



Middlesex-Essex
Public Health Collaborative

Andover. North Andover. Reading. North Reading. Haverhill. Lynnfield

Manual de manipuladores de alimentos

Guía de manipulación segura y saludable de
alimentos para establecimientos alimentarios



Información de contacto



La Colaboración de Salud Pública de Middlesex-Essex trabaja para regionalizar los esfuerzos de salud pública para las comunidades de Andover, North Andover, Reading, North Reading, Haverhill y Lynnfield.

Si tiene alguna pregunta sobre la manipulación segura de alimentos en su establecimiento, póngase en contacto con su respectivo Departamento de Salud.

Andover

36 Bartlett St, Andover, MA
(978) 623-8640
health@andoverma.gov

North Andover Andover

120 Main St, North Andover, MA
(978) 688-9540
healthdept@northandoverma.gov

Reading

16 Lowell St, Reading, MA
(781) 942-9061

North Reading

235 North St, North Reading, MA
(978) 957-5242

Haverhill

4 Summer St, Haverhill, MA
(978) 374-2338

Lynnfield

55 Summer St, Lynnfield, MA
(781) 334-9480



Table of Contents

PROPÓSITO		3
RESPONSABILIDADES DEL OPERADOR		4
CONTROLES DE TEMPERATURA		6
HIGIENE DE LOS EMPLEADOS		9
PREPARACIÓN DE ALIMENTOS		12
FECHADO DE ALIMENTOS		15
ALMACENAMIENTO		17
INSTALACIONES Y EQUIPOS		18
MANTENIMIENTO GENERAL DE LAS INSTALACIONES		19
AVISO A LOS CONSUMIDORES		20
ALÉRGENOS		20

Propósito

"Aunque el suministro de alimentos en Estados Unidos es uno de los más seguros del mundo, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades estiman que cada año 48 millones de personas enferman de enfermedades transmitidas por los alimentos, 128.000 son hospitalizadas y 3.000 mueren de enfermedades transmitidas por los alimentos. La prevención de las enfermedades y muertes transmitidas por los alimentos sigue siendo un importante reto para la salud pública.

Este manual está diseñado para proporcionar a los operadores, a la dirección y al personal de los servicios alimentarios unas directrices seguras para la manipulación de los alimentos con el fin de reducir el riesgo de enfermedades transmitidas por los alimentos. Las enfermedades transmitidas por los alimentos pueden devastar una comunidad y pasar una grave factura financiera a la industria alimentaria. **Ponga de su parte siguiendo las directrices de seguridad alimentaria todos los días.**



Responsabilidades del operador

El operador de un establecimiento alimentario es responsable de muchas acciones para garantizar un servicio alimentario seguro:

- Asegúrese de que la persona designada como responsable tenga suficientes conocimientos sobre seguridad alimentaria
- Presente los planos al Departamento de Sanidad para cualquier remodelación o cambio significativo en el menú antes del cambio
- Presentar un plan APPCC debidamente preparado antes de poner en marcha cualquier proceso especial



Responsable

En Massachusetts, los departamentos de salud locales hacen cumplir el código alimentario de la FDA. El código alimentario esboza las responsabilidades que cada encargado debe supervisar. Durante las operaciones, un encargado designado es responsable de lo siguiente:

- Mantener una certificación como gestor de protección alimentaria
- Tener y demostrar conocimientos sobre seguridad alimentaria
- Asegúrese de que los suministros alimentarios proceden de una fuente comercial y acreditada
- Controlar la salud, la higiene y el lavado de manos de los empleados
- Supervisión diaria de las temperaturas de cocción de los alimentos potencialmente peligrosos
- Supervisión diaria de las temperaturas de los alimentos durante la conservación en frío y la observación en caliente Supervisión rutinaria de los métodos y equipos de desinfección
- Asegúrese de que los empleados evitan la posible contaminación de los alimentos listos para el consumo
- Asegúrese de que los empleados del sector alimentario están debidamente formados en seguridad alimentaria en lo que respecta a las funciones que tienen asignadas Tome inmediatamente medidas correctoras y notifique al
- Departamento de Salud de cualquier peligro inminente para la salud, como incendios, inundaciones, pérdida de electricidad o agua, atascos de aguas residuales, brote de enfermedades transmitidas por los alimentos, uso indebido de productos químicos, etc.
- Aconsejar a los consumidores sobre los alérgenos

¿Por qué es tan importante una correcta manipulación de los alimentos?

Los virus y las bacterias son responsables del 98% de las enfermedades transmitidas por los alimentos. Algunos virus comunes que pueden causar enfermedades transmitidas por los alimentos son la hepatitis A y el norovirus. Estos virus se transmiten principalmente de las heces a la boca (vía fecal-oral), por lo que es extremadamente importante lavarse bien las manos. Los virus pueden ser transportados por cualquier alimento. Los virus no crecen en los alimentos.

Algunas bacterias comunes que pueden causar enfermedades transmitidas por los alimentos son Salmonella sp., E. coli 0157:H7, Shigella, Staphylococcus aureus, Bacillus cereus, Clostridium perfringens, Clostridium botulinum, Campylobacter jejuni, Listeria y muchas otras. Las bacterias pueden crecer en los alimentos "TCS" si no se manipulan adecuadamente. En condiciones óptimas, las bacterias tienen tasas de crecimiento rápidas. Esto hace que los controles de temperatura y la seguridad alimentaria sean extremadamente importantes.

Control de tiempo/temperatura para la seguridad: Un alimento que requiere control de tiempo/temperatura para su seguridad (TCS) para limitar el crecimiento de microorganismos patógenos para la formación de toxinas.

Para ser un alimento TCS, un alimento debe ser:

1. Húmedo
2. No ácido (pH igual o superior a 4,6)
3. Una fuente de alimento para las bacterias (alto contenido en proteínas)

Algunos alimentos comunes del TCS incluyen:

- Todas las carnes
- Productos lácteos
- Huevos
- Verduras cocidas
- Tofu, tempeh, leche de soja
- Alubias cocidas, pastas, cereales
- Arroz cocido
- Brotes de semillas crudas (brotes de alfalfa, brotes de judías, etc.)
- Ajo, cebolla o hierbas en aceite
- Cortar melones
- Verduras de hoja verde cortadas



Controles de temperatura

Unos controles de temperatura y unas prácticas de manipulación de alimentos adecuados son extremadamente importantes para evitar la proliferación de bacterias en los alimentos TCS.

La "zona de peligro" es el intervalo de temperaturas entre 41°F y 135°F. Las bacterias crecen muy rápidamente en la zona de peligro. Por esta razón, deben controlarse cuidadosamente las temperaturas adecuadas de refrigeración, recalentamiento, mantenimiento en frío, mantenimiento en caliente y cocción.

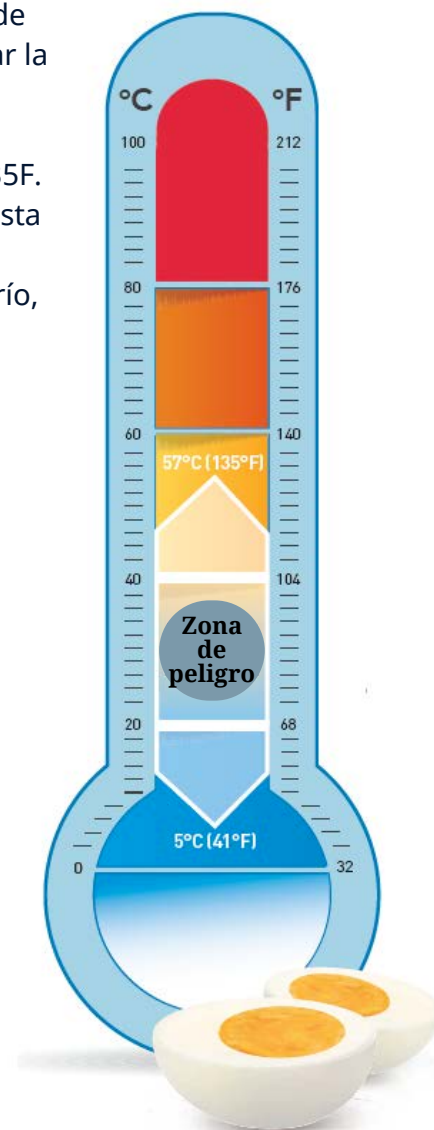
Registros de temperatura

Recomendamos el uso de cartulinas o registros de temperatura para registrar y verificar las temperaturas adecuadas.

- Compruebe y registre las temperaturas cada 2 horas
- Controle tanto las temperaturas de los alimentos como las del equipo

Rangos de temperatura clave

- **Conservación en frío:** Los alimentos fríos deben mantenerse a 41°F o menos en todo momento. Esto incluye la refrigeración, las barras de ensalada y durante el transporte
- **Mantenimiento en caliente:** Los alimentos calientes deben mantenerse calientes a 135°F o más en todo momento. Esto incluye mesas de vapor, encimeras de estufas, armarios calefactores y durante el transporte.



Temperaturas mínimas de cocción

Todos los productos crudos deben alcanzar una lectura de temperatura interna como la siguiente:

- **Aves y relleno (incluyendo carne de cangrejo o queso):** 165°F durante 15 segundos
- **Carne picada y huevos revueltos:** 155°F durante 15 segundos
- **Pescado, marisco, huevos, cerdo y "otras" carnes:** 145°F durante 15 segundos
- **Bistec de ternera poco hecho o asado de ternera:** 130°F durante 122 minutos

Nota; Si un alimento de origen animal se va a servir crudo o poco cocinado, debe tener un "aviso al consumidor". Para más detalles sobre los avisos al consumidor, consulte la página 14.

Procedimientos de refrigeración

Los alimentos deben enfriarse lo más rápidamente posible para evitar la proliferación de bacterias a medida que descienden por la zona de peligro.

Al enfriar **alimentos calientes**, los alimentos deben enfriarse de 135F a 70 en 2 horas, y luego de 70F a 41F en 4 horas o menos.



Al **enfriar alimentos desde la temperatura ambiente**, los alimentos deben enfriarse de 70F a 41F en 4 horas o menos.

Métodos de refrigeración

- **Refrigeración**
 - Divida la comida en porciones más pequeñas (las porciones pequeñas se enfrían más rápido que las grandes) Utilice cacerolas poco profundas de 2"-4" espaciadas para permitir el flujo de aire alrededor de las cacerolas
 - No tape hasta que los alimentos alcancen los 41F
 - Utilice recipientes que transfieran el calor, por ejemplo, cacerolas metálicas
- **Baño de hielo**
 - Llene el recipiente de hielo y agua hasta el nivel de los alimentos
 - Remover regularmente
- **Paletas de hielo**
 - Es mejor para sopas, salsas y otros alimentos poco espesos
 - Utilice la paleta de hielo junto con el método de refrigeración o el método del baño de hielo
 - Colóquelo en alimentos refrigerantes al alcanzar 134F.
 - Los alimentos más calientes agrietarán el plástico
- **Utilice hielo como ingrediente en lugar de agua**



Enfriar en bandejas poco profundas en cámaras frigoríficas. Si se enfría en estanterías, asegúrese de que haya una circulación de aire adecuada alrededor de los recipientes y las cacerolas.



Si utiliza un baño de hielo, remueva con frecuencia.



Mantenga limpias las paletas de hielo y colóquelas dentro de los alimentos para facilitar el proceso de enfriamiento.

Recalentamiento

Después de enfriarse, todas las sobras y los alimentos precocinados deben recalentarse a un mínimo de 165F en un plazo de 2 horas si se colocan en mantenimiento caliente. Si recalienta un alimento preparado comercialmente por primera vez, recalíentelo a un mínimo de 135F en un plazo de 2 horas si se coloca en mantenimiento caliente. Si se trata de un alimento que se va a consumir inmediatamente, se puede recalentar a cualquier temperatura.



Métodos de recalentamiento

- Estufa
- Horno
- Microondas
- Otros equipos de calentamiento rápido

Cuando utilice un microondas

- Cubra los alimentos
- Remover con frecuencia
- Espere 2 minutos antes de comprobar la temperatura y servir



No recaliente alimentos en mesas de vapor u otros equipos de mantenimiento en caliente.

Termómetros

Todos los establecimientos de servicios alimentarios deben tener un termómetro para controlar la temperatura de los alimentos y termómetros de nevera para controlar la temperatura del interior de las unidades de refrigeración. Los establecimientos que cocinan alimentos finos, como hamburguesas o filetes de pescado, también deben disponer de un termopar o termistor de pequeño diámetro, que toma la temperatura en la punta. Al deben ser precisos y calibrarse con regularidad.

Para calibrar termómetros de vástago metálico

- Coloque el vástago del termómetro en un vaso lleno de hielo y agua a partes iguales
- Espere 15-20 segundos; si el termómetro no lee 32F, debe calibrarse

Termómetros digitales inexactos

- Siga las instrucciones del fabricante para recalibrar el termómetro
- Algunos pueden necesitar ser ajustados por el fabricante



Higiene de los empleados

Lavado de manos

Lavarse las manos correctamente es la forma más eficaz de detener la propagación de enfermedades.

Cuándo lavarse las manos

- Después de tocar partes desnudas del cuerpo humano que no sean las manos limpias y las partes limpias y expuestas de los brazos
- Después de ir al baño
- Después de cuidar o manipular un animal de servicio o animales acuáticos
- Después de toser, estornudar, utilizar un pañuelo o pañuelo desechable, consumir tabaco, comer o beber
- Después de manipular equipos o utensilios sucios
- Durante la preparación de los alimentos, tantas veces como sea necesario
- Al pasar de trabajar con alimentos crudos a alimentos listos para el consumo
- Antes de ponerse los guantes para iniciar una tarea que implique alimentos
- Después de realizar otras actividades que contaminen las manos



Los lavamanos solo se utilizarán para lavarse las manos y deberán estar provistos de:

- Agua corriente caliente y fría (85 °F como mínimo)
- Jabón
- Toallas de papel

Los lavamanos nunca deben bloquearse ni utilizarse para otros fines (por ejemplo, verter líquidos, enjuagar recipientes, llenar cubos de desinfectante, llenar jarras de agua, etc.).

Los desinfectantes de manos solo funcionan con las manos limpias y no matan el norovirus ni la hepatitis A. Por lo tanto, no son necesarios en un establecimiento de venta de alimentos al por menor. El desinfectante de manos nunca debe utilizarse en lugar de lavarse las manos

Contacto a mano desnuda

Los alimentos listos para el consumo nunca deben manipularse con las manos desnudas (es decir, ensaladas, fruta, pizza, sándwiches, sushi, etc.). El contacto con las manos desnudas puede evitarse utilizando guantes de un solo uso, utensilios, papel de charcutería, etc.).

Alimentos listos para el consumo: Se trata de alimentos que no requieren más cocción o calentamiento antes de ser servidos. Estos alimentos son los que corren mayor riesgo de transmitir enfermedades fecales-orales (es decir, virus, incluidos los de la hepatitis A y el norovirus) que provienen de las manos contaminadas.

Algunos alimentos listos para el consumo son:

- Ensaladas
- Frutas y verduras frescas
- Pizza
- Bocadillos
- Queso
- Sushi
- Bebidas, hielo
- Galletas y pasteles



Guantes

Estos son algunos consejos que debe recordar cuando utilice guantes de un solo uso para evitar el contacto con las manos desnudas:

- Lávese siempre las manos antes de ponerse un nuevo par de guantes
- Cámbiese los guantes y lávese las manos cada vez que los guantes se contaminen:
 - Después de manipular carne, aves, pescado o huevos crudos
 - Después de tocarse la cara con un guante o estornudar/ toser en el guante
 - Después de tocar platos o cubos de basura sucios
 - Siempre que cambie de tarea
- Los guantes deben llevarse sobre un vendaje, corte, quemadura o llaga
- Los guantes deben considerarse una extensión de su mano
- Los guantes no sustituyen las buenas prácticas de lavado de manos



Todos estos son métodos que pueden utilizarse para evitar el contacto de las manos desnudas con los alimentos listos para el consumo. Ninguno de estos métodos sustituye la necesidad de unas buenas prácticas de lavado de manos.

Empleados enfermos

Los empleados enfermos pueden correr un alto riesgo de contaminar los alimentos y los utensilios con bacterias o virus. Por esta razón, los empleados enfermos deben ser **restringidos o excluidos** de trabajar en la cocina con alimentos y equipos de servicio de alimentos.

Los empleados deben ser restringidos o excluidos si manifiestan alguno de los siguientes síntomas:

- Diarrea
- Vómitos
- Fiebre
- Ictericia
- Dolor de garganta con fiebre
- Cortes/lesiones infectados en manos, muñecas
- Tos persistente, estornudos, secreción nasal



Restringir significa limitar la actividad de un empleado del sector alimentario para que no exista riesgo de transmisión de una enfermedad transmisible a través de los alimentos y el empleado no trabaje con alimentos expuestos, equipos limpios, utensilios, mantelería o artículos de un solo servicio sin envasar.

Excluir significa impedir que la persona trabaje como empleado alimentario o entre en las zonas no públicas de un establecimiento de venta de alimentos al por menor. Los establecimientos que sirven a una población altamente susceptible deben excluir a los empleados enfermos.

Todo empleado al que se le diagnostiquen las siguientes enfermedades no deberá trabajar en ninguna zona de un establecimiento alimentario en cualquier puesto en el que exista la posibilidad de que los alimentos, las superficies en contacto con los alimentos u otras personas puedan contaminarse con el organismo patógeno

- Salmonella
- Staphylococcal intoxication
- Shigella spp.
- Siga toxin-producing E. coli
- Hepatitis A
- Strep Throat
- Acute Respiratory infection

Políticas para los trabajadores de la alimentación

Todos los empleados deben mantener buenas prácticas de higiene:

- Los empleados pueden consumir alimentos y fumar solo en zonas alejadas de los alimentos y utensilios
- Las bebidas pueden almacenarse en recipientes limpios y cerrados que no contaminen las manos.
- Las bebidas deben almacenarse debajo y separadas de los alimentos, las superficies de preparación, los utensilios, etc.
- Los trabajadores del sector alimentario deben llevar el pelo recogido y ropa exterior limpia
- Los trabajadores del sector alimentario deben llevar las uñas recortadas y limpias; no deben llevar joyas en las manos ni en los brazos, excepto un anillo de boda sencillo
- Los delantales deben quitarse antes de entrar en el aseo o salir de la zona de preparación de alimentos
- Las toallas de tela y los delantales no deben utilizarse para limpiarse las manos

Preparación de alimentos

Preparación de productos

En los últimos años se han producido cada vez más brotes de enfermedades transmitidas por los alimentos debido a productos contaminados. Tome las siguientes medidas para reducir el riesgo de enfermedades transmitidas por los alimentos debido a productos contaminados:

- Todos los productos deberán compartirse minuciosamente en un fregadero limpio y homologado utilizando un escurridor y agua corriente fría.
- Lave los productos antes de cortarlos o prepararlos (incluidos limones, melones, cebollas, aguacate, champiñones, col, lechuga, calabaza, etc.)

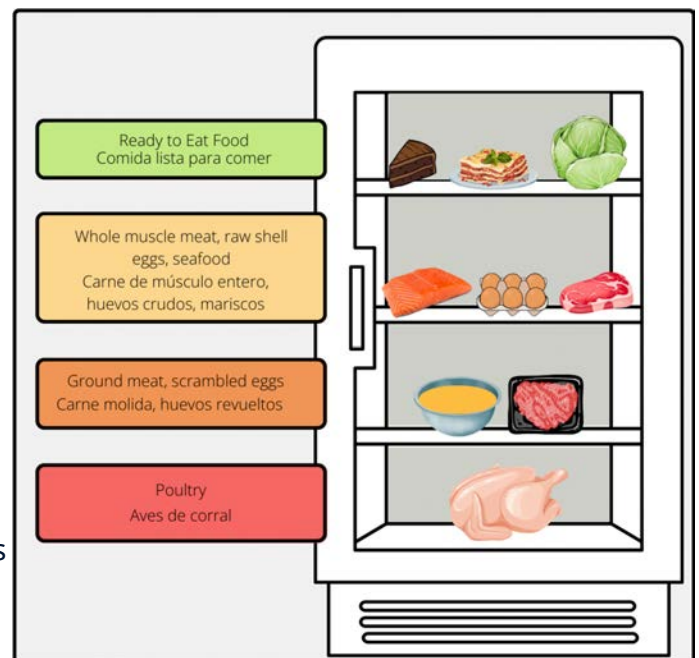


Contaminación cruzada

La contaminación cruzada es la posible propagación de bacterias de una fuente contaminada (pollo crudo, carnes, pescado, huevos; utensilios y equipos contaminados, etc.) a otro alimento o superficie.

Prevenga la contaminación cruzada:

- Almacene los alimentos adecuadamente: Las carnes crudas, las aves de corral, el pescado y los huevos deben almacenarse en el estante inferior de la nevera, debajo y separados del resto de alimentos
- Utilice una bandeja de goteo debajo de la carne cruda, las aves, el pescado o los ovoproductos
- Cámbiese los guantes y lávese las manos después de manipular cualquier carne, huevo, ave o pescado crudos.
- Lave, aclare y desinfecte todas las tablas de cortar, cuchillos, utensilios, mesas de preparación, fregaderos, etc. después de trabajar con productos cárnicos crudos y antes de preparar cualquier otro alimento.
- Lave, aclare y desinfecte todas las superficies de trabajo, incluidas las tablas de corte, los fregaderos, las mesas de preparación, las cortadoras, los utensilios, etc., al menos cada 4 horas durante un uso constante.



Calidad y fuentes de alimentos

Todos los alimentos de los establecimientos de servicio alimentario deben obtenerse de una fuente autorizada.

- Verifique que su proveedor dispone de documentación que demuestre que es un establecimiento mayorista autorizado.
- Todas las carnes, aves y huevos deben llevar el sello de aprobación del USDA en el envase.
- El pescado que se vaya a utilizar para sushi o que se considere de calidad para sushi debe tener una carta de su proveedor que verifique que se han realizado las técnicas de congelación requeridas, a menos que usted mismo pueda realizar este paso adecuadamente y cuente con la aprobación de su Junta de Sanidad.
- Los mariscos deben proceder de lugares de recolección autorizados y llevar las etiquetas adjuntas. Conserve todas las etiquetas de marisco durante un mínimo de 90 días después de que se haya servido la última ración. Debe marcar en cada etiqueta la fecha en que se terminó el producto.
- No utilice huevos crudos en ningún alimento listo para el consumo. Los huevos pasteurizados pueden utilizarse como sustituto de los huevos crudos en recetas listas para el consumo como el aliño de la ensalada César, la mousse de postre, el tiramisú, etc.

DEALER NAME		CERT. NO.
Dealer Address		
City, State, ZIP Code		
ORIGINAL SHIPPER'S CERT. NO. IF OTHER THAN ABOVE		
HARVEST DATE		
HARVEST LOCATION		
TYPE OF SHELLFISH		
QUANTITY OF SHELLFISH		
THIS TAG IS REQUIRED TO BE ATTACHED UNTIL CONTAINER IS EMPTY AND THEREAFTER KEPT ON FILE FOR 90 DAYS.		
RETAILERS, INFORM YOUR CUSTOMERS Thoroughly cooking foods of animal origin such as beef, eggs, pork, lamb, poultry, or shellfish reduces the risk of foodborne illness. Individuals with certain health conditions may be at higher risk if these foods are consumed raw or undercooked. Consult your physician or public health official for further information.		

Garantizar que todos los alimentos estén sanos y libres de deterioro

- Compruebe si las latas presentan abolladuras, hinchazones o fugas en el momento de la entrega. Rechácelas si encuentra algún problema. No utilice nunca una lata hinchada o con fugas. Las conservas caseras no deben utilizarse en absoluto.
- Compruebe las temperaturas y la calidad de los alimentos en el momento de la entrega.
 - Rechace los artículos cuestionables
 - Los alimentos fríos deben estar a 41F en el momento de la entrega, excepto la leche, los huevos y el marisco, que pueden entregarse a 45F.
- No utilice alimentos en mal estado o mohosos.
- Deben respetarse las fechas de caducidad o de consumo preferente y no pueden alterarse ni cubrirse de ninguna manera.
- Almacene los alimentos de forma protegida
 - Todos los alimentos deben estar al menos a 6" del suelo.
 - Cubra y etiquete los alimentos en zonas de almacenamiento secas.
 - Nunca almacene alimentos debajo o cerca de conductos de aguas residuales químicas, herramientas o cualquier otra posible fuente de contaminación.
 - Almacene los productos enlatados a 70F.



Etiquetado de alimentos in situ

Todos los alimentos envasados deben estar etiquetados de acuerdo con las normativas de etiquetado federales y de Massachusetts, incluidos todos los alimentos destinados a la venta al por menor que se fabriquen en cocinas residenciales autorizadas. **¿Qué tiene que hacer?**

Las carnes crudas y las aves de corral que se envasan in situ para los clientes deben contener siempre la etiqueta de manipulación segura



Los alimentos preparados que elabore in situ y envase previamente deben llevar una etiqueta con lo siguiente:



- Nombre del producto (nombre común)
- Nombre y dirección de la empresa
- Lista de ingredientes (de mayor a menor en peso)
- Peso neto del producto en onzas o libras Y gramos o litros
- Los alérgenos deben aparecer de una de estas tres maneras:
 - Lista en el nombre o en la lista de ingredientes
 - Inclúyalo en la lista de ingredientes si no identifica claramente el alérgeno. Ejemplo: Harina (trigo)
 - Lista después de la palabra "contiene". Ejemplo: Contiene huevos

El reenvasado de alimentos a granel en cantidades más pequeñas antes de la selección del cliente requiere una etiqueta con la siguiente información:

- Nombre común del alimento
- Lista de ingredientes (de mayor a menor en peso)
- Peso neto en onzas o libras Y gramos o litros
- "Envasado por" (la dirección de su empresa); o el
- Nombre y dirección del fabricante
- Alérgenos si están presentes como se ha descrito anteriormente

Nota: Se requiere una etiqueta alimentaria adecuada si algún alimento está preenvasado y disponible para el autoservicio (excepto en un bufé o en la cola de una cafetería) o si está haciendo una declaración de propiedades saludables o nutritivas sobre el alimento).

Requisitos de fechado de alimentos

¿Qué es el fechado de alimentos y cómo se utiliza? El fechado de alimentos es una forma de garantizar que los alimentos siguen siendo seguros para su consumo y es obligatorio por ley. El fechado de alimentos es un sistema de identificación de los alimentos listos para el consumo, conservados durante más de 24 horas, para saber su antigüedad. El sistema identifica cuándo debe desecharse el alimento.

¿Es necesario que mis alimentos estén fechados? Si su respuesta a las 5 preguntas es "sí", entonces los alimentos deben llevar marca de fecha:

- ¿Requiere la comida refrigeración?
- Si está envasado comercialmente, ¿se ha abierto el envase original?
- ¿Está la comida lista para comer? Ejemplos: carne de vacuno cocinada en frío, pizza fría. ¿Es el alimento un alimento con control de tiempo/temperatura para la seguridad (TCS)?
- ¿Creecerán bacterias causantes de enfermedades si se deja sin refrigerar?
- ¿Estarán los alimentos en el establecimiento durante más de 24 horas? Esto cuenta incluso si el alimento está, o va a estar, mezclado con otra cosa para crear un nuevo producto.

¿Cuándo desechar los alimentos? Cuando los alimentos se conservan a 41F o menos, debe desecharlos en un plazo de 7 días. El día en que abre el envase o prepara el alimento se considera el Día 1.

Si el alimento lleva una fecha de caducidad, ¿no es lo mismo que un fechado de alimento? No, la fecha de caducidad indica la garantía de calidad del fabricante. Usted añade una marca de fecha para garantizar la seguridad del alimento. La fecha marcada por su establecimiento alimentario no puede superar la fecha de caducidad.

¿Tiene un establecimiento que pasa alimentos que fecharlos? Cualquier alimento que no se utilice o deseche en un plazo de 24 horas debe fecharse.

¿Y si congela los alimentos? Congelar los alimentos "detiene" el reloj que marca la fecha, pero no lo reinicia. Por ejemplo, si los alimentos se almacenan a 41F durante 2 días y luego se congelan, aún pueden utilizarse durante 5 días más cuando empiecen a descongelarse. Es necesario poner en el envase la fecha de congelación y la de descongelación junto con la nueva fecha de desecho.

¿Qué pasa si mezclo el alimento con otra cosa? Cuando se mezclan alimentos, la fecha del alimento más antiguo se convierte en la nueva fecha de desecho.

¿Hay exenciones? Sí. Los siguientes alimentos no requieren fechado de alimentos:

- Ensaladas delicatessen como las de marisco, pollo o pasta fabricadas en una planta comercial
- Quesos duros como el cheddar, el gruyere, el parmesano, el reggiano y el romano
- Quesos semicurados como el edam, el azul, el gorgonzola, el gouda y el Monterey Jack
- Productos lácteos cultivados como el yogur, la crema agria y el suero de leche
- Conservas de pescado como arenque en escabeche y bacalao seco o salado
- Salchichas secas estables en almacén como el pepperoni y el salami o productos salados como el prosciutto que no lleven la etiqueta "mantener refrigerado"
- Aliños acidificados comerciales como la mayonesa y la salsa Thousand Islands
- Las porciones no cortadas de embutidos procesados siguen totalmente envasadas en celulosa

Limpieza y desinfección

La **limpieza** consiste en eliminar la suciedad, la tierra y los residuos. La **higienización** consiste en la reducción de los microorganismos causantes de enfermedades.

Todo el equipo de servicio de alimentos debe lavarse, enjuagarse y luego desinfectarse:

- Al menos cada 4 horas durante el uso continuado
- Cada vez después de preparar carne, aves, pescado o huevos crudos



Tanto si lava la vajilla en un fregadero de 3 compartimentos como en un lavavajillas mecánico, debe seguir los mismos pasos. ¡No seque nada con una toalla de tela!



Desinfectantes

Los desinfectantes se utilizan para reducir a niveles seguros el número de patógenos que pueden encontrarse en el equipo de los servicios alimentarios. Tanto los desinfectantes químicos como la desinfección con agua caliente son métodos aprobados para desinfectar el equipo.

Desinfectantes químicos aprobados y concentraciones:

- Cloro (lejía): 50-100 ppm (200 ppm es la concentración máxima permitida; por encima de 200 ppm se considera tóxico)
- Amonio cuaternario: Siga los requisitos del fabricante, la concentración adecuada puede variar según el fabricante
- Yodo: 12,5-25 ppm (por encima de 25 ppm se considera tóxico)
- Desinfección con agua caliente: La superficie de los platos debe alcanzar 160F. Esto normalmente significa que el dial debe alcanzar 180F



Los platos deben estar en contacto con desinfectantes de cloro durante 10 segundos y de amoníaco cuaternario o yodo durante 30 segundos.



Los establecimientos deben disponer de las tiras reactivas adecuadas para su desinfectante a fin de garantizar las concentraciones apropiadas.



Los discos o tiras simuladores de temperatura de vajilla pueden utilizarse para garantizar que los métodos de higienización con agua caliente alcanzan las temperaturas correctas.

Almacenamiento

Almacenamiento de utensilios en uso

Los utensilios en proceso de uso para la preparación de alimentos pueden almacenarse:

- En la comida con el mango hacia arriba, fuera de la comida
- En una superficie limpia y seca En agua a 135F o más
- En un pozo de inmersión aprobado (agua corriente)
- NUNCA guarde los utensilios en uso en desinfectante o agua a temperatura ambiente



Almacenamiento y uso de paños de limpieza

Los paños de limpieza deben guardarse en solución desinfectante limpia entre usos.

Deben proporcionarse cubos separados de desinfectante para los paños de limpieza:

- Zonas de preparación de carne cruda
- Zonas sin contacto con los alimentos (mostradores, mesas de comedor)
- Zonas en contacto con los alimentos (tablas de cortar, mesas de preparación, etc.)



Pasar un paño desinfectante por una superficie no es limpiar ni desinfectar. Los paños deben usarse solo para limpiar derrames y restos de comida.

Almacenamiento de productos químicos

La contaminación química de los alimentos puede causar lesiones graves al consumidor. Asegúrese de que todos los productos químicos están almacenados:

- Debajo y separado de los alimentos y de las superficies en contacto con los alimentos (es decir, áreas de preparación, utensilios, etc.) En un área designada para el almacenamiento de productos químicos.
- En recipientes correctamente etiquetados.
- Solo se permiten en las instalaciones productos químicos aprobados para establecimientos alimentarios.
- Todos los productos químicos deben utilizarse de acuerdo con las especificaciones del fabricante.
- No utilice botellas de productos químicos para alimentos (aceite, agua, etc.) ni recipientes de alimentos para productos químicos.



Instalaciones y equipos

Plagas

Controle las plagas en el establecimiento de servicios alimentarios utilizando:

- Un operador de control de plagas
- Trampas aprobadas
- Aberturas herméticas, puertas de malla y ventiladores de mosca
- Nunca aplique plaguicidas en un establecimiento de servicios alimentarios a menos que sea un operador de control de plagas autorizado



Limpieza y mantenimiento del equipo

El equipo de los servicios alimentarios funciona mejor cuando se mantiene en buen estado y se conserva limpio. La acumulación de restos de comida y grasa en el equipo y en el establecimiento alimentario puede atraer plagas y crear otras condiciones insalubres. Deben mantenerse programas de limpieza regulares para conservar el equipo en buen estado. Tenga en cuenta la limpieza de lugares menos obvios como:

- Máquinas de hielo
- Interiores y exteriores de refrigeración (incluidos estantes, bobinas de compresores, cubiertas de ventiladores, juntas de puertas)
- Freidoras
- Equipo de asado
- Hornos Campanas
- Vaporizadores
- Máquinas de bebidas (boquillas de boda, tolvas de hielo)
- Todos los demás equipos de cocina



Equipo aprobado

Todo el equipo de servicio de alimentos debe estar aprobado para su uso en un establecimiento de venta de alimentos al por menor.

- Los equipos con certificación ANSI o NSF están homologados
- El hierro fundido solo se puede utilizar para cocinar
- La cerámica, la porcelana, el cristal y la cerámica pintada a mano no deben contener plomo
- Las maderas duras pueden utilizarse para superficies de corte, no para otras superficies en contacto con los alimentos como cucharas
- En el capítulo 4 del Código Alimentario de la FDA se pueden encontrar otras limitaciones de uso de materiales

Mantenimiento general de las instalaciones

Los establecimientos de servicios alimentarios deben mantener en buenas condiciones sanitarias, tanto el interior como el exterior de sus instalaciones.

- Los **suelos, paredes y techos** deben mantenerse limpios y en buen estado.
- La **iluminación** debe mantenerse y proporcionar los siguientes niveles de luz:
 - 50 pies-vela de luz cubierta o de otro modo resistente a la rotura sobre las zonas de preparación de alimentos y de lavado de vajilla
 - 20 pies-vela en las zonas de almacenamiento de utensilios y en las zonas de aseos e inodoros
 - 10 pies-vela en otras zonas, incluidas las zonas de almacenamiento en seco
- Los **contenedores de basura y desperdicios** deben mantenerse limpios e inaccesibles para roedores, insectos y otras alimañas.
- Todos los **sistemas de alcantarillado** deben funcionar correctamente. Los atascos de aguas residuales suponen un peligro inminente para la salud y deben remediarse de inmediato:
 - Notifique al Departamento de Salud local
 - Póngase en contacto con un fontanero autorizado
 - Cierre la cocina o la zona con la reserva hasta que se repare
- Los **aseos** deben mantenerse limpios y abastecidos de papel higiénico, jabón y toallas de papel o dispositivos aprobados para secarse las manos,
- La **ropa limpia** debe almacenarse en una zona limpia y seca y estar protegida de la contaminación (productos químicos, conductos de aguas residuales, etc.).
- Las **instalaciones de lavandería (lavadora/secadora)** deben mantenerse limpias y situadas separadas de las zonas de preparación de alimentos. Tras el lavado, la ropa blanca debe secarse a fondo en una secadora mecánica. Deben utilizarse cestos para guardar la ropa sucia y deben mantenerse en buen estado.
- Cualquier instalación de agua que tenga un **grifo roscado** y un accesorio de manguera debe tener un **dispositivo de prevención del reflujo aprobado**.
- Las **tuberías** deben estar en buen estado y libres de fugas, cinta aislante, envoltorios de plástico u otros materiales de reparación no aprobados.
- En todos los establecimientos de venta de alimentos al por menor debe haber fregaderos **para mapas** que se utilicen para desechar el agua del mapo y los productos químicos. Estos fregaderos no podrán utilizarse para ningún otro fin (lavado de vajilla, preparación de alimentos, lavado de manos). Deben mantenerse limpios y en buen estado.
- Las **trampas de grasa** deben mantenerse limpias y en buen estado de funcionamiento. Deben ser bombeadas con regularidad por una empresa de eliminación de residuos autorizada o con un método que no contamine las instalaciones o la zona exterior.

Autoinspección

Las autoinspecciones son una gran herramienta para que la dirección y el personal se aseguren de que su establecimiento sigue las buenas prácticas. Esto también ayuda a preparar el establecimiento para las inspecciones regulares del Departamento de Sanidad. Póngase en contacto con su Departamento de Salud si tiene preguntas sobre cómo realizar una autoinspección.

Asesoramiento al consumidor

Si un alimento de origen animal se sirve o se vende crudo o poco cocinado, o se presenta en forma lista para el consumo sin haber sido procesado de otro modo para eliminar los agentes patógenos, debe notificar al consumidor el riesgo significativamente mayor de consumir dichos alimentos. Si dispone de un menú, los artículos que estén poco cocinados o crudos deben estar marcados con un asterisco (*). En la parte inferior del menú debe haber un * correspondiente con uno de los siguientes mensajes:

- "Consumir carnes crudas o poco cocinadas, aves, mariscos, crustáceos o huevos crudos puede aumentar el riesgo de contraer enfermedades transmitidas por los alimentos"
- "Consumir carnes, aves, mariscos, crustáceos o huevos crudos o poco cocinados puede aumentar el riesgo de contraer enfermedades transmitidas por los alimentos, especialmente si padece ciertas afecciones médicas"

Alérgenos

Las alergias alimentarias son muy graves. Existen 9 alérgenos alimentarios principales:

- Productos lácteos
- Huevos
- Marisco
- Marisco
- Trigo
- Soja
- Nueces de árbol
- Cacahuetes
- Sésamo



Sea consciente de dónde se utilizan estos ingredientes en sus productos alimentarios. El código alimentario de 2022 de la FDA exige que los operadores alimentarios notifiquen por escrito la presencia de los principales alérgenos alimentarios como ingrediente. Para más información sobre cómo preparar con seguridad artículos para clientes con alergias alimentarias, visite www.foodallergy.com. Si tiene un cliente con una reacción alérgica, llame siempre al 911.

¡Gracias!

Su papel en la seguridad alimentaria es importante. Como trabajador o gestor alimentario, es su responsabilidad asegurarse de que los alimentos que sirve son seguros para el consumo. Al leer este manual, está asumiendo un papel activo en el aprendizaje de cómo preparar y servir alimentos de forma segura para el público.