



Programa Apex Universidad de la República

Medidas a tener en cuenta para iniciativas vecinales destinadas a solución alimentaria en tiempos de Coronavirus

Las siguientes medidas se basan en las recomendaciones nacionales e internacionales en relación a la prevención de la propagación del virus COVID-19. Las medidas tienden al autocuidado y la limitación de la propagación, por lo cual el seguimiento de los pasos es esencial para cuidar y cuidarse.

Medidas de prevención :

Para la o las persona/s a cargo de la elaboración de alimentos:

- Uso de ropa de trabajo exclusivo al área de elaboración de alimentos. Lavar la ropa de trabajo sin mezclar con otras prendas del hogar.
- De preferencia la ropa y/o uniforme deberá cubrir las extremidades.
- Es importante mantener el cabello recogido y de ser posible cubierto con gorra que formará parte del uniforme.
- Realizar un correcto lavado de manos con agua y jabón, o desinfección con alcohol en gel durante la jornada laboral, antes, durante y después de la elaboración de los alimentos.
- En cuanto a las manos, las uñas deben estar cortas y limpias evitando el uso de anillos, pulseras u otros adornos (incluye alianzas).
- Los y las organizadores deberán ser grupos de no más de 4 personas para evitar riesgos.
- Evitar toser y estornudar cubriéndose con las manos. Poner pliegue del antebrazo para cubrirse o pañuelo desechable que deberá ser eliminado.
- El uso de guantes descartables no sustituye el lavado de manos.
- El uniforme de trabajo deberá ser lavado y expuesto al sol una vez terminada la elaboración de alimentos.
- Evitar aglomeraciones manteniendo distancia de al menos 1 metro entre los vecinos/as.

- Ante presencia de síntomas (tos, goteo nasal, fiebre) no concurrir a la olla popular o merendero. Solicitar consulta médica a domicilio.
- Reforzar las rutinas de limpieza de los espacios comunes y aumentar la frecuencia de ellas. Desinfectar con solución de hipoclorito (solución comercial) o alcohol al 70% en atomizador.
- Mantener limpias y desinfectadas las superficies.
- Mantener los ambientes limpios y ventilados.

Para la distribución:

- Organizar a las y los vecinos/as para mantener las distancias de seguridad de al menos 1 metro.
- Es importante establecer horarios para organizar la tarea y evitar superposición de vecinos/as.
- En el caso de estar en conocimiento de que en el barrio viven personas que son población de riesgo para el Covid-19 (adultos mayores, personas con patologías previas) procurar que alguien retire la porción por ellos/as.
- Cuidar la distribución de los alimentos, procurar la desinfección de los recipientes donde sea servida la comida.
- Establecer alguna mesada o mesa, con algún mantel de plástico o hule de fácil limpieza y desinfección y de uso exclusivo para depositar los recipientes al servirlo. De este modo se evita el contacto entre quien sirve y quien retira la comida.
- Luego de retirada las porciones de la mesada procurar desinfección con alcohol 70 % o hipoclorito (solución comercial).
- Establecer un circuito de entrada y salida manteniendo un orden que evite aglomeraciones y posibles contagios entre las personas.
- En caso de sospechas de casos de COVID-19 realizar las consultas a la web : coronavirus.uy destinada a tales efectos o al 0800-1919.