

# Buenas prácticas **COVID-19**

Sector restauración



# Buenas prácticas COVID-19

## Sector de restauración

© Asepeyo. Mutua Colaboradora con la Seguridad Social nº 151.  
1ª Edición, mayo de 2020  
Autor: Javier Galindo García  
Fotografías portada desde [www.istockphoto.com](http://www.istockphoto.com)  
Dirección de Prevención de Asepeyo  
Reservados todos los derechos en todas las lenguas y países  
R1E20156 Buenas prácticas COVID-19. Sector de restauración

[www.asepeyo.es](http://www.asepeyo.es)



**Buenas prácticas COVID-19**  
Sector de restauración



# Índice

Consideraciones previas	7
<hr/>	
Acciones a realizar antes de acudir al trabajo	7
<hr/>	
Desplazamiento al trabajo	8
<hr/>	
Acceso y salida del trabajo	9
<hr/>	
Uso de vestuarios y aseos	10
<hr/>	
Descansos y pausas	10
<hr/>	
Durante la jornada de trabajo	11
<hr/>	
Una vez finalizada la jornada	15
<hr/>	
Emergencias	16



## Consideraciones previas

La presente guía tiene como objetivo ofrecer orientación para la implantación de buenas prácticas en el sector de la restauración, respecto a protección contra la propagación del virus SARS-CoV-2 en el entorno laboral.

Este documento no sustituye, por tanto, las recomendaciones que establece la autoridad sanitaria u otros organismos oficiales.

El sector de la restauración presenta ciertas particularidades, debidas a la necesidad de tener contacto cercano con personas cuya afectación por SARS-CoV-2 se desconoce. Por ello, es necesario plantear, además de las medidas generales para cualquier empresa, un planteamiento completo de espacios e interacción con el cliente, de manera que se minimice el riesgo de contagio.

## Acciones a realizar antes de acudir al trabajo

Las primeras medidas a adoptar respecto a la gestión del SARS-CoV-2 son aquellas que se aplican antes de que los trabajadores acudan al centro de trabajo.

En primer lugar, debe tenerse en cuenta si existen actividades cuyo desarrollo no necesita la presencia física del trabajador. En estos casos, es recomendable implementar medidas para que estos trabajadores puedan desarrollar su actividad sin acudir al centro de trabajo, asegurando que únicamente acudan aquellos trabajadores que deben desempeñar sus tareas de manera presencial.

Una vez determinadas las actividades que necesitan ser realizadas presencialmente, hay que asegurar, en la medida de lo posible, que los trabajadores que acudan al trabajo no favorecen la propagación del virus.

Para ello, deben tenerse en cuenta las recomendaciones de la autoridad sanitaria, que establece la necesidad de no acudir al trabajo cuando:

1. El trabajador presenta síntomas compatibles con el SARS-CoV-2 (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.). Lo deberá notificar a la autoridad sanitaria y servicio médico de la empresa, quienes determinarán si existe riesgo de contagio.
2. El trabajador ha estado en contacto estrecho<sup>1</sup> o ha compartido espacio sin guardar la distancia de seguridad con una persona afectada por el SARS-CoV-2. Lo deberá notificar a la autoridad sanitaria y servicio médico de la empresa, así como vigilar la aparición de síntomas por un periodo de al menos 14 días.
3. El trabajador presenta un factor de vulnerabilidad por edad, estar embarazada o padecer afecciones médicas anteriores (hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer o inmunodepresión). Deberá contactar con el servicio médico, quien le acreditará si debe permanecer en aislamiento a efectos laborales.

En cualquier caso, el trabajador deberá notificarlo a la empresa. En caso de presentar síntomas o haber mantenido contacto con una persona afectada por SARS-CoV-2, la empresa aplicará el protocolo de actuación establecido, teniendo en cuenta posibles contactos del trabajador afectado durante las semanas previas.

---

1. Contacto estrecho: convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos.

## Desplazamiento al trabajo

Es necesario que la empresa analice la movilidad de sus trabajadores y adecúe las medidas a adoptar durante los desplazamientos, al ser estos un potencial foco de contagio.

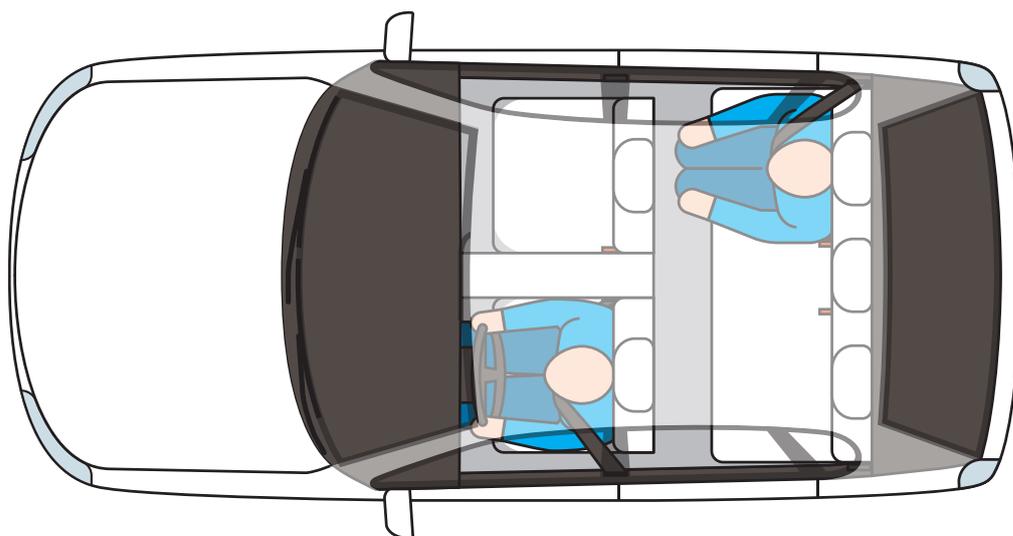
Como criterio general se aconseja priorizar desplazamiento individual sobre el compartido, dejando el uso de transporte público para aquellas situaciones que no puedan ser cubiertas de otra manera, y siempre que se garantice poder aplicar las medidas de distanciamiento social.

### A pie, bicicleta, o similares

Cuando el desplazamiento al trabajo se realice a pie, en bicicleta, patinete, etc. será necesario prestar especial atención en mantener una distancia de seguridad de al menos 2 m con el resto de usuarios de la vía.

### En vehículos privados

Los desplazamientos en vehículo privado deben realizarse preferentemente de manera individual. Cuando no sea posible, sólo se deberá ocupar una plaza por cada fila de asientos, de manera alterna (es decir, conductor en la primera fila, lado del acompañando en la segunda, lado del conductor en la tercera si la hubiese).



Cuando se comparta vehículo conviene que la misma persona ocupe la misma plaza cada día. En estos casos, es recomendable el uso de protección respiratoria higiénica que evite la propagación del virus entre los pasajeros.

Otra medida que puede implantarse en estos casos, si las condiciones climáticas lo permiten, es aumentar la ventilación a través de las ventanillas de los vehículos, de manera que se aumente la renovación de aire desde el exterior. Cuando se adopte esta medida, las ventanillas únicamente deben abrirse un máximo de 4 dedos, con el fin de evitar generar riesgos adicionales en caso de accidente.

Los vehículos que se utilicen para acudir al trabajo deben higienizarse después de cada uso (especialmente volante, palancas, manetas de apertura y cualquier elemento que se toque durante el trayecto). El conductor será la persona responsable de asegurarse que se lleva a cabo dicha tarea.

## En transporte colectivo

En los desplazamientos en vehículo colectivo de empresa se deben seguir las mismas recomendaciones que para los vehículos particulares, utilizando únicamente una plaza por cada fila de asientos y de manera alterna, facilitando el uso de protección respiratoria higiénica y aumentando la renovación del aire en el vehículo.

Los vehículos que se utilicen para acudir al trabajo deben higienizarse después de cada uso (especialmente volante, palancas, manetas de apertura y cualquier elemento que se toque durante el trayecto). La empresa será la responsable de asegurarse de que se lleva a cabo dicha tarea.

## En transporte público

En los desplazamientos en transporte público se seguirán las medidas que hayan implementado los operadores, utilizando únicamente los asientos y espacios habilitados, y manteniendo en todo momento la distancia de seguridad de 2 m con el resto de pasajeros (especialmente al acceder y salir del transporte).

En estos casos es necesario el uso de protección respiratoria higiénica, que evite el contagio entre los diferentes pasajeros.

Antes de subir, y después de bajar del transporte, es necesario realizar una higiene de manos correcta mediante agua y jabón (si hubiese disponibilidad) o geles hidroalcohólicos.

## Acceso y salida del trabajo

Otro punto donde se puede favorecer la propagación la COVID-19 es en el momento de entrada al trabajo.

Al acceder al centro de trabajo, todos los trabajadores deben realizar una correcta higiene de manos. Por ello, es necesario proveer medios para que pueda realizarse antes de acceder a vestuarios, lavabos, etc.

Todas las empresas presentes en el centro de trabajo deben coordinarse para aplicar correctamente las medidas preventivas, así como un control activo sobre casos sospechosos.

A modo de ejemplo, se incluyen algunas medidas de utilidad:

- Verificación previa de la documentación requerida para el acceso del trabajador, de tal forma que el trabajador no deba esperar para acceder.
- Evitar la coincidencia de trabajadores que llevan a cabo tareas que puedan realizarse en horarios separados.
- Ampliar horarios de acceso para evitar que todos los trabajadores tengan que acceder al mismo tiempo, estableciendo franjas horarias para cada empresa o grupo de trabajadores.
- Cuando se hayan implantado sistemas de control horario, estos deben permitir fichar sin contacto (a través de tarjeta de radiofrecuencia, smartphone, etc.). En caso contrario, se habilitarán sistemas para desinfectarse las manos antes y después de fichar junto a los terminales.
- Realizar acciones de formación sobre el SARS-CoV-2 y las medidas que deben adoptarse para evitar contagios.
- Recordar la necesidad de mantener la distancia social, no saludarse con la mano, respetar distancia de 2 m al hablar con otra persona, etc.
- Instalar carteles informativos en zonas y espacios críticos destinados al personal de la empresa, tales como vestuarios, zonas de descanso, etc.

- Se debe evitar el uso de ropa de calle en el centro de trabajo. Además, esta debe guardarse dentro de taquillas u otro contenedor para evitar que pueda ser manipulada por otro trabajador.

## Uso de vestuarios y aseos

Los vestuarios y aseos son otro punto donde se puede favorecer la propagación del virus, al ser zonas de uso común y, en ocasiones, simultáneo.

Para minimizar una posible transmisión en estos espacios, es recomendable seguir las siguientes indicaciones:

- Limitar el uso de estos espacios para aquellas situaciones que sean imprescindibles.
- Habilitar espacios que permitan ser utilizados de manera individual y personal, sin necesidad de compartirlos (un espacio para una sola persona).
- Si no es posible, implementar pautas de utilización que permitan un uso compartido no simultáneo (un espacio para varias personas, pero no a la vez).
- Si esto último tampoco es posible, como último recurso se pueden implantar pautas de uso simultáneo, respetando la distancia de seguridad de 2 m (un espacio para varias personas a la vez, pero respetando distancias). En esta situación, puede ser aconsejable utilizar mascarillas quirúrgicas o higiénicas por parte de todos los trabajadores.
- Asegurar que existen suficientes puntos para lavado de manos en todos los espacios, con agua, jabón, papel desechable para el lavado de manos y contenedores estancos de apertura mediante pedal para depositarlo.
- Mejorar la ventilación de los espacios, para aumentar la renovación del aire<sup>2</sup>.
- En cualquier caso, es necesario desinfectar los espacios después de cada uso con virucidas autorizados por Sanidad.

## Descansos y pausas

Similar a la problemática que ocurre con el uso de vestuario y aseos, los espacios para realizar descansos y pausas son otro punto crítico en la propagación del SARS-CoV-2.

Las actividades realizadas durante los descansos (comer, por ejemplo) son incompatibles con el uso de cualquier protección respiratoria, por lo que es esencial asegurar que se cumplen las medidas organizativas de distanciamiento.

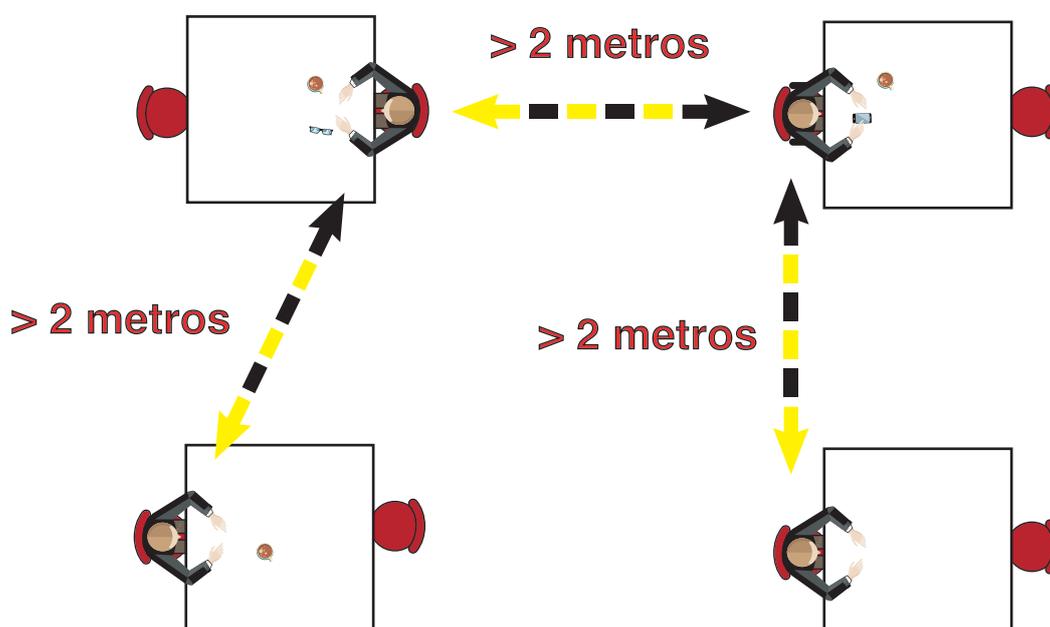
Para ello, se pueden adoptar las siguientes medidas:

- Siempre que sea posible, establecer turnos de descanso y pausa, con el fin de evitar que todos los trabajadores lo realicen a la vez.
- Limitar el aforo de estos espacios, potenciando que se utilicen de manera individual.
- Promover protocolos de higiene, estableciendo la obligación de lavarse las manos antes y después de la comida.

---

2. Aunque en general esta medida puede reducir la carga viral en un espacio, debe tenerse en cuenta que también puede aumentar la diseminación del virus a más de 2 m.

- Evitar el contacto entre trabajadores durante el descanso, especialmente entre grupos que están en contacto con clientes y otros que no. En cualquier caso, mantener una distancia de seguridad de al menos 2 m.
- Poner a disposición de los trabajadores dispensadores de agua individuales (botellas de agua).
- Maximizar la limpieza de los espacios después de cada uso, con productos efectivos contra virus.
- Disponer mesas que permitan su uso individual o, si no es posible, mantener distancias de seguridad de 2 m.
- Gestionar correctamente los residuos mediante contenedores estancos de apertura mediante pedal.



Ejemplos de ocupación de una mesa, respetando la distancia de seguridad.

## Durante la jornada de trabajo

El Plan de prevención de la empresa es el instrumento básico donde debe establecerse el plan de actuación frente al virus SARS-Cov-2.

Estas son algunas buenas prácticas que pueden adoptarse en algunas de las actividades más representativas dentro del sector.

### Aspectos generales

Estas son algunas consideraciones a tener en todos los ámbitos de la empresa respecto a los clientes:

- Minimizar el contacto entre empleados y clientes a lo estrictamente necesario.
- Evitar el uso conjunto de espacios entre clientes y trabajadores (baños, accesos, etc.).

- Promover el control de acceso para clientes, donde se vigile el aforo de cada espacio y la permanencia de clientes en zonas comunes.
- Disponer de solución desinfectante para uso de clientes, como mínimo en la entrada.
- Evitar el uso de cartas de servicios no higienizables tras estar en contacto con cada cliente.
- Promover, en la medida de lo posible, servicios que puedan ser utilizados y consumidos en el exterior de los locales.
- Fomentar el pago con tarjeta u otros medios electrónicos, preferiblemente sin contacto (tarjetas, móviles, etc.).

Estas son algunas consideraciones a tener respecto a los trabajadores:

- Si existen turnos de trabajo, evitar mezclar trabajadores de diferentes turnos, formando así equipos de trabajo estables para cada turno.
- Poner a disposición de los empleados un termómetro y productos para higienizarlo, así como establecer un protocolo de aislamiento en caso de presentar síntomas compatibles con la COVID-19.
- Potenciar las acciones de información y formación referentes a la COVID-19, recordando la necesidad de mantener en todo momento una distancia de seguridad de al menos 2 m entre personas, la utilización de mascarillas higiénicas y realizar lavados de manos frecuentes.

### **Acceso de proveedores**

Algunas consideraciones a tener en cuenta respecto a la entrega de material por parte de proveedores:

- Establecer una franja horaria para la entrega de material, aprovechando espacios con menor presencia de personal no vinculado a la recepción de mercancías.
- Evitar el acceso de proveedores al centro de trabajo, o establecer espacios destinados únicamente a la entrega de suministros, que no requiera el acceso del proveedor al resto de zonas de la empresa.
- Evitar realizar reuniones con proveedores de manera presencial, especialmente aquellas que comporten presencia de más de 2 personas.
- Durante la entrega del material, respetar la distancia de 2 m o, si no fuese posible, utilizar mascarillas higiénicas por parte de todos los implicados.
- Establecer un sistema de comunicación fluido con el proveedor para notificar la posible aparición de casos de COVID-19.
- Una vez recibidas las mercancías y materiales, proceder a eliminar o limpiar los envases y recipientes mediante productos virucidas.

### **Cocinas**

Algunas consideraciones a tener en cuenta respecto al trabajo en cocinas:

- Cuando las cocinas o zonas de elaboración de alimentos y bebidas no estén separadas de las zonas con presencia de clientes, será necesario disponer de barreras que eviten una potencial propagación del virus entre los clientes y la cocina.

- Dada la dificultad de mantener una correcta distancia entre trabajadores en las cocinas, se dispone necesaria la utilización de mascarillas higiénicas por parte de todas las personas que accedan a ella.
- Las reuniones de trabajo previas a la prestación del servicio deben respetar la distancia de seguridad de 2 m, siempre que sea posible.
- Cuando las condiciones lo permitan, evitar compartir equipos y espacios de trabajo. Si no fuese posible, se higienizarán después de cada uso.
- Equipar los espacios con dispensadores de jabón y grifos de agua automáticos, que no requieran contacto.
- Evitar que los trabajadores deban salir de la cocina durante el servicio, especialmente a zonas donde haya presencia de clientes.
- Los trabajadores que deban acceder a cocina para recoger pedidos y entregarlos a clientes, deben evitar tener contacto con los trabajadores de cocina o sus utensilios, espacios y equipos de trabajo.
- Establecer procedimientos para evitar que el personal de cocina tenga contacto con platos, vasos, cubiertos, etc. utilizados por los clientes. Si esto no fuese posible, los protocolos de actuación deben tener en cuenta establecer espacios específicos para esta actividad, haciendo obligatoria la higiene de manos después de estar en contacto con estos elementos.

### **Comedores y terrazas**

Algunas consideraciones a tener en cuenta respecto al trabajo en zonas con presencia de clientes:

- Distribuir los espacios de manera que los trabajadores puedan mantener la máxima distancia con los clientes (ubicación de mesas, pasillos, mobiliario, etc.).
- Dada la dificultad de mantener una correcta distancia con los clientes, es necesaria la utilización de mascarillas de protección por parte de todos los trabajadores que deban dar servicio de manera cercana a los clientes.
- Las reuniones de trabajo previas a la prestación del servicio deben respetar la distancia de seguridad de 2 m, siempre que sea posible.

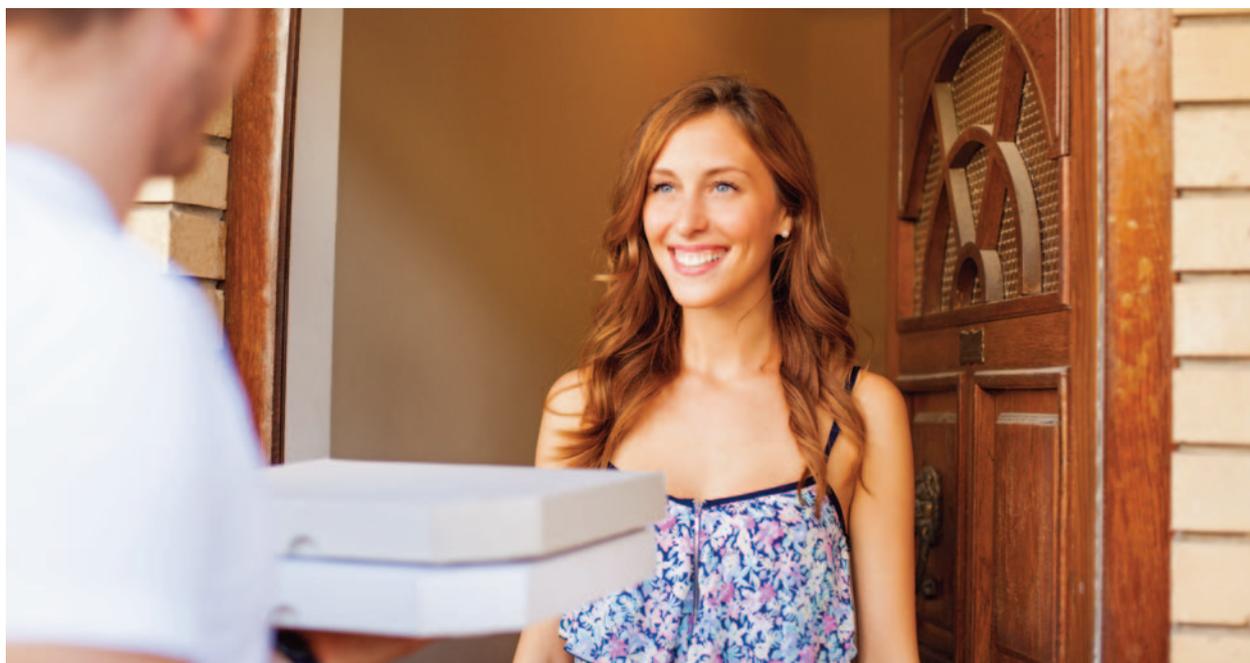


- Después de retirar platos, vasos, cubiertos, etc. utilizados por cada cliente o mesa de clientes, será necesario realizar una correcta higiene de manos.
- Establecer una zona con dispensadores de jabón y grifos de agua automáticos, que no requieran contacto.
- Si el acceso a los comedores y terrazas requieren la apertura de puertas no automáticas, es necesario realizar una higienización de los pomos de dichas puertas de manera frecuente.

### **Reparto de comida a domicilio**

Algunas consideraciones a tener en cuenta respecto a la entrega a domicilio:

- Los medios de transporte y equipos deben ser de uso individual y personal.
- Evitar que los trabajadores que realizan el reparto accedan a cocinas y otras zonas donde no haya acceso de clientes.
- Los trabajadores que realizan el reparto deben mantener las distancias de seguridad de 2 m como mínimo con el resto de trabajadores y personas que haya en el local.
- Durante la entrega, se debe evitar el uso de ascensores u otros espacios sin renovación de aire adecuada.
- Mantener la distancia mínima de 2 m con el cliente, fomentando la entrega sin contacto.



- Si alguna de las dos medidas anteriores no son posibles, el trabajador deberá estar dotado de mascarillas de protección.
- Se debe realizar una correcta higiene de manos después de salir del edificio donde ha realizado la entrega y antes de acceder a su vehículo de transporte.

## Operaciones de limpieza

Algunas consideraciones a tener en cuenta respecto a los trabajos de limpieza de espacios donde han permanecido clientes:

- Es necesario establecer un plan de limpieza para todas las zonas de la empresa, especialmente aquellas con acceso de clientes.
- Estas operaciones deben realizarse, preferentemente, sin la presencia de los clientes, una vez haya pasado el tiempo necesario para que las partículas presentes en el aire se depositen en las superficies.
- Se debe equipar al trabajador con los equipos de protección respiratoria necesarios, según haya determinado la evaluación de riesgos (mascarilla como mínimo).
- Dado que las tareas de limpieza requieren manipular objetos que han estado en contacto con clientes, es necesaria la utilización de mascarillas de protección.
- Antes de realizar la limpieza de los espacios después del servicio, se recomienda ventilar estos para reducir la carga viral que pueda existir.
- Muchas de las operaciones de limpieza e higienización requieren del uso de productos virucidas agresivos con la piel, por lo que es necesario el uso de guantes para llevar a cabo estas operaciones.
- Se debe prestar especial cuidado en la manipulación de elementos que hayan estado en contacto con los clientes, especialmente en la recogida de residuos.
- La desinfección de platos, vasos, cubiertos, etc. se debe llevar a cabo con temperaturas superiores a 80°C (con sistemas lavavajillas, nunca a mano).
- Los materiales textiles deben depositarse en recipientes estancos para su posterior limpieza (con temperatura superior a 60°C).
- Después de cada actividad de limpieza, es necesario realizar una correcta higiene de manos y de guantes (si son reutilizables, sino se desecharán).

## Una vez finalizada la jornada

Una vez finalizada la jornada, se procederá a higienizar todos los espacios, equipos, y elementos utilizados, tanto por los trabajadores como por los clientes.

Se debe prestar especial cuidado en los espacios comunes (lavabos, comedores, vestuarios, etc.), así como en las zonas de mayor contacto (pomos de puertas, barandillas, sillas, etc.).

Es importante también una correcta ventilación de los espacios después de cada jornada de trabajo o servicio prestado.

Paralelamente, se establecerá un protocolo para el tratamiento de la ropa de trabajo y todo el material textil utilizado por trabajadores y clientes, que tenga en cuenta como mínimo:

- Necesidad de aplicar protocolos de limpieza diaria.
- Recogida de ropa y material textil en recipientes estancos que no permitan una eventual diseminación del virus.
- Limpieza según recomendaciones de la autoridad sanitaria (temperatura superior a 60°C). Se pueden realizar con equipos propios de la empresa, o a través de empresas de limpieza especializadas, siempre aplicando métodos de limpieza adecuados.

- Gestión y eliminación adecuada de material de protección que no pueda ser higienizado, tales como mascarillas, guantes, buzos, etc. de un solo uso.

## Emergencias

En el caso de que un trabajador presente síntomas compatibles con el contagio por COVID-19, se deberá activar el protocolo de actuación elaborado previamente a través de la organización preventiva de la empresa.

Este protocolo debe incluir:

- Aislamiento del trabajador afectado.
- Aviso a la autoridad sanitaria.
- Aviso al área sanitaria del servicio de prevención.
- Análisis y recogida de datos de posibles trabajadores afectados.







Cuidamos de tu empresa

