

#coronavirus #SARS-CoV-2 i #COVID-19

## **FAQs per a persones que treballen de cara al públic durant el confinament, i sobre persistència del virus i desinfecció de superfícies**

**Contingut elaborat per personal expert del Centre de Recerca en Sanitat Animal (CReSA) de l'Institut de Recerca i Tecnologia Alimentàries (IRTA).**

La informació s'ha basat en un estudi publicat a [The New England Journal of Medicine](#) que compara el SARS-CoV-2 amb el coneixement previ d'altres coronavirus similars: el SARS-CoV i el MERS-CoV.

*Última actualització: 25/3/2020*

**Consideracions prèvies:** No tota la població està infectada, i la que ho està no allibera virus en cada exhalació. A més, quan respirem o exhalem aire en un espai exterior, el nostre alè es dilueix a l'instant en el volum d'aire d'aquest espai, en què constantment hi ha canvis d'aire i vent. Tot i que en espais tancats com supermercats o oficines hi ha menys volum d'aire que al carrer, és cert que generalment compten amb sistemes de circulació d'aire que ajuden a reduir el risc de contagi. Ara bé, és necessari que sempre respectin les recomanacions de seguretat i que no hi hagi una aglomeració de gent ni una densitat gaire alta de persones.

### **PERSISTÈNCIA DEL VIRUS A L'AIRE I EN DIFERENTS SUPERFÍCIES**

---

#### **Quant de temps roman el virus a l'aire?**

La vida mitjana del SARS-CoV-2 en aerosols és de 3 hores. No obstant, això no significa que durant tot aquest temps la quantitat de virus existent en l'aire sigui prou com per infectar una persona.

#### **Quant de temps roman el virus en les superfícies?**

- **Sobre plàstics rígids**, fins a 16 hores amb un 50% de capacitat d'infecció.
- **Sobre metalls**: fins a 4 hores en el coure, amb un 50% de capacitat d'infecció; fins a 13 hores en l'acer, amb una capacitat d'infecció del 50% (tot i que se'n segueixen trobant rastres fins al cap de dos dies).
- **Sobre cartró**: hi persisteix prop de 9 hores al 50% de la capacitat d'infecció, però pot seguir contagiant fins a un dia després.
- **A la roba o als llençols**: és poc probable que el coronavirus hi persisteixi. La roba és una superfície porosa, en la qual el virus queda segrestat; es desconeix, però, si hi roman totalment inactiu.

## **DESINFECCIÓ**

---

### **Quins productes podem fer servir per desinfectar les superfícies?**

Es poden desinfectar amb etanol al 62-71% o amb lleixiu. Pel lleixiu, prepareu una dilució d'1 part lleixiu i 9 parts aigua. També es podria fer posant 1 got de lleixiu en una ampolla de 2 litres i acabar-la d'omplir d'aigua de l'aixeta fins dalt. També es pot utilitzar aigua oxigenada, es pot diluir amb aigua a 1/6 o 1/3. Pel que fa als llençols, n'hi haurà prou amb rentar-los amb aigua i sabó i, si vols, amb aigua calenta.

### **La desinfecció és immediata?**

Els desinfectants no són instantanis i, per tant, per fer efecte necessiten estar un temps en contacte amb les superfícies a desinfectar. Aquest temps hauria de ser el prescrit pel fabricant, i habitualment és d'entre 5 i 15 minuts. Un cop transcorregut aquest temps, cal fregar bé la superfície amb una baieta o, encara millor, amb un tovalló de paper que, en acabat, hauries de llençar a les escombraries.

## **CONSELLS PER A PERSONES QUE TREBALLEN DE CARA AL PÚBLIC (farmàcies, botigues de queviures, estancs, etc.)**

---

### **Quines mesures de protecció prenc en el meu entorn laboral?**

Mantingues una distància de seguretat d'1 o 1,5 metres. Si pots, és millor estar en una posició una mica elevada com, per exemple, damunt d'una petita tarima; d'aquesta manera, les microgotetes dels clients quedaran per sota del teu coll. Posa't guants i no et portis les mans a la cara, amb molt de compte de no tocar-te els ulls, la boca o el nas.

### **Puc tocar monedes i bitllets?**

Sí, i si estàs intranquil/-la pots rentar-te les mans després de tocar-los.

### **Si porto mascareta, cada quant l'haig de canviar?**

Les mascaretes autofiltrants són equips de protecció individual (EPIs) d'un sol ús. Les mascaretes quirúrgiques NO són EPIs. Sabem que en molts casos es reutilitzen, i el nombre de reutilitzacions les marcarà el sentit comú i l'estat de la mascareta. Una mascareta bruta, doblegada o retorçada no s'hauria de fer servir. A més, cal que la mascareta s'ajusti bé a la cara; per això, en el cas que duguis barba, és imprescindible que t'afaitis; en cas contrari la mascareta serà inefectiva.

### **M'haig de canviar de roba cada dia?**

No necessàriament, i menys si portes bata, davantal, o una peça de roba similar que cobreixi totalment o parcialment la teva roba de carrer.

### **M'haig de dutxar just en arribar a casa?**

No és necessari. El que sí és del tot obligatori és que et rentis les mans de forma intensiva amb aigua i sabó i, si pots, també la cara.

### **Com i on guardo la mascareta?**

Dins d'una bossa de plàstic amb sistema d'autotancament, en un lloc raonablement sec i a les fosques (o on no li arribi llum directa).

### **La meva parella està embarassada i treballo de cara al públic cada dia. Quines mesures hem de prendre per evitar un possible contagi?**

Per ara no s'ha descrit cap risc extraordinari pel que fa al virus SARS-CoV-2.

Recomanem que sempre que sigui possible, les dones embarassades evitin sortir de casa, i que les persones que hi convisquin i treballin de cara al públic segueixin les recomanacions fetes més amunt.

## **EL CALÇAT AMB QUÈ SE SURT AL CARRER**

---

### **Per sortir al carrer he de fer servir sempre el mateix parell de sabates, i un cop a casa deixar-les a fora?**

No, no hi ha cap limitació quant a les sabates a fer servir. Pot ser una bona idea, però, deixar-les a l'entrada. No cal que les desinfectis; n'hi ha prou que les freguis amb una baieta humida (amb lleixiu domèstic, diluït en aigua en una proporció d'1 part de lleixiu per 10 d'aigua).

## **CORONAVIRUS I ALIMENTS**

---

### **Cuinant els aliments, destrueixo els virus?**

Qualsevol cocció, com bullir o fregir, que permeti que el menjar arribi a una temperatura superior als 60° inactivarà el SARS-CoV-2.