

Ministerio  
de **Salud**  
Costa Rica



**Lineamientos generales para cadenas comerciales, supermercados  
y abastecedores (minisúper) debido a la alerta sanitaria por  
coronavirus COVID-19**

23 de marzo 2020

Versión 1

# Contenido

- Alcance..... 3**
- Datos Generales ..... 3**
- Lineamientos ..... 4**
- Anexos ..... 6**

## Alcance

La aplicación de estos lineamientos va dirigida a las cadenas comerciales, supermercados y abastecedores (minisúper) de todo el territorio nacional, como parte de las acciones preventivas y de mitigación dictadas por el Ministerio de Salud para la atención de la alerta por COVID-19.

Estos lineamientos se revisarán de forma periódica y se publicará la versión vigente en la página web del Ministerio de Salud:

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

## Datos Generales

**Los coronavirus (CoV):** son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV). El coronavirus nuevo es un virus que no había sido identificado previamente en humanos.

**Tipos:** Es importante tener en cuenta que existen otros cuatro coronavirus humanos endémicos a nivel global: HCoV-229E, HCoV-NL63, HCoV-HKU1 y HCoV-OC43. Estos coronavirus son diferentes al nuevo coronavirus llamado SARS-CoV-2 que produce la enfermedad llamada COVID-19.

**¿Qué es y cómo se transmite el COVID-19?:** es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente, se transmite por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada habla, tose o estornuda, también si estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden tocar estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca (OPS/OMS, 2020).

## Lineamientos

- Garantizar la rotulación en espacios visibles de los protocolos de tos, estornudo y lavado de manos y otras formas de saludar, no tocarse la cara y población de riesgo. Ver anexos.
- Las superficies que se tocan con frecuencia (pasamanos, carritos de compra, canastas de compra, estantes, pomos de puertas, ascensores, escaleras eléctricas, fichas de parqueo entre otros), deberán ser limpiadas con solución de alcohol de al menos 70° o desinfectantes comerciales frecuentemente.
- Mantener la limpieza y desinfección en las instalaciones, las oficinas y equipos de trabajo (teléfonos, teclados, ratón, materiales y cualquier superficie con la que se tenga contacto permanente).
- Equipar los servicios sanitarios con papel higiénico, jabón anti bacterial, alcohol en gel con una composición de al menos 70° y toallas de papel para el secado de manos. Mantener la limpieza y saneamiento constante con registro de bitácora visible.
- Las personas encargadas de la limpieza deberán protegerse con guantes mientras realizan las labores de limpieza e higiene. Tras efectuar la limpieza se deberán de desechar correctamente los residuos y realizar el lavo de manos establecido en el protocolo.
- Se recomienda establecer un horario diferenciado de atención en las cadenas comerciales y supermercados para poblaciones vulnerables, por ejemplo, que personas mayores, personas con enfermedades crónicas y personas con necesidades especiales que sean recibidas de 7:00am a 9:00am y público general de 9:00am en adelante.
- Se recomienda en la medida de lo posible que las compras sean realizadas por una sola persona, para evitar las concentraciones de personas dentro de las instalaciones o establecimiento. Cabe aclarar que personas que tengan alguna necesidad especial pueden ir acompañadas por un ayudante.

- Restringir la compra de productos como papel higiénico, desinfectantes, toallas de limpieza, jabón antibacterial, alcohol, alcohol en gel y cloro a no más de 6 unidades de cada producto.
- Restringir la compra de productos de larga duración como enlatados, leche, formulas lácteas, pastas, granos básicos, cereales entre otros a no más de 6 unidades de cada producto.
- Promover las normas de distanciamiento social dentro de las instalaciones como en pasillos, filas de cajas de cobro y estacionamientos de al menos 1,8 metros entre personas.
- Se recomienda disponer de alcohol en gel con al menos un grado de 60° para la desinfección de manos, tanto para el personal como para los usuarios en el área de cajas de cobros.
- En caso del uso aires acondicionados deberán tener revisión y mantenimiento adecuado (aumentar la frecuencia de la limpieza de los filtros) con registro. Es importante mencionar que este debe de hacerse ya que el aire es recirculado.


## Anexos


Protocolo de lavado de manos, estornudo y tos, otras formas de saludar, no tocarse la cara y población en riesgo.


# ¿Cómo lavarse las manos?


 DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS


PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES


- 

1 Humedezca las manos con agua y cierre el tubo
- 


2 Aplique suficiente jabón
- 


3 Frote sus manos palma con palma
- 


4 Frote la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa
- 

5 Frote las manos entre sí, con los dedos entrelazados
- 

6 Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos
- 


7 Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa
- 

8 Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa
- 

9 Enjuague abundantemente con agua
- 

10 Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable
- 

11 Use la toalla para cerrar la llave



Ministerio de **Salud**



## Forma correcta de toser y estornudar



Ministerio  
de **Salud**



CUBRA SU BOCA Y NARIZ  
CON LA PARTE SUPERIOR DEL  
BRAZO, HACIENDO UN SELLO  
PARA EVITAR SALIDA  
DE GOTITAS DE SALIVA



O CÚBRASE  
CON UN PAÑUELO  
DESECHABLE



DEPOSITE EL PAÑUELO  
EN EL BASURERO,  
NO LO LANCE  
AL MEDIO AMBIENTE



NUNCA SE TOQUE LA CARA  
SINO SE HA LAVADO  
LAS MANOS  
CON AGUA Y JABÓN

**¡DETENGA EL CONTAGIO!**



**NO**  
**se toque la cara**  
**si no se ha**  
**lavado las manos**

Ministerio  
de **Salud**  
Costa Rica







**NO**  
**se toque la cara**  
**si no se ha**  
**lavado las manos**

Ministerio  
de **Salud**  
Costa Rica



# Hay otras formas de saludar no lo hagas de mano, beso o abrazo



CON EL PIE



JUNTANDO LAS  
MANOS



AGITANDO LAS  
MANOS



CON EL PUÑO DE LEJOS



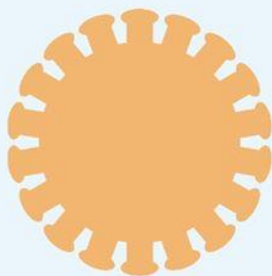
CON ELCODO



Ministerio  
de **Salud**  
Costa Rica

# Las personas con factores de riesgo pueden desarrollar complicaciones de salud en caso de adquirir el COVID-19

Si sos:



- Diabético.
- Cardiópata.
- Hipertenso.
- Persona mayor.
- Tienes padecimientos pulmonares, cáncer o alguna enfermedad que comprometa tu sistema inmune.

Necesitamos cuidarte más:



Lavado de manos frecuente.



Nada de besos o abrazos.



Lejitos de personas con síntomas respiratorios.



# No acaparemos productos frente a la emergencia nacional

Todas y todos debemos estar bien  
para hacerle frente al COVID-19



**INFORMATE PRIMERO**  
POR MEDIOS OFICIALES  
DEL MINISTERIO DE SALUD

VISITA [WWW.MINISTERIODESALUD.GO.CR](http://WWW.MINISTERIODESALUD.GO.CR)