

La evidencia más reciente demuestra que el riesgo de transmisión del COVID-19 es mayor cuando se está cerca de personas que tienen los síntomas del virus (y menor cuando la persona está infectada pero no presenta síntomas). Los negocios que proveen alimentos deben seguir las reglas de sanidad para empleados y las recomendaciones del departamento de salud local y mantener a los individuos enfermos en sus casas.

## HACIENDO LA COMPRA

### ¿QUÉ PASOS PUEDO TOMAR PARA DISMINUIR EL RIESGO DE CONTAMINACIÓN CUANDO VOY AL SUPERMERCADO?

- Cuando entre a la tienda, use desinfectante de manos. Lávese las manos y/o use desinfectante cuando salga.
- Use una cubierta facial mientras hace sus compras.
- Traiga sus propias toallitas desinfectantes para limpiar el carrito, las agarraderas de la canasta y la máquina de pagos.
- Trate de mantener una distancia de 6 pies entre usted y otras personas.
- Trate de no tocar cosas y superficies innecesariamente. Evite tocarse la boca, nariz o la cara.
- **No vaya de compras si tiene síntomas o piensa que ha sido expuesto al virus.**

### ¿QUÉ ESTÁ HACIENDO MI TIENDA PARA MINIMIZAR MI RIESGO?

- Muchas tiendas están siguiendo las recomendaciones de los CDC sobre cómo limpiar y desinfectar. Algunas están limitando sus horas al público para poder hacer esto
- Otras tiendas están proporcionando desinfectante de manos o toallitas, a la entrada para limpiar los carritos y canastas. Algunos le están pidiendo a los empleados y clientes enfermos que se vayan de la tienda.
- Los empleados de los supermercados son considerados empleados esenciales y se les exhorta usar cubiertas faciales de tela
- Las tiendas pudieran limitar la cantidad de personas permitidas adentro de su local. También podrían exigir el distanciamiento físico en las líneas dentro y fuera de su negocio.

### ¿ES MEJOR USAR LA OPCIÓN DE PEDIDOS EN LUGAR DE ENTRAR A LA TIENDA?

- Utilizar los servicios de pedidos o entrega son las mejores opciones, especialmente para personas con salud vulnerable.
- La opción de entrega ayuda a reducir la cantidad de personas en la tienda que están tocando las superficies y promueve distanciamiento físico.
- Estas opciones también previenen que usted exponga a otros al virus si estuviera infectado y no muestra síntomas.

### ¿CÓMO DEBO MANIPULAR LAS FRUTAS Y VERDURAS?

- Use desinfectante de manos antes y después de tocar las frutas y los verduras.
- Toque solamente los productos que va a comprar.

## MANEJO DE COMESTIBLES

### ¿QUÉ PUEDO HACER CUANDO LLEGUE A CASA? ¿PUEDO ENTRAR CON MI COMPRA?

- No hay señales de que la comida o sus empaques están conectados a la transmisión del virus.
- Lávese las manos y/o use desinfectante de manos luego de tocar los paquetes de alimentos.
- **NO se recomienda que guarde los comestibles afuera de la casa, en su carro o garage.**

### ¿QUÉ DEBO HACER SI ESTOY COMPRANDO PARA UNA PERSONA CON SALUD VULNERABLE?

- Si está comprando para alguien más, use distanciamiento físico cuando les deje los comestibles.
- Lávese las manos tan pronto entre a la casa de alguien, mientras guarda la compra y antes de tener contacto directo con la persona.

### ¿DEBO LAVAR LAS FRUTAS Y VERDURAS ANTES DE COMERLAS? ¿DEBO USAR JABÓN O DESINFECTANTE?

- Enjuague siempre las frutas y verduras frescas con agua limpia antes de consumirlas.
- Debe enjuagar las frutas y verduras solo con agua.
- **NO se recomienda lavarlas con ningún jabón o detergente.**
- **NO se recomienda lavar o utilizar ningún tipo de desinfectante químico.**

### ¿DEBO COMPRAR SOLAMENTE ALIMENTOS QUE PUEDO CALENTAR?

- No hay evidencia de que la comida transmite el virus.
- No hay ninguna información científica que recomiende una temperatura específica para matar el virus.

## CONSEJITOS

1. Use desinfectante de manos o toallitas para los carritos.
2. Vaya de compras solo y tenga un plan.
3. Mantenga distanciamiento físico.
4. Toque solamente lo que va a comprar.

