártese del overol y deséchelo de una manera segura.

Higiénicese las manos con los guantes puestos.



(OMS, Pasos para quitarse el equipo de protección personal (EPP), incluido el overol, 2015)



OVEROL

- El Overol se debe colocar sobre la ropa que pueda estar expuesta en el exterior para ir o salir del trabajo
- El overol no debe tocar el suelo

(Paredes & Gallegos, 2020)

ANEXO 3 Proceso de desinfección de manos

¿Cómo desinfectarse las manos?

(Desinfectese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias)

⌚ Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos

1a 	1b 	2
<p>Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;</p>		<p>Frótese las palmas de las manos entre sí;</p>
3 	4 	5
<p>Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;</p>	<p>Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;</p>	<p>Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;</p>
6 	7 	8
<p>Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;</p>	<p>Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;</p>	<p>Una vez secas, sus manos son seguras.</p>

Organización Mundial de la Salud	Seguridad del Paciente <small>FOR EVERY BODY, THE WAY TO LIVE IS TO LIVE</small>	SAVE LIVES Clean Your Hands
----------------------------------	---	--------------------------------

Fuente: Organismo Mundial de la Salud



ANEXO 4 Procedimiento para recepción y trabajo con vegetales

- Colocar los vegetales en el lavaplatos y lavarlos bajo un chorro de agua uno por uno con las manos. Colocarlas sobre la mesada limpia (desinfectada).
- Preparar la lavandina “apta para desinfectar alimentos” en un gotero para dosificar correctamente la cantidad a usar (5 gotas por litro de agua para lavandina con 36 gr de cloro por litro). En su envase se indica en el rótulo si la lavandina es apta para alimentos o no.
- Desinfectar toda la superficie del lavaplatos y el tapón del desagüe con agua hervida.
- Tapar con el tapón el lavaplatos y colocar el agua fría potable necesaria para la cantidad de vegetales a desinfectar. Es recomendable medir con una jarra los litros de agua a utilizar para calcular la cantidad de lavandina a emplear.
- Agregar 5 gotas de lavandina por litro de agua utilizada (se debe revisar la concentración de hipoclorito de la lavandina, 5 gotas por litro de agua para lavandina con 36 gr de cloro por litro). Siempre chequea la cantidad de lavandina a utilizar en el envase del producto ya que puede variar según su concentración.
- Una vez clorada el agua, sumergir los vegetales y dejarlos reposar por 10 minutos.
- Retirarlos del agua, enjuagarlos bien y secarlos con una toalla de papel y guardarlos en heladera en contenedores limpios.
- Tener presente que la higiene de la bandeja de vegetales de la heladera debe realizarse también frecuentemente con agua y detergente.

<https://www.buenosaires.gob.ar/desarrollosaludable/noticias/covid-19-cuidados-tener-en-cuenta-para-consumir-alimentos-seguros>



ANEXO 5 Lavado de ropa de trabajo

El restaurante debe determinar, en función del tipo de uniforme, el tipo de limpieza a aplicar y su frecuencia de lavado.

Dado que el uniforme sólo se debe utilizar durante la jornada laboral, se recomienda que el establecimiento se haga cargo del lavado de ropa de trabajo del personal junto con la mantelería propia, debiendo asegurar la limpieza de la misma a una temperatura $>60^{\circ}\text{C}$.

En el caso de que el lavado del uniforme del personal se haga en el domicilio del personal el establecimiento debe informar a los empleados de que el lavado debe realizarse a $>60^{\circ}\text{C}$.

Cuando se transporte la ropa de trabajo, ésta debe introducirse en una bolsa cerrada. En aquellos casos en que los uniformes no puedan ser lavados a esa temperatura, se deberá proceder a una adecuada desinfección. (ICTE, 2020)

ANEXO 6 Clasificación de desinfectantes y preparación a base de Cloro

PRODUCTOS CLASIFICACIÓN Y CARACTERÍSTICAS DESINFECTANTES

Ingrediente	Microorganismos	Modo de Acción	Ventajas	Desventajas
Alcoholes	Bacterias, hongos, ciertos virus	Desnaturalización de las proteínas	Fácil evaporación, sin residuos	No esporicida, inactiva con materia orgánica
Amonio cuaternario	Bacterias, hongos, virus, esporas	Inhibición de la cadena respiratoria e inactiva las enzimas celulares	Humectante y detergente, desinfección de superficies	No desinfecta a alto nivel ni en ambiente
Cloro	Bacterias, hongos, levaduras, esporas, virus	Inhibición de las reacciones enzimáticas	Desinfectante de alto nivel, disolvente de grasas, blanqueo de superficies	Corrosión de metales, Incompatible con el amoníaco y ácidos
Peróxido de hidrógeno	Bacterias, esporas, hongos	Destruye la membrana celular, impide la germinación de esporas	Reduce la aparición de biopelículas, potencia la acción de los desengrasantes, no tiene impacto ambiental	Corrosivo sobre metales blandos, baja acción levuricida
Ácido peracético	Bacterias, hongos, levaduras, esporas, virus	Ruptura de la membrana celular ADN	Desinfectante de alto nivel, tratamientos de choque y superficies difíciles, uso en CIP, bajas temperaturas	Corrosivo en metales
Ácido y álcali		Mecanismo de acción basado en el PH	Potencia la acción biocida	Corrosivo en metales
Aminas terciarias	Bacterias, virus, levaduras	Interacción con enzimas, alteración del metabolismo	Compatibles con detergentes	No esporicida
Glutaraldehído	Bacterias, hongos, levaduras, esporas a PH altos, virus	Altera la síntesis del ADN y el ARN	Desinfectante de alto nivel	Se inactiva sobre el PH > 8,5

Fuente: PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA ESTABLECIMIENTOS DEL SERVICIO (Paredes & Gallegos, 2020)



Estado Plurinacional de Bolivia
Ministerio de Trabajo Empleo y Previsión Social "MTEPS"



PREPARACION DE SOLUCION DESINFECTANTE PARA PISOS
DOMICILIARIAS Y OFICINAS (0,5 %)

CONCENTRACIÓN DE LAVANDINA COMERCIAL	VOLUMEN DE LAVANDINA EN ML	VOLUMEN DE LAVANDINA EN TAZAS	VOLUMEN DE AGUA
3,6 % = 36 gr/L	aprox. 700 ml	2 ½ tazas de 250 ml (mantequillera)	COMPLETAR A 5 LITROS
5,5 % = 55 gr/L	aprox. 450 ml	1 ½ tazas de 250 ml (mantequillera)	
8 % = 80 gr/L	aprox. 300 ml		
Preparar la solución en un recipiente (balde) añadir el volumen de lavandina que corresponda y completar a 5 litros con agua. Usar para pisos, paredes lavables y baños . DEJAR ACTUAR LA SOLUCION DURANTE 15 MIN. Preparar la solución el mismo día de su uso.			

Fuente: Ministerio de trabajo ("MTEPS", 2020)



Bibliografía

- “BOLIVIA ESPERA” Nº292, L. (2012). REGLAMENTO ESPECÍFICO DE SERVICIOS GASTRONÓMICOS TURÍSTICOS .
- “MTEPS”, M. d. (2020). MANUAL DE BIOSEGURIDAD. La Paz, Bolivia.
- ANF. (5 de mayo de 2020). Revilla presenta decreto que regula el servicio de entrega de comida a domicilio. *Agencia de Noticias Fides*.
- Caballero, V., Abregú, M. d., & José Romero, S. V. (2020). PROTOCOLO DE PESCA INDUSTRIAL. *EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO HOSPITAL SAN PEDRO Y HOSPITAL SAN PABLO*. Obtenido de D:/ORGANIZACIÓN DOCUMENTOS CALIDAD/GUIAS/CIRUGIA/MANEJO DE SOLUCIONES DE DESINFECTANTES— CODIGO: CX-GU-016-EDICION 1
- Digital de León. (12 de 5 de 2020). *Este es el protocolo que deben seguir los restaurantes de León para poder abrir*. Obtenido de Digital de León.com: <https://digitaldeleon.com/castilla-y-leon/este-es-el-protocolo-que-deben-seguir-los-restaurantes-de-leon-para-poder-abrir/>
- DL16998. (1979). Decreto Ley 16998. *Ley general de Higiene, seguridad ocupacional y bienestar*. La Paz, Bolivia.
- Falen, W., Salardi, J., & Castellanos, L. (2020). PROTOCOLO DE RESTAURANTES Y AFINES AUTORIZADOS PARA ENTREGA A DOMICILIO (CON PROPIA LOGÍSTICA DEL ESTABLECIMIENTO Y PROTOCOLO DE SEGURIDAD Y RECOJO EN LOCAL).
- Fuster, D. M. (2020). *Procesos de servicios en restaurante* (2 ed.). (M. J. Raso, Ed.) Madrid, España: Paraninfo S.A.
- HATUNKAY, H. (2020). NUESTROS PROTOCOLOS CONTRA EL COVID -19. Lima, Perú.
- Honduras, S. d. (2020). Manual de Bioseguridad por motivo de la Pandemia Covid 19 para centros de trabajo.
- ICTE, I. p. (5 de 2020). Servicios de Restauración Directrices y recomendaciones. *Medidas para la reducción del contagio por el coronavirus SARS-CoV-2*. España.
- Innovadores, M. L. (25 de 5 de 2020). *Mr. Leo Artículos Innovadores*. Recuperado el 25 de 5 de 2020, de <https://www.ail.com.mx/descripcion/72/mandil>
- Maquind. (25 de 5 de 2020). <https://maqind.com/protectores-faciales-peru/>. Obtenido de <https://maqind.com/protectores-faciales-peru/>
- Ministerio de Salud. (2020). Guía para el manejo del COVID-19. La Paz, Bolivia.
- OMS. (2015). Pasos para quitarse el equipo de protección personal (EPP), incluido el overol.
- OMS. (2019). *Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19)*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>
- OMS. (7 de 4 de 2020). COVID-19 e Inocuidad Alimentaria: Orientación para empresas del sector alimentario.
- Paredes, E., & Gallegos, S. (2020). *PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA ESTABLECIMIENTOS DEL SERVICIO*. Quito, Ecuador: Hospitality Operations Coach HOSOPCOACH Cía. Ltda. .



Revollo, M. (12 de 4 de 2020). Emprendedores plantean desde módulos para camillas hasta equipamiento gratuito. *Opinión*.

SADI, S. (2020). RECOMENDACIONES INTERINSTITUCIONALES PARA PREVENIR COVID-19. Argentina.

WEBGRAFÍA

<https://www.buenosaires.gob.ar/desarrollosaludable/noticias/covid-19-cuidados-tener-en-cuenta-para-consumir-alimentos-seguros>

<https://digitaldeleon.com/castilla-y-leon/este-es-el-protocolo-que-deben-seguir-los-restaurantes-de-leon-para-poder-abrir/>