



Contacto de los Alimentos Listos para Comer con las Manos Descubiertas Preguntas y Respuestas

Estos lineamientos generales para el cumplimiento de las *Normas y los Reglamentos que Rigen a los Establecimientos de Comida Minoristas en el Estado de Colorado* han sido dispuestos por la División de Protección al Consumidor del Departamento de Salud Pública y del Medio Ambiente de Colorado. Se puede obtener mayor información sobre las normas y los reglamentos a través del teléfono 303-692-3620, o al visitar la página Web de la División en www.cdphe.state.co.us/cp

Antecedentes

A pesar de que el lavado de las manos es fundamental para la seguridad de los alimentos, los estudios recientes indican que el sólo lavado de manos no es suficiente para prevenir las toxiinfecciones alimentarias. La razón principal por la que los alimentos listos para comer no deben ser manipulados con las manos descubiertas es prevenir la contaminación de los alimentos por los virus y las bacterias que están presentes en el cuerpo. Los virus y las bacterias no son visibles al ojo humano, pero pueden estar presentes en sus manos si no se las lava bien, particularmente después de usar el baño. Las *Normas y los Reglamentos para los Establecimientos de Comida Minoristas en Colorado* prohíben el contacto de los alimentos listos para comer con las manos descubiertas y requieren que los trabajadores del servicio de alimentación mantengan una buena higiene de las manos.

¿Cómo se previene la contaminación a través de los alimentos que se preparan o se sirven?

Puede minimizar la contaminación transmisible a sus clientes al lavar sus manos, al tener cuidado de no contaminar de manera cruzada los alimentos, al no manipular los alimentos listos para comer con las manos descubiertas y al mantener un alto nivel de higiene personal. Con simplemente ser consciente de los peligros potenciales y tomar las medidas para minimizar estos riesgos, está dando un gran paso hacia la dirección correcta.

¿Cuándo debo lavar mis manos?

- Cuando regrese a la cocina después de ir al baño.
- Después de toser, estornudar, usar un pañuelo o toalla desechable, fumar, comer o beber.
- Cuando pase de trabajar con alimentos crudos de origen animal a trabajar con alimentos listos para comer.
- Después de tocar otras partes del cuerpo descubiertas distintas a las manos limpias o partes expuestas de los brazos limpios.
- Durante la preparación de los alimentos tan frecuente como sea necesario para remover el sucio y la contaminación y prevenir la contaminación cruzada cuando se cambie de tareas.
- Antes de colocarse los guantes desechables para manipular los alimentos, y después de quitarse unos guantes sucios para colocarse unos limpios.
- Después de manipular equipos o utensilios sucios.
- Después de tocar o manipular cualquier animal.
- Después de realizar cualquier actividad que contamine las manos.

¿Cómo se realiza un buen lavado de manos?

Todos los trabajadores involucrados en la preparación de alimentos deben lavarse las manos y las partes expuestas de los brazos con agua y jabón. Para obtener un buen lavado de las manos, se frota vigorosamente ambas manos y brazos con suficiente espuma durante al menos 20 segundos, seguidamente, se enjuagan bien con agua limpia. Utilice las toallitas desechables o secadores para secar las manos. No se necesitan jabones especiales, tales como los antibacteriales. Se pueden usar desinfectantes para las manos después de un lavado apropiado, pero nunca como sustituto del lavado de las manos.

¿Qué tipo de alimentos se consideran listos para comer y no deben ser manipulados con las manos descubiertas?

- las frutas y los vegetales frescos preparados y servidos crudos
- ensaladas y sus ingredientes
- carnes frías y sándwiches
- queso rallado
- panes, tostadas, roles y productos horneados
- guarniciones como lechuga, perejil, gajos de limón, papas fritas o pepinillos
- frutas o vegetales para bebidas mixtas durante su proceso de preparación
- hielo
- Cualquier alimento que no sea bien cocido o recalentado después de ser preparado

Se permite el contacto de las manos descubiertas con los alimentos que serán cocinados, como los ingredientes para cubrir la pizza, carne cruda y los ingredientes de cualquier receta antes de su cocción.

¿Cómo se preparan o sirven los alimentos listos para comer sin manipularlos con las manos descubiertas?

Puede usar cualquiera de los siguientes utensilios para preparar o servir los alimentos sin tocarlos con las manos descubiertas:

- pinzas
- tenedores y cucharas
- servilletas de papel
- guantes desechables
- papel encerado
- cucharones
- espátulas

¿Se deben usar guantes desechables esterilizados?

No. El reglamento no exige que se usen guantes, pero sí que se preparen y se sirvan los alimentos listos para comer sin tocarlos con las manos descubiertas. El uso de guantes desechables esterilizados es una de muchas otras formas aceptables de cumplir con el reglamento. Recuerde que los guantes son sólo una extensión de su mano. Si los guantes se ensucian, pueden transmitir la contaminación tan fácil como las manos sucias.

¿Cuándo tengo que reemplazar o cambiar los guantes?

Siempre debe cambiar los guantes si se rasgan, rompen o se contaminan. Existe el riesgo de contaminación después de usar el baño, fumar, toser, estornudar y preparar alimentos crudos. Siempre debe quitarse los guantes antes de dejar su puesto de trabajo y luego debe lavarse las manos. Los trabajadores de alimentos deben lavar sus manos y secarlas bien antes de colocarse guantes nuevos.

¿Cuál es la “manera correcta” de cambiarse los guantes?

Remueva y deseche los guantes. Lave y seque bien sus manos. Colóquese un par de guantes nuevos y limpios sin tocar nada.

¿Los cocineros de comida rápida deben usar guantes?

Los cocineros de comida rápida no deben manipular los alimentos listos para comer con las manos descubiertas. Una manera posible de prevenir el contacto de las manos descubiertas con los alimentos listos para comer es con el uso de guantes desechables. Otra forma es con el uso de utensilios tales como tenedores, pinzas, espátulas, o con la distribución de las tareas entre más de una persona siempre que sea posible.

¿Existen inquietudes sobre el uso de guantes y la alergia al látex?

Los trabajadores de establecimientos de comida que usen guantes de látex con frecuencia pueden correr el riesgo de desarrollar sensibilidad al látex. Los agentes alérgenos de los guantes pueden trasladarse a la comida y pueden causar una reacción en personas alérgicas. Existe a la disposición una gama de buenos sustitutos a los guantes de látex, entre los cuales figuran los guantes de vinilo, nitrilo, polivinilo, cloropreno o polietileno, y las servilletas de papel y las pinzas.

Existen alternativas aparte del uso de utensilios o guantes?

Sí. Algunos establecimientos han obtenido la aprobación de una Exoneración para Contacto con las Manos Descubiertas, lo que les permite manipular alimentos listos para comer con las manos

descubiertas. Entre los parámetros para esta exoneración se incluyen, entre otros, el lavado frecuente de las manos y un registro del lavado de las mismas. El incumplimiento de los parámetros de una exoneración traerá como consecuencia el revocamiento de esta exoneración por parte de la agencia reguladora.

¿Qué se puede hacer en caso de que un alimento listo para comer haya sido tocado con las manos descubiertas?

Puede calentar de manera prolongada la comida a la temperatura requerida para cocinar o recalentar, o bien desecharla, en caso de haber sido manipulada con las manos descubiertas.

¿Dónde se puede obtener mayor información sobre el lavado de las manos y el contacto de las manos descubiertas con los alimentos listos para comer?

Su departamento local de salud podrá aclarar cualquier duda o suministrar mayor información sobre el lavado de las manos, el contacto de los alimentos listos para comer con las manos descubiertas y cualquier información adicional importante sobre la prevención de las toxiinfecciones alimentarias.