

Practique buenos hábitos de higiene personal

Gerente:

Como gerente, debe poner el ejemplo. Poner el ejemplo y tener buenas prácticas de higiene personal tiene un impacto positivo en la conducta de los empleados. Además, recuerde mantener bien abastecido el lavabo para las manos y accesible para que los empleados se laven las manos.



A través de la ropa y las manos sucias, los patógenos que causan enfermedades pueden llegar a los alimentos y hacer que la gente se enferme. La manera más importante de prevenir esto es lavarse las manos. Lávese siempre las manos después de ir al baño, o cuando se ensucien. También puede causar una enfermedad transmitida por alimentos si tose o estornuda sobre los alimentos, si se toca una herida y después toca los alimentos, o si viene al trabajo cuando está enfermo.

Los buenos hábitos de higiene personal son fáciles y ayudan a mantener seguros los alimentos.

Lavado de las manos

- El lavado de manos toma unos 20 segundos. **Primero**, mójese las manos en un chorro de agua, tan caliente como pueda soportarla confortablemente. **Segundo**, aplique jabón. **Tercero**, frótese de 10 a 15 segundos. **Cuarto**, enjuáguese. **Quinto**, séquese las manos y los antebrazos con toallas de papel de un solo uso, o con un secador de aire.
- Lávese las manos sólo en un lavabo para las manos. Estos lavabos no debe usarse para otras tareas.

Guantes

- Lávese las manos antes de ponerse guantes y cuando los vaya a cambiar. Asegúrese de que los guantes se ajusten a las manos.
- Use sólo guantes desechables de un solo uso para manejar alimentos, y nunca enjuague, lave y vuelva a usar los guantes.

Vestimenta de trabajo

- Use siempre ropa y delantales limpios, y quítese los delantales cuando vaya al baño.
- Use siempre una gorra limpia u otro medio para cubrirse el cabello.
- Quítese las alhajas de manos y brazos. La única excepción es una sortija matrimonial lisa.

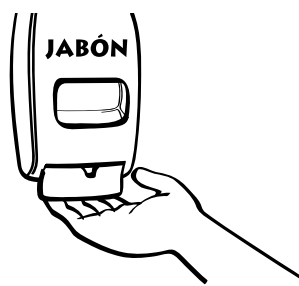
Dígale al gerente si tiene alguno de estos síntomas: vómito, diarrea, ictericia (coloración amarillenta de la piel y los ojos) o dolor de garganta y fiebre.

¿Qué errores cometió Jerry?

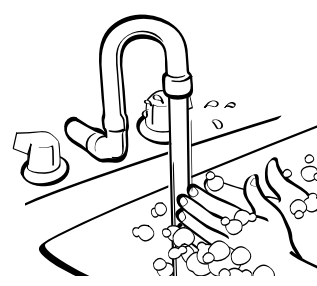
Instrucciones: Jerry está lavándose las manos después de ir al baño. Marque con una X cada paso en que cometió un error y explique cuál fue este error en el espacio disponible.



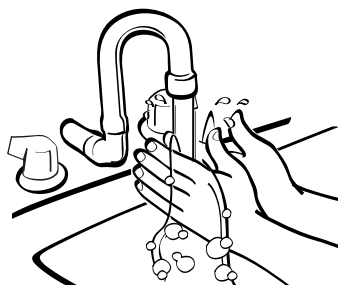
1 Jerry se moja las manos en un chorro de agua caliente.



2 Jerry se enjabona las manos.



3 Jerry se frota las manos y los antebrazos por 8 segundos.



4 Jerry se enjuaga bien en un chorro de agua.



5 Jerry se seca las manos en el delantal.

La mañana de Susana

Instrucciones: Lea esta historia y anote los errores que se cometieron.

Susana fue a toda prisa a trabajar y llegó justo a tiempo. Después de una rápida visita al baño, se miró en el espejo y se puso una pulsera antes de ir a la cocina. En el fregadero de preparación, se lavó las manos y se las secó en los pantalones. Después se puso un delantal y un par de guantes desechables.

Quando empezaba a preparar sándwiches se dio cuenta de que había dejado la gorra en su auto pero decidió que estaba muy ocupada para ir por ella. Después de terminar los sándwiches, Susana se puso un nuevo par de guantes y empezó a poner los postres en los platos.

