

# Recomendaciones para la recepción y manipulación de alimentos en el hogar durante la emergencia por COVID-19

SUBSECRETARÍA DE SALUD PÚBLICA  
DIVISIÓN DE POLÍTICAS PÚBLICAS SALUDABLES Y PROMOCIÓN  
DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN Y ALIMENTOS



## 1. Antecedentes

El 31 de diciembre de 2019 las “Autoridades de la República Popular China”, comunicaron a la Organización Mundial de la Salud (OMS) casos de neumonía de etiología desconocida en Wuhan, una ciudad situada en la provincia China de Hubei. “Al igual que otros de la familia de los coronavirus, este virus causa diversas manifestaciones clínicas englobadas bajo el término COVID-19, que incluyen cuadros respiratorios que varían desde el resfriado común hasta cuadros de neumonía grave con síndrome de distrés respiratorio, shock séptico y fallo multiorgánico”<sup>i</sup>.

Todos los virus SARS-CoV-2 aislados de seres humanos están relacionados genéticamente con coronavirus de poblaciones de murciélagos, especialmente aquellos de género *Rhinolophus*, que se distribuye en Asia, Africa, Medio Oriente y Europa. Sin embargo, aunque una gran proporción de los casos iniciales a fines de Diciembre de 2019 y principio de enero de 2020, tuvieron una relación directa con el Mercado de Alimentos del Mar de la ciudad de Wuhan en China, donde se vendían alimentos del mar y animales de especies domésticas y salvajes, investigaciones posteriores indican que el primer caso se produjo el 1 de Diciembre de 2019 y no tuvo relación con dicho mercado. Además, considerando el tiempo de incubación de hasta 14 días, ese caso pudo haberse infectado con otros contactos no detectados tempranamente. Por lo mismo, se están desarrollando estudios para determinar si infecciones humanas no reconocidas podrían haber sucedido a mediados de noviembre<sup>ii</sup>.

A raíz del aumento súbito de casos registrados y de países afectados por COVID-19, la OMS declaró el 10 de marzo pandemia.

En Chile el primer caso se confirmó el 03 de marzo de 2020, por lo que las autoridades han dictaminado una serie de medidas para el control de esta pandemia.

Por lo tanto y en el marco del contenido de este documento, es importante señalar que la evidencia existente hasta el momento no demuestra que pueda existir transmisión del virus SARS-CoV-2 a través de los alimentos<sup>iii</sup>, siendo el principal mecanismo de transmisión el contacto cercano con personas infectadas<sup>iv</sup>. Esto quiere decir, que una persona infectada puede contaminar superficies mediante la tos o el estornudo, mecanismo por el cual se deposita el virus y puede contagiar a otras personas.

Lo anterior, hace necesario enfatizar la adopción de medidas preventivas tales como el lavado de manos frecuentemente, no tocarse la cara ni los ojos y la adecuada y continua desinfección de las superficies (ver *Protocolo de Limpieza y Desinfección de Ambientes disponible en <https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/03/PROTOCOLO-DE-LIMPIEZA-Y-DESINFECCI%C3%93N-DE-AMBIENTES-COVID-19.pdf>*).

Este documento contiene recomendaciones para preservar la inocuidad de los alimentos en el período de emergencia sanitaria y disminuir la exposición de los consumidores al virus SARS-CoV-2,

las cuales se encuentran en continua revisión, y en consecuencia, pueden ser modificadas de acuerdo a la dinámica que se origine tanto a nivel internacional como nacional.

## 2. ÁMBITO Y OBJETIVOS DE ESTAS DIRECTRICES

Difundir recomendaciones para la población general a fin de mantener la inocuidad de los alimentos y aportar a la disminución de la exposición de los consumidores al SARS-CoV-2, cuando reciben y manipulan los alimentos en el hogar.

## 3. DESTINATARIOS

Los destinatarios de estas recomendaciones son la población general (consumidores) del territorio nacional de Chile, incluyendo extranjeros u otras personas en tránsito.

## 4. RECOMENDACIONES

Antes de que los alimentos ingresen al hogar, incluyendo la entregar a domicilio (delivery), o por una tercera persona encargada de dejar los alimentos en el domicilio, se recomienda lo siguiente<sup>v</sup>:

- En caso de entrega a domicilio, mantener distanciamiento social, solicitando al repartidor que deposite la compra en una caja, que disponga en su hogar para ello, o directamente en la puerta del domicilio, sin acceder a la vivienda; manteniendo en todo momento una distancia de al menos un metro con la persona que realiza la entrega.
- Preferir pago on-line, evitando el uso de efectivo o tarjeta.
- En caso de utilizar pago en efectivo o tarjetas de débito o crédito, se debe realizar lavado de manos con agua y jabón posterior al pago.

**Una vez recibidos los alimentos<sup>vi</sup>, sugerimos mantener las siguientes recomendaciones** para preservar la inocuidad de los alimentos en el período de emergencia sanitaria y disminuir la exposición de los consumidores al virus SARS-CoV-2:

- **Cocine los alimentos completamente**
  - COCINE COMPLETAMENTE LOS ALIMENTOS, especialmente los huevos, pescado, mariscos, pollo y todo tipo de carnes.
  - Cocine las diferentes variedades de carne hasta que la parte interna no se vea rosada, sean estas de vacuno, cerdo, pollo, pescado, otras.
  - Recaliente la comida hasta que esté bien caliente o hierva por lo menos durante 5 minutos.

- **Mantenga la limpieza**
  - Lave y desinfecte las áreas como mesones o lavaplatos y utensilios, tales como tablas de corte, cuchillos, coladores, etc., antes y después de preparar los alimentos.
  - Guarde los alimentos en lugares protegidos y en envases tapados a las temperaturas que correspondan de acuerdo a su naturaleza (ver más abajo los alimentos que requieren refrigeración).
  - Proteja los alimentos y las áreas de cocina de insectos, mascotas y otros animales no dejando los alimentos expuestos y manteniendo las puertas y tapas cerradas.
  - Elimine basura en general y envases vacíos de alimentos en bolsas y recipientes con tapa, de modo de prevenir el acceso de insectos, roedores y otros animales.
  
- **Utilice agua y alimentos seguros**
  - USE Y CONSUMA SÓLO AGUA POTABLE para beber y cocinar. Si no dispone de ella, hiérvala al menos un minuto, déjela enfriar y guárdela en recipientes limpios y con tapa. Si no puede hervir el agua, desinfectela agregando 1 a 2 gotas de cloro de uso doméstico (envasado y sin aroma) por cada litro de agua, déjela reposar 30 minutos antes de usarla<sup>vii</sup>. Los envases utilizados para el agua no deben haber sido empleados para almacenar sustancias químicas, por lo cual etiquételos o escriba sobre ellos “Agua para Beber”.
  - Lave las frutas y verduras, especialmente si se comen crudas.
  
- **Separe carnes, pollo y pescado crudos del resto de los alimentos**
  - EVITE LA CONTAMINACIÓN CRUZADA, separe siempre los alimentos crudos de los cocidos.
  - Use siempre utensilios diferentes como, por ejemplo, cuchillos o tablas para picar, para preparar alimentos crudos y cocidos.
  - Guarde los alimentos en recipientes separados, limpios y tapados.
  
- **Mantenga los alimentos a temperaturas seguras (BIEN FRÍOS O BIEN CALIENTES)**
  - No deje alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 horas.
  - Mantenga la comida bien caliente (hirviendo) hasta el momento de servirla.
  - Refrigere lo más pronto posible los alimentos cocinados y los perecibles.
  - Alimentos como huevos, carnes, pescados, mariscos, deben ser refrigerados porque podrían tener bacterias capaces de enfermar a las personas y no parecer descompuestos.

- **Lavar las manos con agua y jabón:**
  - Antes de comer o de preparar alimentos
  - Después de manipular o preparar alimentos crudos
  - Después de toser, estornudar o sonarse la nariz
  - Después de manipular residuos y tareas de limpieza
  - Después de ir al baño
  - Después de comer, beber o fumar
  - Después de manejar dinero
  - Después de cambiar pañales

Para recomendaciones de alimentación y nutrición en un escenario de COVID-19 favor considerar el siguiente documento elaborado por el MINSAL: **Recomendaciones de alimentación y nutrición en el marco de la contingencia de COVID-19.**

## 5. REFERENCIAS

---

<sup>i</sup> Organización Mundial de la Salud. Clinical management of severe acute respiratory infection (SARI) when COVID-19 disease is suspected. Interim guidance. 13 March 2020. [https://www.who.int/publications-detail/clinical-management-of-severe-acute-respiratory-infection-when-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-is-suspected](https://www.who.int/publications-detail/clinical-management-of-severe-acute-respiratory-infection-when-novel-coronavirus-(ncov)-infection-is-suspected)

<sup>ii</sup> Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/health-topics/coronavirus/who-recommendations-to-reduce-risk-of-transmission-of-emerging-pathogens-from-animals-to-humans-in-live-animal-markets>

<sup>iii</sup> Food and Drug Administration. Food Safety and the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19).

<sup>iv</sup> Organización Mundial de la Salud. Infection Prevention and Control for the safe management of a dead body in the context of COVID-19. Interim guidance. 24 March 2020.

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331538/WHO-COVID-19-IPC\\_DBMgmt-2020.1-eng.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331538/WHO-COVID-19-IPC_DBMgmt-2020.1-eng.pdf)

<sup>v</sup> [Guía de Buenas Prácticas para los Establecimientos del Sector Comercial, AECOSAN, España.](#)

<sup>vi</sup> [https://.who.int/foodsafety/publications/consumer/manual\\_keys\\_es.pdf](https://.who.int/foodsafety/publications/consumer/manual_keys_es.pdf)

<sup>vii</sup> <https://www.cdc.gov/healthywater/emergency/es/drinking/making-water-safe.html>