

CONSEJOS DE SEGURIDAD , AL LLEGAR CON LA COMPRA A CASA, PARA REDUCIR EL RIESGO DE CONTAGIO DEL CORONAVIRUS COVID-19

Una vez lleguemos a casa con la bolsa de la compra, es importante seguir cumpliendo unas recomendaciones para minimizar el riesgo de contagio del coronavirus COVID-19.

1.-Lo primero es **depositar las bolsas de la compra en el suelo** y no en la encimera.

2.-Después debemos quitarnos los guantes, en su caso, y **lavarnos las manos** a conciencia con agua y jabón para proceder a desinfectar la superficie donde vayamos a colocar los alimentos una vez desinfectados.

3.-Sobre los envases no porosos (latas de conserva, tetrabricks, bolsas plastificadas), es recomendable **pasar un paño con agua jabonosa o con solución hidroalcohólica , o con una solución de agua y lejía (ver anexo) .**

4.-En caso de envases porosos (papel, cartón...), siempre que no sean alimentos perecederos, **se recomienda dejarlos, al menos 24 horas en cuarentena a la entrada de casa,** ya que el virus, parece ser que no sobrevive en estas superficies más de 24 horas.

5.-En el caso de las frutas , verduras o hierbas aromáticas frescas (perejil, albahaca, laurel...), **sumergirlas durante 5 minutos en agua potable con 1 cucharadita de postre de lejía por cada 3 litros de agua. La lejía debe estar etiquetada como “apta para la desinfección de agua de bebida” .** Después aclararlas con abundante agua corriente y secarlas con papel de cocina.

6.-Al finalizar **limpiaremos la superficie donde hayamos depositado las bolsas** con una solución desinfectante (ver anexo), y de nuevo nos lavaremos las manos.

7.-Otra recomendación es **lavar todas las bolsas de compra utilizadas con agua caliente y detergente** en el caso de que sean de tela. Si son de plástico, se pueden **rociar o pasar con un paño humedecido en solución desinfectante**.

8.-Recordar la importancia de limpiar y desinfectar de manera constante superficies como los pomos de las puertas, pasamanos, tiradores de armarios, utensilios, etc... de la cocina, al igual que nuestras propias manos; y mantener la vivienda bien ventilada.

ANEXO: DESINFECTANTES RECOMENDADOS

Lejía (hipoclorito de sodio):

La concentración habitual en las lejías de uso doméstico, suele ser de 35 a 40 gramos de cloro por litro de producto.

Se recomiendan diluciones con un mínimo de 0,2 % de lejía, aunque preferiblemente del 0,5 % o del 1%.

Para hacer una dilución de lejía que contiene 40 gramos de cloro por litro, al 0,2 %, la dilución debería ser de 50 ml de lejía, por cada 950 ml de agua, es decir, se añaden 50 ml en un recipiente opaco, y se completa con agua hasta hacer 1 litro.

Para hacer una dilución de lejía que contiene 40 gramos de cloro por litro al 0,5%, la dilución debería ser de 125 ml de lejía, por cada 875 ml de agua, es decir, se añaden 125 ml en un recipiente opaco, y se completa con agua hasta hacer 1 litro.

Para hacer una dilución de lejía que contiene 40 gramos de cloro por litro al 1%, la dilución debería ser de 250 ml de lejía, por cada 750 ml de agua, es decir, se añaden 250 ml en un recipiente opaco, y se completa con agua hasta hacer 1 litro.

Otro desinfectante recomendado es : ALCOHOL ETÍLICO mín. 70°

**SON RECOMENDACIONES DE LOS SERVICIOS DE SALUD PÚBLICA
DEL CENTRO DE SALUD DE HOYOS**