



HOJA INFORMATIVA SOBRE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA – LAVADO DE MANOS

INTRODUCCIÓN

El lavado de manos es la práctica más importante para mantener los alimentos seguros en cualquier entorno de servicio de alimentos. El personal de nutrición infantil puede proteger mejor la seguridad de ellos mismos a sus clientes lavándose las manos con frecuencia, correctamente y en los momentos adecuados.

ESTOS SON LOS HECHOS

Las enfermedades transmitidas por los alimentos son transmitidas por manipuladores de alimentos que contaminan las superficies de contacto con alimentos y alimentos.

Las personas que manejan alimentos cuando están enfermas o están cerca de alguien que está enfermo pueden transmitir esas enfermedades. Los individuos pueden simplemente tocar una superficie que está contaminada con una bacteria o virus y pasar eso a los demás.

El lavado adecuado reduce significativamente el riesgo de transmitir bacterias o virus que pueden causar enfermedades transmitidas por los alimentos a compañeros de trabajo y clientes.

Es importante saber cómo y cuándo lavarse las manos y las áreas expuestas de los brazos.



PASOS ADECUADOS PARA LAVARSE LAS MANOS

1. **Humedezca las manos con agua tibia** limpia y corriente, apague el grifo y aplique jabón.
2. **Enjabona** tus manos y antebrazos con el jabón. No se salte la parte posterior de las manos, entre los dedos y las uñas de los dedos.



3. **Frota** tus manos con jabón durante al menos 20 segundos. ¿Necesitas un temporizador? Hum la canción "Feliz Cumpleaños" de principio a fin twice.
4. **Enjuáguese** bien las manos con agua limpia y corriente.
5. **Séquese** las manos con una toalla limpia y desechable o séquelas al aire.

TIEMPOS CLAVE PARA LAVARSE LAS MANOS

- Al principio de un turno de trabajo y al regresar de cualquier descanso.
- Cuando conmovedor de una tarea de preparación de alimentos o área a otra.
- Después de quitar los guantes desechables y antes de ponerse un nuevo par

DESPUÉS

- Uso del baño Y antes de regresar a un área de preparación de alimentos
- Usar un pañuelo o tejido al estornudar o toser
- Tocar el cabello, la cara o el cuerpo
- Comer, beber o mascar chicle
- Manipulación de carnes crudas, aves de corral o pescado
- Limpie la actividad, como barrer, fregar o limpiar contadores
- Tocar platos sucios, equipos o utensilios
- Manejo de la basura
- Manejo del dinero
- Cada vez que las manos pueden haberse contaminado



Recuerde, siga los requisitos del departamento de salud estatal o local.