

Programa de Manipuladores de Alimentos de Texas

Aprovado por el Estado de TX
LIC. # 00077



Propiedad exclusiva de: FOOD SAFETY DIRECT
3603 Fredericksburg Rd. Ste 109, San Antonio TX 78201
Text or call 210-785-9441
Website: <https://www.foodsafetydirect.com>

Cómo los alimentos se vuelven inseguros

Definiciones:

Una enfermedad transmitida por los alimentos (comúnmente conocida como intoxicación alimentaria) a menudo es causada por el consumo de alimentos/bebidas contaminadas por bacterias y / o sus toxinas, parásitos, virus, productos químicos u otros agentes.

Por "brote de enfermedades transmitidas por los alimentos" se entiende la aparición de dos o más casos de una enfermedad similar como consecuencia de la ingestión de un alimento común.

Las autoridades reguladoras estatales y locales llevan a cabo una investigación

El brote se confirma mediante análisis de laboratorio

1



2



"Control de tiempo/temperatura para alimentos inocuos" significa un ALIMENTO que requiere control de tiempo/temperatura para seguridad (TCS) para limitar el crecimiento de microorganismos patógenos o la formación de toxinas.

Este alimento debe mantenerse CALIENTE 135° o superior FRÍO 41° o menos

Alimentos TCS incluye lo siguiente:

Leche y productos lácteos

Huevos con cáscara (excepto los tratados para eliminar Salmonella spp.)

Carne: Res, ternera, cerdo y cordero

Ave de corral

Pescado

Mariscos y crustáceos

Papas al horno

Alimentos vegetales cocinados, como arroz, frijoles y verduras cocidas

Tofu u otra proteína de soja; Ingredientes sintéticos, como la proteína de soja texturizada en las alternativas a la carne

Brotes y semillas germinadas

Melones en r=cortados; tomates cortados; verduras de hoja verde cortadas

Mezclas de ajo y aceite crudos.

ALIMENTOS LISTOS PARA COMER

"alimentos listos para el consumo" se entiende los ALIMENTOS que:
a) Se presentan en una forma comestible sin necesidad de preparación adicional para lograr la inocuidad de los alimentos.

Es un alimento animal crudo o parcialmente cocido y se advierte al consumidor sobre el riesgo asociado con el consumo de alimentos animales parcialmente cocidos o crudos. O se prepara de acuerdo con una variación que se concede. Puede recibir preparación adicional para la palatabilidad o con fines estéticos, epicúreos, gastronómicos o culinarios.

La Tabla A considera la "Interacción del pH y la actividad del agua para el control de esporas en alimentos cocinados para destruir las células vegetativas y posteriormente empaquetados".

La Tabla B considera la "Interacción de pH y a_w para el control de células vegetativas y esporas en alimentos no cocinados o tratados térmicamente pero no envasados".

Manos limpias



Utensilios limpios

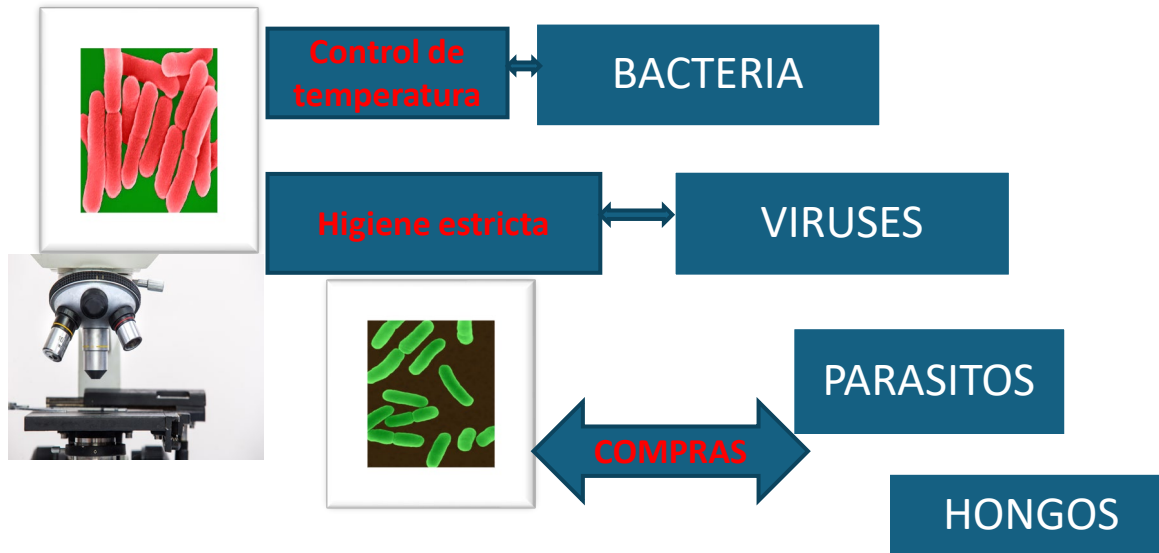


Guantes limpios



Peligros Biológicos

Microorganismos que pueden enfermar a las personas conocidos como patógenos



No se puede ver, saborear ni oler, puede estar en los alimentos y enfermar a las personas.

Riesgos químicos



- Limpiadores
- Desinfectantes
- Lubricantes
- Pesticidas
- Metales tóxicos

Para prevenir la contaminación de los alimentos por materiales tóxicos:

- **Guárdelos en un área alejada, separados o debajo de las áreas de servicio y preparación de alimentos**
- **Siga las instrucciones del fabricante**
- **Etiquete los productos químicos sacados de los envases originales**
- **Utilice únicamente equipos y utensilios comerciales aprobados, preferiblemente con el sello NSF**

Peligros físicos

Los objetos pueden entrar en los alimentos, incluidos los que se producen de forma natural: Mantener los alimentos cubiertos, siguiendo una estricta higiene personal y comprar de proveedores aprobados se evitará la contaminación física



- Vendas
- Vidrio
- Huesos y semillas de frutas
- Virutas de metal
- Fibras de los estropajos para lavar platos
- Suciedad
- Grapas
- Joyería
- Madera
- Cabello
- Uñas



Factores de riesgo de enfermedades transmitidas por medio de alimentos

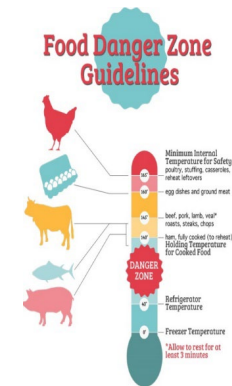
Estos son los 5 factores de riesgo más comunes para las enfermedades transmitidas por los alimentos



- Comprar de fuentes inseguras: **No verificar las licencias de los proveedores** Cocción inadecuada de los alimentos- **No verificar las temperaturas con un Termómetro para verificar que los alimentos estén cocidos a la temperatura mínima requerida**
- Mantener los alimentos a temperaturas incorrectas: **No verificar la temperatura de los alimentos al menos cada 4 horas. para evitar el abuso de tiempo y temperatura.**
- Usar equipos contaminados: No lavar, enjuagar y sanitizar el equipo y utensilios entre usos.
- Mala higiene personal: **Lavado de manos inadecuado, uso incorrecto de guantes y uso de uniforme/delantal sucio**

REDUCIR O ELIMINAR LOS FACTORES DE RIESGO:

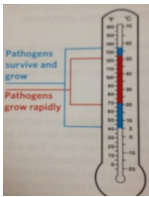
- Compra a proveedores aprobados y de buena reputación
- Cocción a la temperatura mínima requerida
- Mantener los alimentos TCS a la temperatura correcta
- Limpieza y desinfección adecuadas de todas las superficies en contacto con alimentos
- Seguir una estricta higiene personal





Comportamientos asociados con las enfermedades transmitidas por los alimentos y los brotes transmitidos por los alimentos

- ***Mala higiene personal: Transferir patógenos del cuerpo a los alimentos.***
- ***Abuso de tiempo y temperatura: Dejar que los alimentos permanezcan demasiado tiempo a temperaturas que favorezcan el crecimiento de patógenos (bacterias).***
- ***Contaminación cruzada: Transferencia de patógenos de una superficie o alimento a otro.***



Copyright © International Association for Food Protection



Copyright © International Association for Food Protection

Buena Higiene Personal

Los manipuladores de alimentos deben seguir una estricta higiene personal para evitar la contaminación de los alimentos

- **Gorra limpia u otro sistema de sujeción para el cabello**
- **Ropa limpia, incluido el delantal**
- **Quítese el delantal al salir del área de preparación (especialmente cuando vaya al baño o para recoger la basura)**
- **Quítese todas las joyas de los brazos y las manos, incluidos los brazaletes médicos (solo se puede usar una banda de metal liso)**
- **Manos limpias y uñas cortas sin esmalte**
- **Cubra todos los cortadas o lesiones con un vendaje impermeable limpio o un curita y un guante apropiado**

Para evitar la contaminación de los alimentos, las manos y los brazos deben mantenerse siempre limpios.

El lavado de manos debe tomar al menos 20 segundos

Procedimientos de lavado de manos



1. Manos y brazos mojados. Use agua corriente tan caliente como pueda soportar cómodamente. Debe ser de al menos 100° F (38° C).



2. Aplicar jabón. Aplique lo suficiente para acumular una buena espuma.



3. Frote las manos y los brazos vigorosamente. Frótalos durante 10 a 15 segundos. Limpie debajo de las uñas y entre los dedos.



4. Enjuague bien las manos y los brazos. Use agua corriente tibia.



5. Secar las manos y los brazos. Usa una toalla de papel de un solo uso. Use la toalla de papel para cerrar el grifo y abrir la puerta del baño.



Cuándo lavarse las manos

• Los manipuladores de alimentos deben lavarse las manos antes de comenzar a trabajar, al cambiar de tarea y después de:

- Usar el baño***
- Manipulación de carnes, aves y mariscos crudos (antes y después)***
- Tocar o rascarse el cabello, la cara o el cuerpo***
- Estornudar, toser o usar un pañuelo desechable***
- Comer, beber, fumar o masticar chicle o tabaco***
- Manipulación de productos químicos que podrían afectar a la inocuidad de los alimentos***

Cuándo lavarse las manos

Los manipuladores de alimentos deben lavarse las manos al cambiar de tarea y después de:



Sacar la basura

Limpiar mesas o transportar platos sucios

Tocar la ropa o los delantales



Manejo de dinero

Salir y regresar a la cocina/área de preparación

Manejo de animales de servicio o animales acuáticos

Tocar cualquier otra cosa que pueda contaminar las manos

Tocar el teléfono



Saludarle con la mano a alguien

Cómo usar los antisépticos de manos

- ***Al usar antiséptico para manos:***
- ***Debe ser aprobado por la **FDA*****
- ***Nunca lo use en lugar de lavarse las manos***
- ***Debe usarse solo después de lavarse las manos***
- ***Se debe dejar secar antes de tocar alimentos o equipos.***
- ***Siga las instrucciones del fabricante***

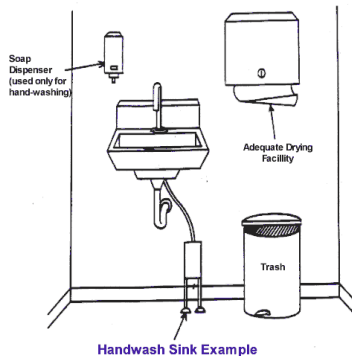


Dónde lavarse las manos



Los manipuladores de alimentos deben lavarse las manos solo en un fregadero designado para lavarse las manos

- ❖ No coloque nada que bloquee el lavabo para lavarse las manos.
- ❖ No vacíe ninguna bebida ni agua sucia en el lavabo para lavarse las manos.
- ❖ No prepare alimentos en el lavabo para lavarse las manos
- ❖ No coloque platos sucios ni herramientas de limpieza dentro o delante del lavabo para lavarse las manos.
- ❖ No enjuague las toallas en el lavabo para lavarse las manos.
- ❖ Asegúrese de que la estación de lavado de manos esté equipada con agua caliente, jabón, toallas de papel y un cartel recordatorio de lavado de manos, y un recipiente para tirar la toalla sucia



Usar los Guantes correctamente

Los guantes **NO** evitarán la contaminación de los alimentos si no se usan correctamente

- ❖ Se deben seguir estas pautas al usar guantes:
- ❖ Lávese las manos antes de ponerse los guantes al comenzar una nueva tarea
- ❖ Seleccione la talla de guante correcta
- ❖ Sostenga los guantes por el borde cuando se los ponga
- ❖ Una vez que los guantes estén puestos, verifique si hay rasgaduras o rasgaduras
- ❖ NUNCA sople en los guantes
- ❖ NUNCA enrolle los guantes para que sean más fáciles de poner
- ❖ Cámbiese los guantes después de tocar carnes, mariscos y aves crudas y antes de tocar alimentos listos para comer y con la frecuencia que sea necesaria.
- ❖ NUNCA se lave las manos con los guantes puestos
- ❖ Use solo un par de guantes a la vez



NO



Cuidado de manos y uñas



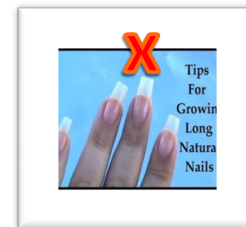
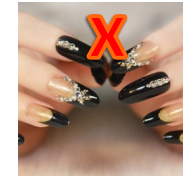
❑ -Mantenga las uñas cortas y limpias

❑ -**NO** use uñas postizas

❑ - **NO** use esmalte de uñas, piedras ni diseños

❑ - **NO** use Curitas expuestas

❑ - Cubre todas los cortadas o lesiones con un vendaje limpio e impermeable o un curita según sea necesario



Ropa exterior y joyería

***La ropa sucia puede contener patógenos que pueden enfermar a las personas
Puede evitarlo siguiendo estas pautas:***



Los manipuladores de alimentos deben:

Use un sombrero limpio u otro sistema de sujeción para el cabello para evitar que el cabello se caiga en la comida y para evitar tocar el cabello cuando cuando:

- ❖ Sirviendo
- ❖ Preparando
- ❖ Trabajando en la preparación de alimentos
- ❖ Lavando los platos
- ❖ Use ropa limpia todos los días, incluidos el delantal y el uniforme
- ❖ Quítese los delantales al salir de las áreas de preparación de alimentos, especialmente cuando vaya al baño o saque la basura
- ❖ Quítese las joyas de las manos y los brazos antes de preparar la comida o cuando trabaje en las áreas de preparación (no se permiten relojes, brazaletes de identificación médica ni ningún otro brazalete). Solo se puede usar una banda de metal lisa (El establecimiento podría exigirles que no usen otras joyas)



Comer, beber, fumar y masticar chicle o tabaco

Los manipuladores de alimentos NO deben:

Comer, beber, fumar o masticar chicle o tabaco

Cuando:

Preparan o sirven la comida

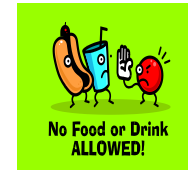
Trabajan en áreas de preparación

Trabajan en áreas utilizadas para limpiar utensilios y equipos.

(lavar los platos)

La instalación puede permitir beber, siempre que se haga de un recipiente cubierto con una pajita almacenada posteriormente en una superficie que no esté en contacto con alimentos y separada de alimentos expuestos, equipos limpios y artículos de un solo

servicio y de un solo uso sin envolver.



Prohibición de Manejo de Animales



Empleados de Alimentos:

No puede cuidar ni manipular animales que puedan estar presentes, como perros patrulla, animales de servicio o mascotas que están permitidas en áreas que no se usan para la preparación de alimentos y que generalmente están abiertas para clientes, como áreas de comedor y ventas, animales de servicio que son controlados por el empleado o persona discapacitada, si no resultará de un peligro para la salud o la seguridad de la presencia o las actividades del animal de servicio.

Los empleados de alimentos con animales de asistencia pueden manipular o cuidar a sus animales de asistencia siempre que se laven las manos correctamente después de hacerlo.

Los empleados de alimentos pueden manipular o cuidar peces en acuarios o moluscos, mariscos o crustáceos en tanques de exhibición si se lavan las manos correctamente inmediatamente después y antes de manipular alimentos o superficies en contacto con alimentos.

Eficacia de la restricción del cabello



Los empleados de alimentos deben usar restricciones para recogerse el cabello, como gorros, cubiertas para el cabello o redes, restricciones para la barba (Cubre barbas) y ropa que cubra el vello corporal, que estén diseñadas y usadas para evitar que su cabello entre en contacto con los alimentos expuestos; limpiar el equipo, los utensilios y la ropa de cama; y artículos de un solo uso y de un solo uso sin envolver.



• *Las Guías sobre Enfermedades Infecciosas Emergentes y Agudas*

Condición	Estado de salud del empleado de alimentos	Establecimiento de alimentos	¿Excluir o restringir?	
Norovirus	Sintomático	cualquier establecimiento de comida	Excluir	Criterios de regreso al trabajo para empleados de alimentos El empleado de alimentos puede ser reincorporado con la aprobación de la Autoridad Reguladora y si se cumple una de las siguientes condiciones: Documentación médica que indique que el empleado de alimentos está libre de infección por norovirus;
	Asintomático	atiende a una población altamente susceptible	Excluir	Han pasado más de 48 horas desde que el empleado de alimentos se volvió asintomático (sin el uso de medicamentos supresores de la diarrea) o El empleado de alimentos no desarrolló síntomas y han pasado más de 48 horas desde que fue diagnosticado. El empleado de alimentos puede ser reincorporado con la aprobación de la Autoridad Reguladora y si se cumple una de las siguientes condiciones:
		NO sirve a un Población altamente susceptible	Restringir	Documentación médica que indique que el empleado de alimentos está libre de infección por Salmonella no tifoidea según los resultados de las pruebas que muestren dos cultivos de muestras de heces consecutivos negativos. Las muestras de heces deben recogerse con al menos 24 horas de diferencia y no antes de 48 horas después de la última dosis de antibióticos, si se administraron antibióticos; Han pasado más de 30 días desde que el empleado de alimentos se volvió asintomático (sin el uso de medicamentos supresores de la

Salmone- losis (Salmon- ella sp. no tifoidea)	Sintomático	cualquier establecimiento de comida	Excluir	Criterios de regreso al trabajo para empleados de alimentos El empleado de alimentos puede ser reincorporado con la aprobación de la Autoridad Reguladora y si se cumple una de las siguientes condiciones: Documentación médica que indique que el empleado de alimentos está libre de infección por norovirus; Han pasado más de 48 horas desde que el empleado de alimentos se volvió asintomático (sin el uso de medicamentos supresores de la diarrea) o El empleado de alimentos no desarrolló síntomas y han pasado más de 48 horas desde que fue diagnosticado. El empleado de alimentos puede ser reincorporado con la aprobación de la Autoridad Reguladora y si se cumple una de las siguientes condiciones: Documentación médica que indique que el empleado de alimentos está libre de infección por Salmonella no tifoidea según los resultados de las pruebas que muestren dos cultivos de muestras de heces consecutivos negativos. Las muestras de heces deben recogerse con al menos 24 horas de diferencia y no antes de 48 horas después de la última dosis de antibióticos, si se administraron antibióticos; Han pasado más de 30 días desde que el
	Asintomático	cualquier establecimiento de comida	Restringir	

Las Guías sobre Enfermedades Infecciosas Emergentes y Agudas

Condición	Estado de salud del empleado de alimentos	Establecimiento de alimentos	¿Excluir o restringir?	
Shigelosis (<i>shigella</i> sp.)	Sintomático	cualquier establecimiento de comida	Excluir	Criterios de regreso al trabajo para empleados de alimentos El empleado de alimentos puede ser reincorporado con la aprobación de la Autoridad Reguladora. Autoridad y si se cumple una de las siguientes condiciones: Documentación médica que indique que el empleado de alimentos está libre de infección por <i>Shigella</i> sp. sobre la base de los resultados de las pruebas que muestran dos cultivos de muestras de heces negativos consecutivos. Las muestras de heces deben recogerse con al menos 24 horas de diferencia y no antes de 48 horas después de la última dosis de antibióticos, si se administraron antibióticos; Han pasado más de 7 días desde que el empleado de alimentos se volvió asintomático (sin el uso de medicamentos supresores de la diarrea) o
	Asintomático	atiende a una población altamente susceptible	Excluir	
		NO atiende a una población altamente susceptible	Restringir	

STEC (Productor de toxina Shiga E. coli)	Sintomático	cualquier establecimiento de comida	Excluir	El empleado de alimentos puede ser reincorporado con la aprobación de la Autoridad Reguladora y si se cumple una de las siguientes condiciones: Documentación médica que indique que el empleado de alimentos está libre de infección por E. coli productora de toxina Shiga según los resultados de las pruebas que muestran dos cultivos de muestras de heces consecutivos negativos. Las muestras de heces deben recogerse con al menos 24 horas de diferencia y no antes de 48 horas después de la última dosis de antibióticos, si se administraron antibióticos; Han pasado más de 7 días desde que el empleado de alimentos se volvió asintomático (sin el uso de medicamentos supresores de la diarrea) o El empleado de alimentos no desarrolló síntomas y han pasado más de 7 días desde que fue diagnosticado. Criterios de regreso al trabajo para empleados de alimentos
	Asintomático o	atiende a una población altamente susceptible	Excluir	
		NO atiende a una población altamente susceptible	Restringir	

Las Guías sobre Enfermedades Infecciosas Emergentes y Agudas

Condición	Estado de salud del empleado de alimentos	Establecimiento de alimentos	¿Excluir o restringir?	Criterios de regreso al trabajo para empleados de alimentos
Fiebre tifoidea (Salmonella Typhi)	Sintomáticos o asintomáticos	cualquier establecimiento de comida	Excluir	El empleado de alimentos puede ser reincorporado con la aprobación de la Autoridad Reguladora. Autoridad y si se cumple una de las siguientes condiciones: Documentación médica de un profesional de la salud que acredite que el empleado de alimentos está libre de infección por S. Typhi.
Hepatitis A o ictericia (la aparición de la ictericia ocurrió dentro de los últimos 7 días calendario)	Sintomáticos o asintomáticos	cualquier establecimiento de comida	Excluir	El empleado de alimentos puede ser reincorporado con la aprobación de la Autoridad Reguladora y si se cumple una de las siguientes condiciones: El empleado de alimentos ha tenido ictericia durante más de 7 días calendario; El empleado de alimentos anictéricos ha sido sintomático con síntomas distintos a la ictericia durante más de 14 días calendario, o Documentación médica de un profesional de la salud que acredite que el empleado de alimentos está libre de infección por hepatitis A.



Guia para los síntomas de los Empleados de alimentos



Condic ión	Estado de salud del empleado de alimentos	Establecimiento de alimentos	¿Excluir o restrin gir?	Criterios de regreso al trabajo para empleados de alimentos
---------------	---	---------------------------------	----------------------------------	--

A continuación se presentan los criterios para los síntomas notificables sin diagnóstico

	vómito o diarrea	cualquier establecimiento de comida	Excluir	El empleado de alimentos puede ser reincorporado si se cumple una de las siguientes condiciones: Es asintomático durante al menos 24 horas (sin el uso de medicamentos supresores de la diarrea) o Documentación médica que indique que el síntoma se debe a una afección no infecciosa
	dolor de garganta con fiebre (inicio agudo)	Sirve a grupos suceptible	Excluir	El empleado de alimentos puede ser reincorporado con documentación médica que indique Se ha cumplido una de las siguientes condiciones: Terapia antibiótica para la infección por Streptococcus pyogenes durante más de 24 horas; al menos un cultivo negativo de muestras de garganta para S. pyogenes infección o determinado libre de una infección por S. pyogenes por un profesional de la salud.
		NO sirve a grupos susceptible	Restringir	
	herida infectada descubierta o forúnculo pustuloso	cualquier establecimiento de comida	Restringir	El empleado de alimentos puede ser reincorporado si la herida o el forúnculo están correctamente cubierto con uno de los siguientes: Una cubierta impermeable, como un catre o cubículo, y un guante de un solo uso sobre la cubierta impermeable si la herida o el forúnculo están en la mano, el dedo o la muñeca; Y cubierta impermeable en el brazo si la herida o forúnculo está en el brazo o Un vendaje seco, duradero y ajustado si la herida o

Definiciones de interés de las Reglas de Establecimientos de Alimentos de Texas (TFER):

Empleado de alimentos: una persona que trabaja con alimentos sin empacar, equipos o utensilios de alimentos, o superficies en contacto con alimentos

Asintomático: no mostrar síntomas obvios, no producir indicios de una enfermedad u otra condición médica. Individuo infectado con un patógeno pero que no presenta ni produce ningún signo o síntoma de vómito, diarrea o ictericia. Los síntomas no se muestran porque los síntomas se hayan resuelto o hayan disminuido, o porque los síntomas nunca se manifestaron.

Restringir: limitar las actividades de un empleado de alimentos para que no haya riesgo de transmitir una enfermedad que sea transmisible a través de los alimentos y el empleado de alimentos no trabaje con alimentos expuestos, equipo limpio, utensilios, ropa de cama; y artículos de un solo uso o de un solo uso sin envolver.

Excluir: Es evitar que una persona trabaje como empleado de alimentos o ingrese a un establecimiento de alimentos, excepto en las áreas abiertas al público en general.

Población altamente susceptible: personas que son más propensas que otras personas de la población general a experimentar enfermedades transmitidas por los alimentos porque son inmunodeprimidos, niños en edad preescolar o adultos mayores y obtienen alimentos en un centro que brinda servicios como cuidado de custodia, atención médica o vida asistida.

Autoridad reguladora: El departamento de Salud local , estatal o federal o el representante autorizado que tiene jurisdicción sobre el establecimiento de alimentos

Prevención de la contaminación de las manos.

Contacto de las manos descubiertas con alimentos listos para comer

LOS EMPLEADOS DE ALIMENTOS no pueden entrar en contacto con los ALIMENTOS LISTOS PARA COMER expuestos con sus propias manos y deben usar UTENSILIOS adecuados como pañuelos de papel, espátulas, pinzas, guantes de un solo uso o EQUIPO dispensador.

LOS EMPLEADOS DE ALIMENTOS deberán minimizar el contacto de las manos y los brazos descubiertos con los ALIMENTOS expuestos que no estén en forma LISTA PARA COMER.

Los empleados de alimentos NO deben manipular alimentos listos para comer con las manos descubiertas cuando atiende principalmente a una población de alto riesgo



Contacto con las manos desnudas con alimentos listos para comer Políticas -Cont

Las políticas para reducir o eliminar los riesgos deben incluir:

1. Lavado de manos adecuado, Cuándo lavarse las manos, Dónde lavarse las manos, Mantenimiento adecuado de las uñas, Prohibición de joyas y Buenas prácticas de higiene
2. Documentación de que se lavan las manos antes de la preparación de los ALIMENTOS y según sea necesario para evitar la contaminación cruzada por parte de los EMPLEADOS DE ALIMENTOS durante todas las horas de operación cuando se preparan los ALIMENTOS LISTOS PARA COMER específicos.
3. Documentación de que los EMPLEADOS DE ALIMENTOS que están tocando los ALIMENTOS LISTOS PARA COMER con las manos descubiertas utilizan dos o más de las siguientes medidas de control para proporcionar salvaguardas adicionales a los PELIGROS asociados con el contacto con las manos descubiertas:
 - (a) Lavado de manos doble, (b) Cepillos de uñas, (c) Un antiséptico para manos después de lavarse las manos (d) Programas de incentivos como licencia por enfermedad pagada que ayudan o alientan a los EMPLEADOS DE ALIMENTOS a no trabajar cuando están enfermos, o (e) Otras medidas de control APROBADAS por la AUTORIDAD REGULADORA.
4. Documentación de que se toman medidas correctivas cuando no se siguen estas políticas.

Riesgos asociados con el contacto de las manos desnudas con alimentos listos para comer

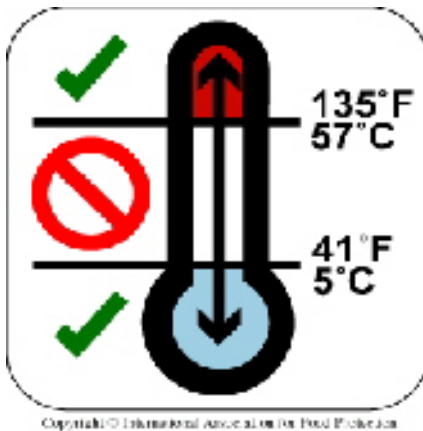
Estos son solo algunos ejemplos de los riesgos

- 1.No identificar cuándo es necesario lavarse las manos adecuadamente**
- 2.Lavarse las manos incorrectamente**
- 3.No utilizar los utensilios limpios y otras barreras disponibles para minimizar el contacto con las manos descubiertas.**
- 4.No cambiar los guantes entre cada tarea o con más frecuencia si es necesario**
- 5.Usar el antiséptico de manos en lugar de lavarse las manos**
- 6. Tocar carnes crudas y luego tocar alimentos listos para comer con o sin guantes**

Controlar el tiempo y la temperatura es muy importante para prevenir el crecimiento de patógenos y mantener la seguridad de los alimentos

Temperature Danger Zone

Temperature Danger Zone is when food is in between 41° and 135°



- ***Para evitar el abuso del tiempo y la temperatura, todos los alimentos TCS deben mantenerse: Frío a 41° o menos desde la recepción hasta el servicio, Caliente a 135° o más en cada paso del flujo de alimentos***
- ***Congelado completamente congelado***
- ***Debe estar cocinado correctamente***
- ***Debe enfriarse correctamente***
- ***Debe descongelarse correctamente***
- ***Debe recalentarse correctamente***

EJEMPLOS DE ALIMENTOS TCS

Los alimentos TCS son aquellos alimentos que requieren control de temperatura por seguridad y deben mantenerse calientes a 135 ° o más o fríos a 41 ° o menos



CARNE



PESCADO



AVE DE CORRAL



CARNE MOLIDA



SALCHICHA



MARISCO



HUEVOS



LECHE



QUESO



Carnes frías



PERRO CALIENTE



Tacos



Chorizo



Vegetales cocidos



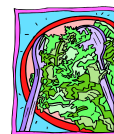
SALTEADO



AJO Y ACEITE
crudo



Pastas



ENSALADAS



Tomates cortados



Melones cortados

Termómetros para alimentos

El uso correcto de los termómetros es fundamental para garantizar que los alimentos se reciban, cocinen, mantengan, enfríen y recalienten adecuadamente



- Debe utilizarse para comprobar la temperatura de los alimentos
- Debe calibrarse antes de cada turno mediante:
- Llenar un vaso de hielo y agua para crear un granizado
- Inserte el termómetro en agua nieve durante 30 segundos.
- Ajuste con tuerca si no está a 32°
- Debe lavarse, enjuagarse y desinfectarse
- Debe insertarse en la parte más interna del alimento y permanecer allí durante 15 segundos para que la lectura de la temperatura se estabilice.

Recepción de alimentos

- Los alimentos deben recibirse de una fuente segura/aprobada
- Debe ser inspeccionado en el momento de la recepción para identificar señales de contaminación, que pueden incluir plagas.
- Debe rechazarse si no está a la temperatura adecuada, caliente a 135 ° o fría a 41 °, y
- congelado completamente congelado sin cristales de hielo (señal de descongelación y recongelación)
- Comprobar la calidad y Fechas de caducidad de los alimentos

Almacenamiento de alimentos

Todos los alimentos TCS deben almacenarse a la temperatura correcta:

Los alimentos fríos deben almacenarse y mantenerse **a 41°** o menos

Los alimentos calientes deben almacenarse y mantenerse **a 135°** o más alto

Cualquier alimento TCS preparado en el establecimiento y mantenido durante 24 o más, debe estar etiquetado con el **nombre del alimento y la fecha de caducidad**, que no exceda los 7 días si se mantiene a 41° o menos

Todos los alimentos recibidos deben rotarse de acuerdo con la fecha en el producto, lo que está a punto de caducar primero, debe almacenarse en el frente, también conocido como FIFO

Revise todos los alimentos almacenados para ver si tienen fechas vencidas y elimínelos del inventario

Descongelación de alimentos

CONTROL DE TIEMPO/TEMPERATURA PARA LA SEGURIDAD DE LOS ALIMENTOS TCS se debe descongelar:

(A) **Bajo refrigeración** que mantenga la temperatura de los ALIMENTOS a 5 °C (41 °F) o menos.

(B) **Completamente sumergido bajo agua corriente**: (1) A una temperatura del agua de 21 °C (70 °F) o menos, (2) Con suficiente velocidad del agua para agitarse y flotar partículas sueltas en un desbordamiento, y (3) Durante un período de tiempo que no permita que las porciones descongeladas de ALIMENTOS LISTOS PARA COMER se eleven por encima de 5 °C (41 °F), o (4) Durante un período de tiempo que no permita porciones descongeladas de un ALIMENTO animal crudo que requiera que la cocción esté por encima 5 °C (41 °F), durante más de 4 horas, incluyendo: (a) el tiempo que los ALIMENTOS están expuestos al agua corriente y el tiempo necesario para la preparación para la cocción, o (b) el tiempo que se tarda en refrigerar para bajar la temperatura de los ALIMENTOS a 5 °C (41 °F);

(C) **Como parte de un proceso de cocción** si el ALIMENTO que se congela es: (1) Cocido Descongelado en un horno de microondas y transferido inmediatamente a un EQUIPO de cocción convencional, sin interrupción en el proceso; o

(D) **Usar cualquier procedimiento si una porción** de ALIMENTOS LISTOS PARA COMER congelados se descongela y se prepara para un servicio inmediato en respuesta a un pedido individual del CONSUMIDOR.

Preparación de alimentos



Para evitar la contaminación cruzada y el abuso de tiempo y temperatura durante la preparación:

- Antes de comenzar cualquier preparación de alimentos, todas las superficies de trabajo, vajilla, equipo y utensilios deben lavarse, enjuagarse y sanitizarse antes de entrar en contacto con los alimentos.
- Todos los manipuladores de alimentos deben seguir una estricta higiene personal.
- **Lave todas las frutas y verduras/vegetales antes de cortarlas o combinarlas con otros ingredientes**
- Al preparar alimentos, solo saque de la temperatura pequeñas cantidades de alimentos y devuélvalos a la temperatura lo más rápido posible
- Toda la carne cruda, el pescado y las aves de corral deben mantenerse separadas por tipo de carne.
- Todas las mesas de preparación para preparar carne, pescado y aves crudas deben mantenerse separadas de las mesas de preparación de alimentos listos para comer.
- Si no hay suficientes mesas de preparación, los alimentos se pueden preparar en un momento separado una vez que las mesas de preparación estén lavadas, enjuagadas y sanitizadas.



Control del tiempo y la temperatura durante la cocción

Cocinar los alimentos a la temperatura correcta es fundamental para controlar o reducir los patógenos a niveles seguros y prevenir enfermedades transmitidas por los alimentos

Para mantener el control de tiempo y temperatura, siga los requisitos mínimos de cocción:



Aves de corral enteras o molidas 165° durante <1 seg.



Carne molida: carne de res, cerdo, ternera, cordero, mariscos, incluidos los picados o desmenuzados, a 155° durante 17 segundos



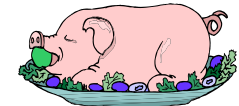
Cortes enteros de carne de res, cerdo, pescado, ternera, cordero, bistec o chuletas a 145° durante 15 segundos



Los ALIMENTOS vegetales que se cocinan para mantener en caliente deben cocinarse a una temperatura de 57 ° C (135 ° F).



Los asados de carne entera: incluidos los de carne de res, carne en conserva, cordero, cerdo y cerdo curado, como el jamón, se cocinarán: 62.8 ° C (145 °) 4 minutos



Control de tiempo y temperatura en el microondas

El control del tiempo y la temperatura es fundamental para la prevención del crecimiento de bacterias

Cocinar en el microondas



1. Antes de usar el microondas, asegúrate de que esté limpio.
2. Cubra la comida antes de colocarla en el microondas para cocinarla
3. Revuelva o gire a la mitad del proceso de cocción
4. Deje reposar la comida tapada durante 2 minutos después de cocinarla.
5. Mida la temperatura de los alimentos para asegurarse de que alcance los 165°

Los alimentos TCS **calientes** deben mantenerse a 135° o más durante:

Caliente

- **Recibir**
- **Almacenamiento**
- **Preparación**
- **Tenencia**
- **Mostrar**
- **Servir**

Los alimentos TCS **fríos** deben mantenerse a 41° o menos durante:

Frío

- **Recibir**
- **Almacenamiento**
- **Preparación**
- **Tenencia**
- **Mostrar**
- **Servir**

Enfriar los alimentos correctamente

Una vez que los alimentos calientes llegan a los 135°, debe comenzar el proceso de enfriamiento

El tiempo total es de 6 horas, de 135 a 41

Enfriar de 135° a 70° en 2 horas. (use baño de agua con hielo)

Corta los artículos grandes en pedazos más pequeños o divide grandes cantidades en cantidades más pequeñas

Luego enfríe de 70° a 41° en 4 horas más.
En el refrigerador

Nunca deje que los alimentos se enfríen a temperatura ambiente

NUNCA COLOQUE ALIMENTOS CALIENTES EN EL REFRIGERADOR

RECALENTAR ALIMENTOS

**Utilice equipo aprobados para el
recalentamiento**



**Calentar todos los alimentos a
165 ° dentro de las 2 horas.**

**Nunca coloque alimentos fríos
para calentar en la mesa de vapor**

**Una vez que la comida se
recalienta, no dejes que baje de
135°**

**La comida que se deja en la zona de
peligro durante 4 horas. No se puede
hacer segura recalentándola**

Contaminación cruzada:

Cuando los patógenos se transfieren de una superficie o alimento a otro

La contaminación cruzada puede causar una enfermedad transmitida por los alimentos cuando:

- Los ingredientes contaminados se añaden a los alimentos que están listos para comer
- Los alimentos listos para comer tocan superficies contaminadas
- Un manipulador de alimentos toca alimentos o superficies contaminadas, y luego toca alimentos listos para comer
- Las toallas de limpieza contaminadas tocan las superficies que tocan los alimentos.
- Usar el mismo utensilio para servir más de un alimento
- Las superficies de contacto con los alimentos simplemente se enjuagan o limpian en lugar de lavarse, enjuagarse y sanitizarse.

Para evitar la contaminación cruzada

- **Guarde los alimentos en recipientes limpios y tapados**
- **Almacene los alimentos en recipientes de almacenamiento de alimentos aprobados (no en recipientes para productos químicos)**
- **Guarde los alimentos listos para comer por encima de los mariscos, la carne y las aves crudos**
- **Almacene los alimentos solo en las áreas designadas para almacenar alimentos.**
- **Guarde los alimentos, equipos, utensilios, artículos de servicio único, delantales, manteles limpios, y guantes al menos a 6" del piso y lejos de la pared.**
- **Guarde los cubiertos con los mangos hacia arriba**
- **Guarde los vasos y tazas boca abajo sobre una superficie limpia**
- **Almacene los materiales tóxicos lejos de las áreas de preparación, servicio, y almacenamiento de alimentos**



Prevención de la contaminación cruzada durante el servicio

Servicio:

Los servidores deben seguir estas pautas estrictas durante el servicio:

- Lávese las manos antes de comenzar a trabajar
- No toque el vaso por el borde
- No coloque los dedos en el plato, sujételo por el borde
- Toque los cubiertos por el mango
- Evite tocar los alimentos con las manos descubiertas, use un utensilio limpio en su lugar
- Use un cucharón para servir hielo, NO use un vaso ni toque el hielo con las manos
- Guarde el cucharón de hielo fuera del hielo en un lugar limpio y protegido
- Use utensilios limpios para servir la comida
- No use hielo como ingrediente si se usó para enfriar bebidas

Autoservicio:



***Debe haber protectores contra estornudos en el autoservicio**

Todos los alimentos deben estar etiquetados, incluidos los cucharones de aderezo para ensaladas

Use un utensilio para cada alimento

Limpiar y desinfectar los utensilios después de cada tarea

Limpiar y desinfectar los utensilios al menos cada cuatro horas

Todas las carnes crudas deben mantenerse separadas de los alimentos listos para comer

Alérgenos alimentarios

Un alérgeno alimentario es una proteína alimentaria que provoca una respuesta inmunitaria adversa y puede causar la muerte.

Los 9 alimentos específicos que se conocen como los principales alérgenos alimentarios incluyen:



LECHE Y
LECHERÍA



SOJA



Semillas de sésamo
o ajonjolí



HUEVOS



CACAHUETES Y Nueces



TRIGO



PESCADO Y MARISCOS
COMO LANGOSTA, CAMARONES Y CANGREJO

EN LA SIGUIENTE PAGINA ESTÁ EL ROTULO QUE DEBE SER COLOCADO EN CADA ESTABLECIMIENTO DE ALIMENTOS, EN UN LUGAR QUE SEA ACCESIBLE PARA TODOS LOS EMPLEADOS DEL ESTABLECIMIENTO COMO ES REQUERIDO POR LA REGULACIÓN LOCAL Y ESTATAL

Concientización de los empleados del servicio de alimentos sobre los alérgenos

Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas | División de Protección al Consumidor | Sección de Alimentos y Medicamentos | Operaciones de Seguridad Alimentaria al Menor

Los **alérgenos** alimentarios representan un **GRAVE** riesgo para su salud y la de sus clientes, e incluso pueden causar la **MUERTE**. Sin embargo, algunas sencillas medidas pueden garantizar que usted y sus clientes estén plenamente informados y que todos disfruten de una experiencia segura. Una reacción alérgica es una respuesta del sistema inmunitario. En algunas personas, una alergia alimentaria puede causar síntomas graves o incluso una reacción potencialmente mortal conocida como **anafilaxia**.

9 principales alérgenos alimentarios



Síntomas de una reacción alérgica

- Urticaria
- Piel roja o sarpullido
- Hormigueo o comezón en la boca
- Inflamación de la cara, lengua o labios
- Vómito o diarrea
- Calambres abdominales
- Tos o respiración sibilante
- Mareo o vertigo
- Inflamación de garganta o cuerdas vocales
- Dificultad para respirar
- Pérdida del conciencia

Respuesta a reacción alérgica

¡Llame al 911 y solicite atención médica de emergencia!

- Dígame a la persona que experimente cualquiera de estos síntomas que deje de comer el alimento inmediatamente.
- Si la persona tiene medicación de emergencia, como *epinefrina*, y necesita usarla, **los empleados capacitados** pueden ayudar a la persona a administrarse el medicamento.



Procedimientos para prevenir una reacción alérgica

1. Concientización de los empleados de servicios alimentarios:

- Familiarícese con el menú actual.
- Identifique los principales alérgenos alimentarios utilizados en el establecimiento de comida.
- Póngase en contacto con su supervisor para obtener la información necesaria sobre alérgenos.

2. Evite el contacto cruzado de alérgenos:

- Utilice superficies de corte diferentes antes y después de manipular alimentos con alérgenos.
- Limpie y desinfecte el equipo y las superficies en contacto con los alimentos antes y después de manipular alimentos con alérgenos.
- Lávese las manos y cámbiese los guantes antes y después de manipular posibles alérgenos alimentarios.

Factores de riesgo de la alergia alimentaria

- Contacto cruzado de alérgenos con alimentos que no los contienen
- Edad
- Falta de información sobre el menú
- Asma
- Historia familiar
- Falta de conocimientos
- Otras alergias



TEXAS
Health and Human
Services

Texas Department of State
Health Services

Para evitar la contaminación cruzada

Limpiar y sanitizar correctamente es imprescindible para todos los manipuladores de alimentos

La diferencia entre limpiar y sanitizar



1. La limpieza es el proceso de usar un detergente o limpiador aprobado para eliminar los restos de comida visibles y la grasa de las superficies. Si la superficie no entra en contacto con los alimentos, puede limpiarla de esta manera



2. La sanitización consiste en utilizar un sanitizante aprobado para reducir los patógenos de las superficies a niveles seguros después de limpiarlas. Este procedimiento debe seguirse para todas las superficies que entren en contacto con alimentos



3. Ya sea usando un fregadero de 3 compartimentos, un lavavajillas o los 3 baldes, los pasos son los mismos. Lave, enjuague y sanitice todas las superficies en contacto con alimentos:

Antes de que entren en contacto con los alimentos.

Entre tareas (después de preparar carne cruda y antes de preparar alimentos listos para comer).

Después de interrumpir una tarea

Al menos cada cuatro horas si se usa de forma continua

Limpieza en su sitio



Agua y
jabón

Todos los equipos estacionarios que no se puedan llevar al fregadero o al lavavajillas deben limpiarse en su lugar antes de que entren en contacto con alimentos, después de entrar en contacto con carnes crudas y antes de tocar alimentos listos para comer, y al menos cada cuatro horas cuando se usen continuamente:



Agua
limpia
para
enjuagar

Desenchufe el equipo eléctrico antes de comenzar a limpiarlo
Lleve las piezas extraíbles al fregadero de 3 compartimentos o al lavavajillas

Lleve baldes con agua jabonosa y agua limpia para enjuagar

Traiga un balde o una botella rociadora con desinfectante

Remojar o frotar si es necesario

Lavar con agua jabonosa

Enjuague con agua limpia

Desinfectar y dejar secar al aire

Vuelva a colocar las piezas después del secado al aire



Desinfect
ante y
agua

Sanitizantes aprobados:

1. Cloro
2. Yodo
3. Compuesto de amonio cuaternario

Cómo asegurarse de que los desinfectantes sean efectivos:



- Asegúrate de que el agua esté a la temperatura adecuada
- Asegúrese de mezclar la cantidad correcta de desinfectante usando un kit de prueba para medir la concentración
- Utilice el kit de prueba adecuado para el desinfectante que se está utilizando
- Asegúrese de dejar los artículos en el desinfectante durante el tiempo adecuado
- Siga las recomendaciones del fabricante

Fregadero de Tres Compartimientos



COMO DESINFECTAR

Solución de Cloro

- Temperatura mínima de 75° F - 100° F
- 7-10 segundos en 25 - 100 ppm

Solución de Amonio

Cuaternario

- Temperatura mínima 75° F
- 30 segundos en 200 - 400 ppm

Solución de Yodo

- Temperatura mínima 75° F
- 30 segundos en 12.5 - 25 ppm

Todas las soluciones de desinfectante deben probarse para eficacia utilizando las tiras reactivas Utilice según las instrucciones del fabricante y Las Reglas de Establecimientos de Alimentos de Texas

Pasos para limpiar y sanitizar en un fregadero de 3 compartimentos

1. Enjuague, raspe o remoje los artículos antes de lavarlos.
2. Limpie los artículos en el primer fregadero usando un cepillo o una almohadilla de nailon para aflojar la comida y la grasa adheridas
3. Asegúrese de cambiar el agua cuando esté sucia o cuando la espuma haya desaparecido
4. Enjuaga los artículos en el segundo fregadero sumergiéndolos en el agua.
5. Cambia la gallina de agua si se ensucia o se llena de espuma.
6. Sanitize los artículos en el tercer fregadero sumergiéndolos en una solución desinfectante mezclada correctamente.
7. Nunca enjuague los artículos después de sanitizarlos, esto podría contaminar las superficies.
8. Seca al aire todos los artículos colocándolos boca abajo.
9. **NO** use toallas para secarlos

MAQUINA LAVATRASTES

Uso del lavavtrastes:



- 1. Asegúrese de que el lavavatrastes esté limpio, incluido el tanque de agua**
- 2. Llene los dispensadores de jabón y desinfectante**
- 3. Remojar los platos si es necesario**
- 4. Utilice las rejillas adecuadas**
- 5. Cargue los bastidores (no sobrecargue los bastidores)**
- 6. Revise los trastes para asegurarse de que salgan limpios y vuelva a lavarlos si es necesario**
- 7. Deje que los trastes se sequen al aire**

Mantenimiento del lavavatrastes:

- 1. Descalcifique el lavavatrastes a menudo**
- 2. Utilice únicamente detergentes aprobados para el lavavatrastes**
- 3. Compruebe la temperatura de la máquina con regularidad**
- 4. Informe al supervisor si el lavavatrastes no funciona correctamente**

Almacenamiento de productos químicos y artículos de limpieza

Los productos químicos y los productos de limpieza deben almacenarse de la manera correcta para evitar la contaminación de los alimentos



- ***Almacene los productos químicos lejos de donde se están preparando, almacenando o sirviendo los alimentos.***
- ***Asegúrese de etiquetar todos los productos químicos sacados del recipiente original con el nombre del producto químico.***
- ***Guarde todas sus herramientas de limpieza en un área bien iluminada y con ganchos para colgar sus escobas y mapeadores, lejos de donde se preparan, sirven o almacenan los alimentos.***
- ***Utilice el fregadero de servicio para limpiar herramientas y vaciar el agua sucia***
- ***NUNCA arroje agua sucia en inodoros o urinarios***

CONTROL DE PLAGAS

La plaga puede transmitir patógenos y enfermar a las personas
Negar comida y refugio, y trabajar con un operador de control de plagas con
licencia ayudará a prevenir una infestación de plagas



Reporte los signos de plaga a su supervisor:

1. Cucarachas: Huevos negros brillantes en forma de cápsula y un fuerte olor aceitoso
2. Ratas/ratones: Excrementos negros, nidos, agujeros en las paredes



Formas de prevenir una infestación de plagas:

1. Inspeccione las entregas en busca de signos de insectos
2. Selle todos los espacios dentro o fuera del edificio
3. Limpie los derrames rápidamente
4. Mantenga todos los alimentos cubiertos
5. Mantenga los botes de basura cubiertos cuando no estén en uso
6. Saca la basura tan pronto como se llene
7. Pisos limpios, incluso debajo de todo el equipo

