

# Prevención de COVID-19 en la Actividad Laboral Carnicería

## ¿Qué es un contacto de trabajo?

Aquella persona que ha compartido el mismo espacio laboral con una persona confirmada o sospechosa de COVID-19, bajo las siguientes condiciones:

- Por un periodo de 10 minutos o más a una distancia menor a 1.5 metros y sin haber usado el equipo de protección personal adecuado (sin cubrebocas, careta o lentes protectores)
- Haber tenido exposición directa con las secreciones, gotículas o aerosoles de un trabajador infectado o sospechoso (por ejemplo, si estornudan o tosen frente al contacto sin taparse la nariz y la boca) o contacto directo con superficies contaminadas por el trabajador infectado
- El contacto de trabajo debe haber ocurrido en promedio cinco días anteriores al inicio de los síntomas

## Riesgos específicos de la actividad

- Durante la preparación y despacho de la carne se puede tener contacto con clientes que no tengan información sobre la prevención de COVID-19
- Las jornadas suelen ser prolongadas y con frecuencia los espacios de trabajo están muy cercanos
- El contacto con diferentes equipos utilizados por más de una persona

## Recomendaciones generales

- Mantén una distancia de por los menos 1.5 metros de los demás
- Lava tus manos con agua y jabón o usa gel con base de alcohol al 70% al comienzo del turno, antes de comer o beber, después de tocar artículos como dinero, cajas, papeles, utensilios, después de usar el baño y al final de la jornada
- No te toques la cara, en especial ojos y boca
- No compartas objetos de uso común o personal: teléfonos, audífonos, plumas y equipo de protección personal (EPP), límpialos o desinfectalos según corresponda
- Tómate la temperatura diariamente, si es mayor de 37.5°C, repórtala a tu jefe, llena el permiso COVID-19, o llama al teléfono de información de tu localidad y quédate en casa
- Si usas uniforme, al término de la jornada, retira la ropa y llévala a casa en una bolsa
- Si viajas en transporte público, desinfecta las manos antes de abordar, usa cubrebocas, evita tocar tu cara, procura mantener una distancia de por lo menos 1.5 metros con el resto de las personas y al salir desinfecta de nuevo las manos



El propósito de estas recomendaciones es que ningún trabajador reúna las condiciones para ser un contacto en el trabajo.

# Preparación

## Prepare la lista de lo que es absolutamente necesario

- **Soluciones** desinfectantes o cloro comercial (100 ml diluido en 900 ml de agua), gel con base de alcohol al 70% para destruir o inactivar el virus; toallas sanitizantes, agua, jabón y toallas de papel desechables
- **Equipo** de Protección Personal (EPP)
  - Que sea acorde a las actividades del trabajador
  - **Todo el personal debe usar cubrebocas**
  - Uso de protección ocular para el personal que tenga contacto con clientes
  - Guantes de uso doméstico para la limpieza
  - Que el uniforme o ropa que se use en el trabajo se cambie diariamente
  - Solicita a proveedores y clientes el uso de cubrebocas
- **Disponibilidad** de consumibles para higiene de manos de trabajadores y clientes en: área de trabajo, baños, tarjas, área de cobro
- **Señalización** para trabajadores y clientes:
  - En el piso con la separación de cada persona en las diversas áreas del establecimiento: mesas de trabajo, área de cobro, fila de espera
  - Para lavado de manos antes y después de utilizar objetos o materiales de uso común en: baños, áreas de limpieza y tarjas
  - Para abrir las puertas evitando tocar manijas y superficies
  - En la entrada de la tienda con toda la información útil para el cliente: organización de filas, métodos de pago, retiro de productos, posibilidad de realizar pedidos por teléfono con preparación previa, riesgos para los clientes y trabajadores
- **Herramientas** de trabajo individuales
- **Instala** barreras físicas en áreas de cobro y entrega
- **Cuenta** con un directorio con teléfonos para orientación médica sobre el COVID-19

## Organice la jornada de trabajo (eficiente)

- **Establece** lineamientos claros sobre la actuación en caso de que los trabajadores presenten síntomas relacionados con COVID-19 o si reportan contacto con una persona sospechosa o confirmada
- **Solicita** a los proveedores y trabajadores que informen su estado de salud previo al ingreso o entrega de mercancía
- **Establezca** las reglas de recepción de la materia prima (área de depósito de la mercancía, interacción entre el chofer y los empleados, retiro o desinfección de los empaques, etc.) Organice la recepción por una sola persona y proporcione a cada empleado un bolígrafo personal para firmar; evite que el chofer o el repartidor entre al establecimiento
- **Distribuye** las tareas a modo de reducir el movimiento de trabajadores y clientes, y así, limitar el contacto físico y riesgo de contaminación
- **Destina** un trabajador y área separada de los productos, para el cobro, prefiera el pago electrónico sobre el dinero en efectivo
- **Limita** el número de clientes dentro del establecimiento o, si es posible, implementa la entrega de mercancía a través de una ventanilla
- **Establece** programas de limpieza y desinfección. Enfócate en las superficies y objetos que se tocan frecuentemente como mesas de trabajo, utensilios, cortadoras, molinos, trituradoras, básculas, ganchos, cazos, vitrinas y cámaras refrigerantes
- **Realiza** el acomodo de las vitrinas y estanterías cuando no estén clientes
- **Reemplaza** los paños o trapos para retirar el exceso de sangre y otros residuos generados al manipular la carne, por toallas de papel desechables
- **Si** la carne viene empaquetada, retire el embalaje antes de almacenar los productos en la cámara de refrigeración
- **No** exhibas mercancía sin protección física, para evitar que los clientes las toquen o salpiquen al toser o estornudar
- **Si** cuenta con servicio a domicilio, en el momento en que se toma la orden vía telefónica, informa a los clientes de las condiciones de entrega y pago:
  - Designa una persona exclusivamente para la entrega, procurando sea la misma durante la jornada de trabajo
  - Entrega a domicilio respetando la sana distancia y que el cliente use cubrebocas durante la entrega
  - Proporciona al repartidor un kit de limpieza que contenga al menos: gel con base de alcohol al 70%, paños, toallas de papel desechable y cubrebocas

# Durante la actividad laboral

## Ingreso:

- Proporciona gel con base de alcohol al 70% al ingreso de cada trabajador y cliente
- Desinfecta tus manos después de abrir puertas en las que se tenga que tocar manijas o pomos
- Distribuye a los trabajadores kits de limpieza que contengan al menos: gel de alcohol al 70%, paños y cubrebocas



## En el área de trabajo:

- Respetas tu lugar y horario asignado
- Si cambias de lugar, limpia la mesa de trabajo y las herramientas que ocupaste
- Da prioridad a la atención a personas adultas y mujeres embarazadas o con niños
- Desinfecta tus manos después de abrir puertas en las que se tenga que tocar manijas
- Limpia tus manos del exceso de sangre y otros residuos generados al manipular la carne con toallas de papel desechables, en lugar de trapos, y coloca los desechos en un basurero con pedal y bolsa de plástico

## En el reparto a domicilio:

- Desinfecta tus manos antes y después de la entrega y de haber tenido contacto con: dinero, llaves, etc.
- Usa el cubrebocas durante la entrega de mercancía y respetando la sana distancia
- Limpia el vehículo (auto o motocicleta) al principio y final de la jornada: especialmente: manijas, cinturón, volante, llaves, tablero, controles, parasol, etc.



# Supervisión

- Que los trabajadores, visitantes, clientes y proveedores conozcan y respeten las instrucciones
- Que no se compartan los dispositivos de comunicación, EPP, audífonos, materiales, objetos o herramientas de trabajo
- La disponibilidad de los productos necesarios para la higiene
- La limpieza de las herramientas, utensilios, vitrinas refrigerantes, básculas, cabinas de los vehículos o mando de motocicleta, volante, mandos, manillas de puertas, etc.
- Que las áreas estén ventiladas
- Considera la retroalimentación de tus trabajadores, clientes y proveedores para implementar mejoras



**Atención:** ¡Un riesgo puede ocultar otro! Asegúrate de que la atención prestada al riesgo de infección no oculta o reduce la atención prestada a los riesgos específicos de los lugares de trabajo (riesgo de animales, máquinas, caídas de altura, manipulaciones, utilización de los EPP, etc.)

**¡Si te cuidas tú  
nos cuidamos todos!**



Dirección de Prestaciones Económicas y Sociales • Coordinación de Salud en el Trabajo • Coordinación de Bienestar Social



GOBIERNO DE  
**MÉXICO**

