

¿Me concierne la ley de Protección de Enfermedades Infecciosas?

La ley de Protección de Enfermedades Infecciosas concierne a todas aquellas personas que produzcan, manipulen, pongan en circulación o estén en contacto con los siguientes alimentos:

- ▶ Carne, carne de aves y sus derivados
- ▶ Leche y productos lácteos
- ▶ Pescado, crustáceos o moluscos y derivados
- ▶ Huevos y productos derivados
- ▶ Alimentos para bebés y niños pequeños
- ▶ Helados y productos para su elaboración
- ▶ Productos de panadería y pastelería con relleno o complementos no horneados o calentados
- ▶ Ensaladas preparadas, ensaladas con productos crudos y ensaladas de patata, marinadas y escabeches, mayonesas, otras salsas emulsionadas, levaduras comestibles
- ▶ Brotes y semillas germinadas para comer crudas, así como las semillas empleadas para producirlas

Entrar en contacto significa que usted toque los alimentos directamente con la mano, o indirectamente con objetos o herramientas de trabajo, etc.

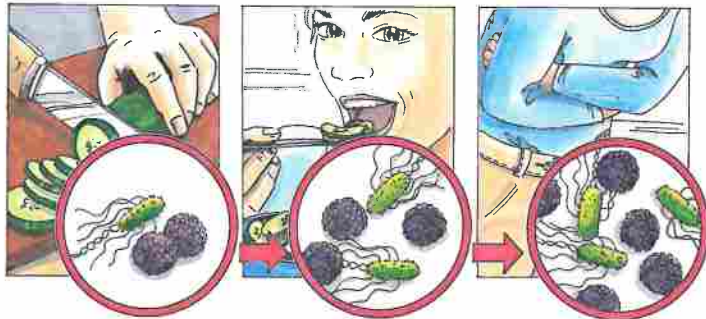
La ley de Protección de Enfermedades Infecciosas le concierne también si vd. trabaja en:

- ▶ bares
- ▶ restaurantes
- ▶ cafés
- ▶ otras instituciones dedicadas a dar comidas a grupos sociales (por ejemplo: guarderías, hospitales, residencias)

¿Por qué tengo que atenerme a determinadas reglas?

Los alimentos nombrados se cuentan como alimentos fácilmente perecederos.

Tanto en su interior como en su exterior se pueden reproducir con gran facilidad **gérmenes patógenos**. Especialmente en casos de insuficiente refrigeración hay peligro de que el número de bacterias aumente mucho más rápido en un corto plazo. Los virus suelen utilizar los alimentos como „medio de transporte“. Si un cliente ingiere un alimento que contiene bacterias o virus patógenos, puede intoxicarse o contraer una infección alimentaria y esto puede ser hasta fatal. Estos casos afectan especialmente a **niños pequeños, personas mayores, mujeres embarazadas o personas con inmunodeficiencias**.



Por este motivo la **ley de Protección de Enfermedades Infecciosas** prescribe que vd. debe ser instruido sobre los peligros:

1. Antes de entrar a trabajar por primera vez, por la Delegación de Sanidad o por un médico asignado por la Delegación de Sanidad (tanto verbalmente y por escrito)
2. Después de entrar a trabajar en su empresa
3. Cada dos años en su empresa

¿Cuándo tengo que informar a mis jefes y al médico?

Para evitar riesgos es importante que se usted se atenga responsablemente a las **reglas de higiene** de su empresa o institución. Informe a su superior y al médico si usted se los siguientes **síntomas de enfermedad**:

- ▶ Diarrea
- ▶ Náuseas, vómitos
- ▶ Fuertes dolores de estómago
- ▶ Fiebre (temperatura corporal $\geq 38,5$ °C)
- ▶ Tez globo ocular amarillentos
- ▶ Heridas o llagas de enfermedades de la piel si están enrojecidas, hinchadas, húmedas o mugrientas.



¿Cuándo no tengo que ir a trabajar?

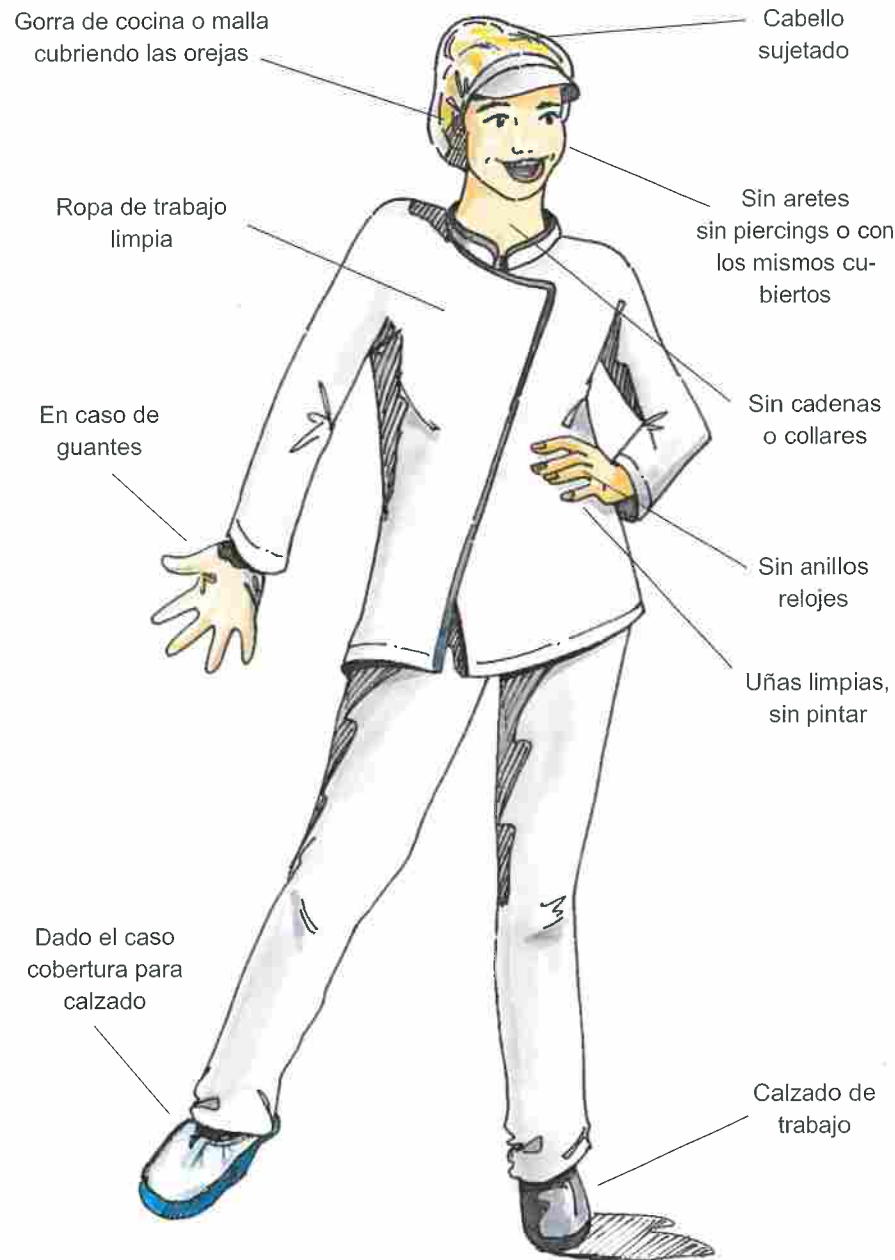
Usted no puede trabajar en su empresa si ha constatado en sí mismo los mencionados **síntomas de enfermedad** que pudieran indicar que usted padece una de las siguientes **enfermedades**:

- ▶ Gastroenteritis infecciosa aguda (diarrea repentina y contagiosa)
- ▶ Cólera
- ▶ Tifus o paratíficas
- ▶ Hepatitis A ó E (inflamación del hígado)
- ▶ Disentería por Shigella
- ▶ Salmonelosis
- ▶ Heridas infectadas o enfermedades de la piel que hagan posible la transmisión de gérmenes patógenos a otras personas por a través de los alimentos.

Uso sencillo de las medidas de higiene –

Al empezar la jornada laboral: ¿Qué tengo que hacer antes de empezar a trabajar?

- Cambiarse la ropa habitual por ropa de trabajo limpia
- Quitarse las joyas de las manos, brazos, orejas o cuello
- Quitarse los piercings o cubrirlos con tela adhesiva
- Atarse el cabello
- Cubrirse la cabeza
(La gorra o malla tiene que cubrir también las orejas)



Además en algunas empresas es necesario atenerse a las siguientes medidas:

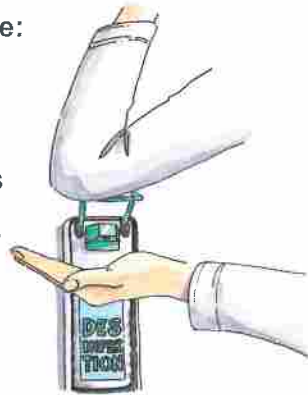
- ☑ llevar mascarilla
- ☑ llevar la barba tapada
- ☑ llevar guantes
- ☑ llevar cobertores para calzado
- ☑ llevar ropa específica para el trabajo

Además hay que llevar las uñas de la manos limpias cortas y sin laca o pintura de uñas.

Nuestras manos ofrecen a los gérmenes infecciosos condiciones ideales de supervivencia.

Lave sus manos y desinféctelas siempre:

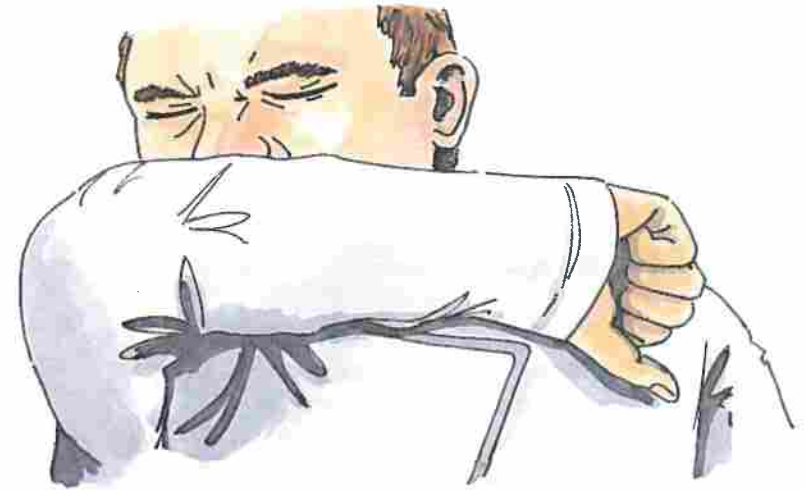
- ☑ Antes de empezar la jornada laboral
- ☑ Antes de cada nueva fase del trabajo
- ☑ Después de manipular aves y huevos
- ☑ Después de manipular objetos sucios
- ☑ Después de tirar la basura
- ☑ Después de cada visita al servicio
- ☑ Después de los descansos



Lavarse bien las manos y desinfectarlas es de absoluta necesidad! Al lavarse y desinfectarse sus manos fíjese bien que sólo debe tocar los grifos y las manillas de los expendedores de jabón con los codos.

Uso sencillo de las medidas de higiene – ¿Qué debo observar durante el trabajo?

- ☑ Estornude y tosa en su manga, fuera de los alimentos
- ☑ Fume, coma, beba o masque chicle solamente en los descansos, no en su puesto de trabajo
- ☑ Lave y desinfecte regularmente sus manos (durante 30 segundos aprox.)



¿Qué hago si me he causado una herida?

Las heridas tienen que ser atendidas inmediatamente!

Véndase las heridas en las manos y antebrazos con **tira adhesiva sanitaria** de color e impermeables. **Los guantes de goma y los dediles** evitan además que se propaguen los gérmenes infecciosos.



**Uso sencillo de las medidas de higiene –
Al finalizar la jornada laboral: ¿Qué es importante?**

Puesto que usted se lava y desinfecta las manos varias veces al día, éstas pueden agrietarse y secarse. La piel seca y agrietada ofrece a los gérmenes infecciosos la posibilidad de propagarse, pues en esas condiciones no se puede desinfectar con efectividad.



Al acabar la jornada de trabajo, aplique crema humectante para cuidar la piel.

**Uso sencillo de las medidas de higiene –
¿Y en el hogar?**

También en hogar debe usted prestar atención y cuidarse manteniendo una higiene corporal adecuada

La ducha diaria y el cuidado de las manos y cabello protegen de la propagación de gérmenes infecciosos en su empresa.

