

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

## **FAQs para personas que trabajan de cara al público durante el confinamiento, y sobre persistencia del virus y desinfección de superficies**

**Contenido elaborado por personal experto del Centro de Investigación en Sanidad Animal (CReSA) del Instituto de Investigación y Tecnología Alimentaria (IRTA).**

La información se ha basado en un estudio publicado en [The New England Journal of Medicine](#), que compara el SARS-CoV-2 con el conocimiento previo de otros coronavirus similares: el SARS-CoV y el MERS-CoV.

*Última actualización: 25/3/2020*

**Consideraciones previas:** No toda la población está infectada, y la que lo está no libera virus en cada exhalación. Además, cuando respiramos o exhalamos aire en un espacio exterior, nuestro aliento se diluye al instante en el volumen de aire de este espacio, en el que constantemente hay cambios de aire y viento. Aunque en espacios cerrados como supermercados u oficinas hay menos volumen de aire que en la calle, es cierto que generalmente éstos cuentan con sistemas de circulación de aire que ayudan a reducir el riesgo de contagio. Ahora bien, es necesario que siempre respeten las recomendaciones de seguridad y que no haya una aglomeración de gente ni una densidad muy alta de personas.

### **PERSISTENCIA DEL VIRUS EN EL AIRE Y EN DIFERENTES SUPERFICIES**

---

#### **¿Cuánto tiempo permanece el virus en el aire?**

La vida media del SARS-CoV-2 en aerosoles es de 3 horas. Sin embargo, esto no significa que durante todo este tiempo la cantidad de virus existente en el aire sea suficiente como para infectar a una persona.

#### **¿Cuánto tiempo permanece el virus en las superficies?**

- **Sobre plásticos rígidos,** hasta 16 horas con un 50% de capacidad de infección.
- **Sobre metales:** hasta 4 horas en el cobre, con un 50% de capacidad de infección; hasta 13 horas en el acero, con una capacidad de infección del 50% (aunque se siguen encontrando rastros hasta después de dos días).
- **Sobre cartón:** persiste cerca de 9 horas al 50% de la capacidad de infección, pero puede seguir contagiando hasta un día después.
- **En la ropa o en las sábanas:** es poco probable que el coronavirus persista. La ropa es una superficie porosa, en la que el virus queda secuestrado; se desconoce, sin embargo, si permanece totalmente inactivo.

## **DESINFECCIÓN**

---

### **¿Qué productos podemos utilizar para desinfectar las superficies?**

Se pueden desinfectar con etanol al 62-71% o con lejía. Para la lejía, preparar una dilución de 1 parte lejía y 9 partes agua. También se podría hacer poniendo 1 vaso de lejía en una botella de 2 litros y acabarla de llenar con agua del grifo hasta arriba. También se puede utilizar agua oxigenada, se puede diluir con agua a 1/6 ó 1/3. En cuanto a las sábanas, bastará con lavarlas con agua y jabón y, si quieres, con agua caliente.

### **¿La desinfección es inmediata?**

Los desinfectantes no son instantáneos y, por tanto, para hacer efecto necesitan estar un tiempo en contacto con las superficies a desinfectar. Este tiempo debería ser el prescrito por el fabricante, y habitualmente es de entre 5 y 15 minutos. Una vez transcurrido este tiempo, hay que frotar bien la superficie con una bayeta o, aún mejor, con una servilleta de papel que, al final, deberías tirar a la basura.

## **CONSEJOS PARA PERSONAS QUE TRABAJAN DE CARA AL PÚBLICO (farmacias, tiendas de alimentación, estancos, etc.)**

---

### **¿Qué medidas de protección tomo en mi entorno laboral?**

Mantén una distancia de seguridad de 1 ó 1,5 metros. Si puedes, es mejor estar en una posición algo elevada como, por ejemplo, encima de una pequeña tarima; de esta manera, las microgotas de los clientes quedarán por debajo de tu cuello. Ponte guantes y no te lleves las manos a la cara, con mucho cuidado de no tocarte los ojos, la boca o la nariz.

### **¿Puedo tocar monedas y billetes?**

Sí, y si estás intranquilo/a puedes lavarte las manos después de tocarlos.

### **¿Si llevo mascarilla, cada cuánto la he de cambiar?**

Las mascarillas autofiltrantes son equipos de protección individual (EPIs) de un solo uso. Las mascarillas quirúrgicas NO son EPIs. Sabemos que en muchos casos se reutilizan, y el número de reutilizaciones las marcará el sentido común y el estado de la mascarilla. Una mascarilla sucia, doblada o retorcida no debería utilizarse. Además, es necesario que la mascarilla se ajuste bien a la cara; por ello, en caso de que lleves barba, es imprescindible que te afeites; de lo contrario la mascarilla será inefectiva.

### **¿Debo cambiarme de ropa cada día?**

No necesariamente, y menos si llevas bata, delantal o una prenda similar que cubra total o parcialmente tu ropa de calle.

### **¿Debo ducharme al llegar a casa?**

No es necesario. Lo que sí es del todo obligatorio es que te laves las manos de forma intensiva con agua y jabón y, si puedes, también la cara.

**¿Cómo y dónde guardo la mascarilla?**

Dentro de una bolsa de plástico con sistema de autocierre, en un lugar razonablemente seco y a oscuras (o donde no le llegue luz directa).

**Mi pareja está embarazada y trabajo de cara al público todos los días. ¿Qué medidas debemos tomar para evitar un posible contagio?**

Por ahora no se ha descrito ningún riesgo extraordinario en cuanto al virus SARS-CoV-2. Recomendamos que siempre que sea posible, las mujeres embarazadas eviten salir de casa, y que las personas que convivan y trabajen de cara al público sigan las recomendaciones hechas más arriba.

**EL CALZADO DE CALLE**

---

**¿Para salir a la calle tengo que usar siempre el mismo par de zapatos, y una vez en casa dejarlos fuera?**

No, no hay ninguna limitación en cuanto a los zapatos a usar. Puede ser una buena idea, sin embargo, dejarlos en la entrada. No es necesario que los desinfectes; basta con que los frotes con una bayeta húmeda (con lejía doméstica, diluida en agua en una proporción de 1 parte de lejía por 10 de agua).

**CORONAVIRUS Y ALIMENTOS**

---

**¿Cocinando los alimentos, destruyo los virus?**

Cualquier cocción, como hervir o freír, que permita que la comida llegue a una temperatura superior a los 60º inactivará el SARS-CoV-2.