

Mantenga la seguridad, diga “No” a la contaminación cruzada

Semana 2: Lavarse las manos previene la contaminación cruzada

NATIONAL
**FOOD
SAFETY**
MONTH
September 2012



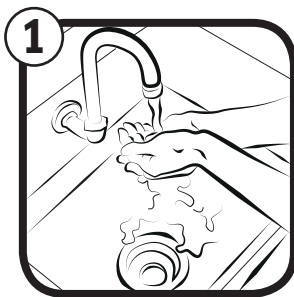
A diario, nuestras manos tocan superficies cubiertas de patógenos que no podemos ver. Hasta las personas sanas pueden propagar patógenos. Por esto, lavarse las manos es la parte más importante de la higiene personal. Aunque podría parecer algo básico, los empleados que manejan alimentos deben lavarse las manos correctamente y con la frecuencia necesaria para prevenir que las manos se conviertan en un vehículo de la contaminación cruzada. Estos son algunos consejos para lavarse las manos.

Dónde lavarse las manos

Lávese las manos en un lavabo designado para este propósito. No se lave las manos en los fregaderos para la preparación de alimentos, para lavar utensilios o para uso general.

Cómo lavarse las manos

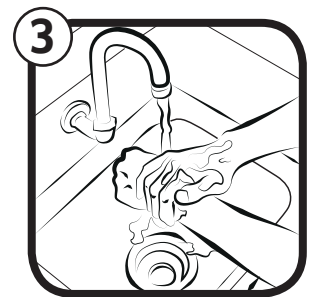
Siga estos pasos para lavarse correctamente las manos o las prótesis. Todo el proceso debe tomar unos 20 segundos.



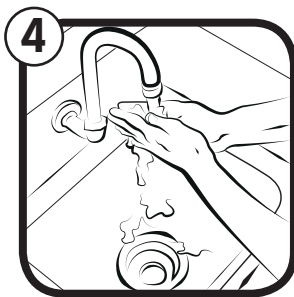
Mójese las manos y los antebrazos. Bajo un chorro de agua, tan caliente como pueda soportarla confortablemente. Debe ser de por lo menos 100°F (38°C).



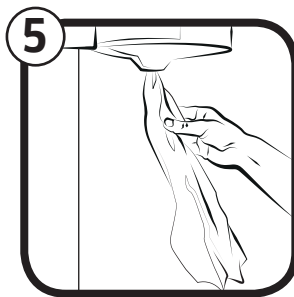
Aplique jabón. Aplique suficiente para hacer bastante espuma.



Frótese las manos y los antebrazos vigorosamente. Frótese de 10 a 15 segundos. Límpiense debajo de las uñas y entre los dedos.



Enjuáguese bien las manos y los antebrazos. Bajo un chorro de agua tibia.



Séquese las manos y los antebrazos. Use una toalla de papel de un solo uso o un secador de manos. Analice si debe usar una toalla de papel para cerrar el grifo y para abrir la puerta al salir del baño.



Mantenga la seguridad, diga “No” a la contaminación cruzada

Semana 2: Lavarse las manos previene la contaminación cruzada

NATIONAL
**FOOD
SAFETY**
MONTH
September 2012



Cuándo lavarse las manos

Los empleados que tocan alimentos deben lavarse las manos antes de empezar a trabajar. Los empleados que tocan alimentos también deben lavarse las manos después de las actividades siguientes:

- Ir al baño.
- Tocar carne, aves y mariscos crudos (antes y después).
- Tocar el cabello, la cara o el cuerpo.
- Estornudar, toser o usar un pañuelo de papel.
- Comer, beber, fumar o masticar chicle o tabaco.
- Manejar productos químicos que puedan afectar la seguridad de los alimentos.
- Sacar la basura.
- Limpiar mesas o acarrear platos sucios.
- Tocar la ropa o el delantal.
- Tocar dinero.
- Salir de la cocina/área de preparación y regresar a ella.
- Tocar animales de servicio o animales acuáticos.
- Tocar cualquier otra cosa que pueda contaminar las manos, como equipo sucio, superficies de trabajo o trapos de limpieza.



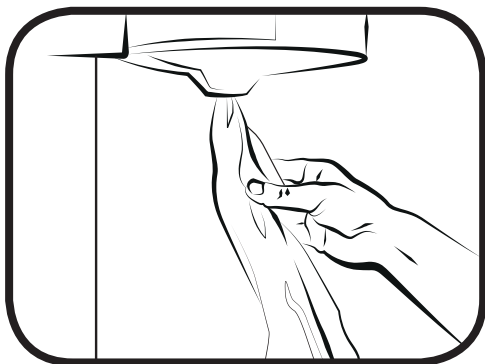
Mantenga la seguridad, diga "No" a la contaminación cruzada

Semana 2 | Actividad 1: Póngalos en orden

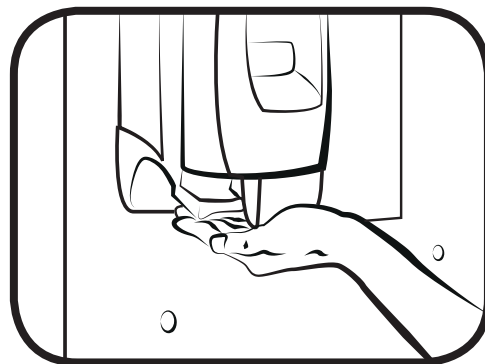
NATIONAL
FOOD
SAFETY
MONTH
September 2012



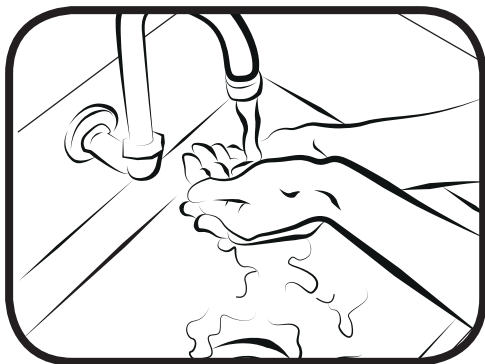
Instrucciones: Ponga en orden los pasos para lavarse las manos escribiendo el número del paso en el espacio correcto.



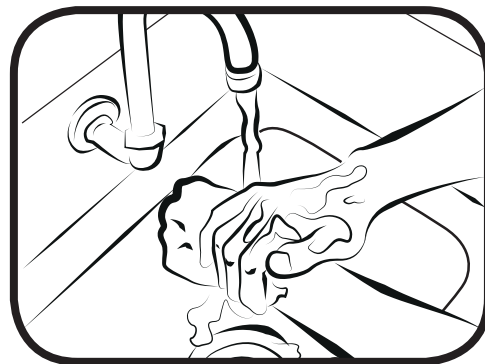
Séquese las manos y los antebrazos.



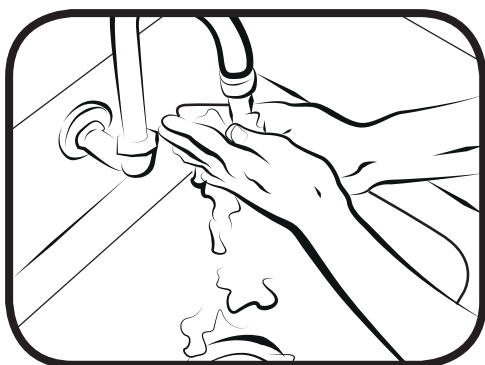
Aplique jabón.



Mójese las manos y los antebrazos.



Frótese las manos y los antebrazos vigorosamente.



Enjuáguese bien las manos y los antebrazos.

Mantenga la seguridad, diga “No” a la contaminación cruzada

Semana 2 | Actividad 2: Glo Germ™

NATIONAL
FOOD
SAFETY
MONTH
September 2012



Instrucciones: Glo Germ™ es un líquido que no es peligroso y que brilla cuando lo iluminan con luz negra. En este ejercicio se verá qué tan bien se lava las manos.

- Aplíquese Glo Germ™ en las manos. Frótese bien el líquido y asegúrese de que llegue entre los dedos.
- Lávese las manos. Trate de recordar los pasos correctos para lavarse las manos.
- Cuando termine de lavarse las manos, apague las luces y proyecte una luz negra sobre sus manos para ver qué tan bien se las ha lavado.
- Repase la importancia de lavarse las manos y de cómo lavarse las manos correctamente.

