

Jakie działania powinien podjąć świadomy klient-konsument?

W sklepie:

Osoby, które przebywają w sklepach, supermarketach, centrach handlowych powinny zawsze pamiętać o tym, że są współodpowiedzialni za zdrowie swoje i innych osób. W miarę możliwości należy unikać przebywania w miejscach zatłoczonych, utrzymywać odstęp w kolejkach.

Dlatego należy pamiętać o higienie rąk oraz higienie kichania i kasłania, w szczególności przy pakowaniu żywności luzem, nieopakowanej tj. pieczywo, produkty cukiernicze, orzechy.

Ręce w sklepie mają kontakt z powierzchniami roboczymi, pieniędzmi. Do pakowania należy używać dostępnych rękawic foliowych oraz torebek. Niehigienicznym zachowaniem jest przebieranie i dotykane produktów, które są przeznaczone do spożycia bez mycia i obróbki termicznej (np. pieczywo, bułki, wyroby cukiernicze).

Należy zwracać też uwagę na właściwą higienę układu oddechowego- nie kasłanie/kichanie w stronę innych osób jak i towaru.

W domu:

Należy zachowywać właściwą higienę mycia i przygotowania żywności. Jest to priorytet nie tylko w przypadku koronawirusa, ale przede wszystkim typowych zanieczyszczeń mikrobiologicznych prowadzących do zatruc pokarmowych. Należy myć ręce, narzędzia kuchenne, blaty robocze, deski. Zawsze pamiętać o separacji produktów surowych i produktów już przygotowanych do spożycia, w celu uniknięcia zanieczyszczeń krzyżowych w kuchniach.

WHO zaleca przestrzeganie zasad **5 Kroków Do Bezpiecznej Żywności**

5 KROKÓW DO BEZPIECZNIEJSZEJ ŻYWNOSCI

1. UTRZYMUJ CZYSTOŚĆ

- myj ręce przed kontaktem z żywnością i podczas jej przygotowywania
- myj ręce po wyjściu z toalety
- myj i odkażaj wszystkie powierzchnie i sprzęty wykorzystywane podczas przygotowywania żywności
- chroń kuchnię i żywność przed owadami i innymi zwierzętami

2. ODDZIELAJ ŻYWNOSĆ SUROWĄ OD UGOTOWANEJ

- oddzielaj mięso surowe, drób, owoce morza od innej żywności
- do przygotowywania surowej żywności używaj oddzielnego sprzętu i przedmiotów, np. noży i desek do krojenia

- magazynuj żywność w oddzielnych pojemnikach, tak by nie dopuścić do kontaktu między żywnością surową i już ugotowaną

3. GOTUJ DOKŁADNIE

- gotuj dokładnie, przede wszystkim mięso, drób, jaja i owoce morza
- żywność taką jak np. zupy doprowadzaj do wrzenia tak, by zyskać pewność, że osiągnęła ona temperaturę 70°C. Co do mięsa i drobiu, musisz mieć pewność, że soki z wnętrza tych produktów są czyste - nie różowe
- odgrzewaną żywność przed spożyciem również do temperatury powyżej 70°C

4. UTRZYMUJ ŻYWNOSĆ W ODPOWIEDNIEJ TEMPERATURZE

- nie pozostawiaj ugotowanej żywności w temperaturze pokojowej przez okres dłuższy niż 2 godziny
- wszystkie gotowane i łatwo psujące się produkty przechowuj w lodówce (najlepiej w temperaturze poniżej 5°C)
- utrzymuj wysoką temperaturę (ponad 60°C) gotowanych potraw tuż przed podaniem
- nie przechowuj żywności zbyt długo, nawet jeśli przechowujesz ją w lodówce
- nie rozmrażaj zamrożonej żywności w temperaturze pokojowej (zanurz produkt w ciepłej wodzie lub użyj urządzeń grzejnych)

Obróbka termiczna a koronawirus

Koronowirusy potrzebują do namnażania gospodarza, którym jest człowiek. Dokładna obróbka termiczna niszczy wirusa, ponieważ koronawirus ulega zniszczeniu gdy zastosuje się odpowiednią kombinację czasu i temperatury np. 60stC przez 30 min. Tak więc w przypadku mięsa, produktów surowych, typowa obróbka cieplna eliminuje zanieczyszczenie mikrobiologiczne, w tym również SARS COV-2.

Jak przenosi się SARS COV-2?

Bezpośrednio – poprzez kontakt z wydzielinami zainfekowanej osoby (droga kropelkowa, ale również kał i mocz).

Pośrednio – poprzez kontakt z powierzchniami, na których znajdują się wydzieliny osoby zainfekowanej poprzez kichanie i kaszel.

Aktualnie dostępne dane wskazują na to, że wirus może przetrwać kilka godzin na powierzchniach. Wirusa można pozbyć się ze środowiska, podobnie jak w przypadku większości mikroorganizmów, za pomocą zwykłych środków dezynfekcyjnych stosowanych w gospodarstwie domowym.