

Fecha: 15 de marzo de 2020

Con motivo de la situación creada por el Coronavirus y siguiendo las indicaciones de las autoridades sanitarias, en Mercazaragoza estamos tomando una serie de medidas para contener la propagación y asegurar el suministro alimentario. Desde la dirección se ha creado un Comité de Crisis por Coronavirus, de forma que se puedan establecer protocolos de minimización de riesgos y de actuación en caso de posibles contagios.

Dicho Comité ha implantado una serie de medidas aplicables a la totalidad de la Unidad Alimentaria, de forma que podamos afrontar esta crisis y reducir al máximo sus efectos a nivel productivo, asegurando el suministro de alimentos frescos a la población.

A continuación describimos las medidas establecidas, que estarán en permanente revisión, adaptación y mejora dependiendo de las medidas establecidas por las autoridades sanitarias:

- Instauración de un Comité de Crisis por Coronavirus formado por el Director General, el Director Técnico, Director de RRHH y Servicios, así como por el Responsable de Prevención.
- Elaboración de un Plan de Contingencias por cada departamento en caso de que se den situaciones de incapacidad laboral por enfermedad, situación de aislamiento de parte de la plantilla, etc...
- Implantación del Teletrabajo para aquellos puestos en los que no es necesaria presencia física.
- Creación de una línea directa de comunicación permanente con Mutua MAZ, así como con la Sociedad de Prevención Más Prevención.
- Seguimiento exhaustivo de las recomendaciones de las autoridades sanitarias nacionales y locales.
- Revisión de los protocolos de limpieza y control del material higiénico-sanitario, elevando la cadencia de reposición en jabón y papel secante de manera específica.
- Elaboración de la información necesaria para su distribución a la plantilla de Mercazaragoza.
- Elaboración de cartelería informativa para su distribución en toda la Plataforma Alimentaria.
- Cierre del Centro de Docencia Alimentaria.

- Compra de dispensadores de productos antisépticos, geles con bioalcohol, etc...
- Se establece la prohibición de realización de viajes, cursos, así como de visitas de personal ajeno a la empresa.
- Se clausuran las Salas de Reuniones dependientes de Mercazaragoza.

Acompañamos este documento con recomendaciones generales de prevención contra el Coronavirus a día de hoy (Anexo 1), que se irán actualizando conforme las autoridades sanitarias vayan aportando mayor información. Dichas recomendaciones se encuentran disponibles en: [www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)

Por favor, lean detenidamente las siguientes páginas para que juntos pongamos en marcha el protocolo de prevención. Por el bien de todos, debemos actuar con calma pero a su vez con responsabilidad.

Les rogamos que nos informen de cualquier incidencia en sus empresas y de las medidas específicas que implanten. Asimismo, les agradecemos que nos trasladen cualquier duda, aclaración o sugerencia que crean relevante comunicarnos.

Muchas gracias por su comprensión y su colaboración.

## **RECOMENDACIONES GENERALES Y MEDIDAS PREVENTIVAS**

Es imprescindible reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición. Se recomienda:

- **La higiene de manos** es la medida principal de prevención y control de la infección. Si las manos están visiblemente limpias, la higiene de manos se hará con productos de base alcohólica; si estuvieran sucias o manchadas con fluidos se hará con agua y jabón antiséptico.
- **Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas**, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos.
- **Recoger el cabello largo** en una coleta o moño bajo, pudiéndose ayudar de un gorro de quirófano.
- **Evitar el uso de lentillas**. Si se necesitan gafas, éstas deberán estar fijadas con cinta adhesiva desde el puente de la gafa a la frente.
- **Se recomienda retirar el maquillaje** u otros productos cosméticos que puedan ser fuente de exposición prolongada en caso de resultar contaminados.

### **- Síntomas respiratorios.**

Si tiene síntomas respiratorios debe cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar con un pañuelo desechable y tirarlo en un contenedor de basura. Si no se tiene pañuelo de papel debe toser o estornudar sobre su brazo en el ángulo interno del codo, con el propósito de no contaminar las manos.

Si sufre un acceso de tos inesperado y se cubre accidentalmente con la mano, debe evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.

Toda persona con síntomas respiratorios debe lavarse frecuentemente las manos ya que accidentalmente puede tener contacto con secreciones o superficies contaminadas.

Lavarse las manos con agua y jabón o con solución a base de alcohol, debe realizarse después de estar en contacto con secreciones respiratorias u objetos y materiales potencialmente contaminados.

- **Evitar el contacto directo (con al menos un metro de distancia)**, mantener el distanciamiento social, evitar apretones de mano, besos, abrazos, etc...
- **Cuando sea necesario compartir equipos informáticos o teléfonos** durante la jornada, se recomendará el uso de gel o toallitas higienizantes aplicados sobre estos equipos.

## **Recomendaciones para operadores de los mercados mayoristas y empresas instaladas en la Unidad Alimentaria**

**- Adoptar los Protocolos de Seguridad ante el posible contagio y realización del Plan de Contingencias para garantizar el suministro alimentario.**

- Los trabajadores con gripe o síntomas febriles por encima de 37 grados no deben acudir a su trabajo sin comunicarlo antes con su empleador y seguir las instrucciones de la autoridad sanitaria.

- Fomentar que los pasillos centrales queden libres de producto y reuniones (en especial en el Mercado de Frutas y Verduras) para favorecer que se cumpla la recomendación del metro de seguridad entre usuarios del mercado.

- Usar guantes desechables para manipular el producto alimenticio. Durante la actividad, es recomendable realizar cambios de los mismos y lavarse las manos entre cambio y cambio.

- Hacer uso de los puntos de agua que funcionen con jabón, germicida y papel desechable.

- Habilitar dispensadores de gel desinfectante para las manos.

- El acceso a cada puesto debe regularse respetando la distancia de un metro de seguridad con otras personas.

- Fomentar pedidos telefónicos y logística de reparto. Intentar limitar el tiempo de contacto entre usuarios.

- Limitar los desplazamientos dentro de la Unidad Alimentaria tanto como sea posible.

- Fomentar la higiene del lugar de trabajo.

### **Para clientes que acceden a la Unidad Alimentaria**

- En caso de sintomatología de fiebre por encima de 37 grados no acceder a la Unidad Alimentaria y seguir las instrucciones de la autoridad sanitaria.
- Usar guantes desechables para manipular el producto alimenticio.
- Es preciso equiparse con un dispensador gel desinfectante para las manos.
- Mantener una distancia de un metro con otras personas durante la actividad de negociación.
- Intentar ser lo más rápido posible en la compra.

### **Para proveedores y transportistas que acceden a la Unidad Alimentaria**

- Usar guantes desechables para manipular el producto alimenticio.
- Es preciso equiparse con un dispensador de gel desinfectante para las manos.
- Descargar lo más rápidamente posible la mercancía sin acceder a zonas comunes.
- Mantener una distancia de un metro con otras personas durante la actividad de negociación.

## LAVARSE LAS MANOS PARA PROTEGERTE Y PROTEGER A LOS DEMÁS

### ¿POR QUÉ?

La correcta higiene de manos es una medida esencial para la prevención de todas las infecciones, también las provocadas por el nuevo coronavirus



### ¿CUÁNDO DEBO LAVÁRMELAS?

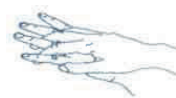
-  Tras estornudar, toser o sonarse la nariz
-  Después del contacto con alguien que estornuda o tose
-  Después de usar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias
-  Antes de comer



Mójate las manos con agua y aplica suficiente jabón



Frótate las palmas de las manos entre sí



Frótate la palma de una mano contra el dorso de la otra entrelazando dedos



40-60"



Frótate las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados



Frótate el dorso de los dedos de una mano con la palma de la otra



Con un movimiento de rotación, frótate el pulgar atrapándolo con la palma de la otra mano



Frótate los dedos de una mano con la palma de la otra con movimientos de rotación



Enjuágate las manos con agua



Sécate las manos con una toalla de un solo uso



## ¿Qué puedo hacer para protegerme del Coronavirus?



Lávate las manos frecuentemente



Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado



Usa pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tíralo tras su uso



Si presentas síntomas respiratorios evita el contacto cercano con otras personas

Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
@sanidadgob



## Nuevo coronavirus: Qué hacer si tienes síntomas



Si presentas alguno de estos síntomas

Fiebre



Tos



Sensación de falta de aire



y



Has estado recientemente en una zona de riesgo

o



Has tenido contacto estrecho con una persona que sea un caso confirmado



## Quédate en casa y llama al 061

Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
@sanidadgob

