

SERVICIO DE ALIMENTO SEGURO

TIPO DE COMIDA	TEMPERATURA FINAL DE COCIMIENTO (DEJELA REPOSAR POR 15 SEGUNDOS)
PESCADO	145°F
HUEVOS CRUDOS PARA SERVIRLOS INMEDIATAMENTE	
BISTECS DE CARNE, TERNERA, CORDERO, ANIMALES DE CAZA PARA EL COMERCIO	
CARNE Y CERDO ASADAS (A MEDIO COCER) – MANTENERLA A 145°F TEMP POR 3 MINUTOS	
CERDO, JAMON, TOCINETA	155°F
CARNE MOLIDA, CERDO Y CORDERO, PESCADO, SALCHICHAS, GYROS, ANIMALES DE CAZA, CARNES INYECTADAS	
CARNE DE CORRAL, CARNES RELLENAS, Y PESCADO, CASEROLAS, ANIMALES SALVAJES DE CAZA, PASTA RELLENA	165°F
CUALQUIER ALIMENTO POTENCIALMENTE PELIGROSO COCIDO EN HORNO MICROONDA	165°F, DEJE REPOSAR EL ALIMENTO POR 2 MINUTOS DESPUÉS DE COCINARLO

**RECALIENTE LOS ALIMENTOS POTENCIALMENTE PELIGROSOS A POR LO MENOS 165°F Y SOSTENGALOS SOBRE LOS 140°F.

CONCENTRACIÓN ESTERILIZADORA PARA UTENSILIOS

TIPO DE ESTERILIZADOR	CLORINA	TIEMPO DE CONTACTO (Mínimo)
CLORINA	50 – 100 ppm	7 segundos
CUATERNIO DEL AMONIACO	200 – 400 ppm	30 segundos
YODO	12.5 – 25.0 ppm	30 segundos



Wayne County Health Department
5454 S. Venoy
Wayne, MI 48184
(734) 727-7400

Para más información, verifique el website de Michigan Department of Agriculture: www.michigan.gov/mda

UNA GUIA PARA PREPARAR Y SERVIR UN ALIMENTO SEGURO

Información basada en el Código Alimenticio de 1999 FDA
Compilado por K. McElroy y editada por A. Guardioli y P. Barry 9/02 W.C.H.D.
Traducción al Español por Ana Torres.

Las Notas

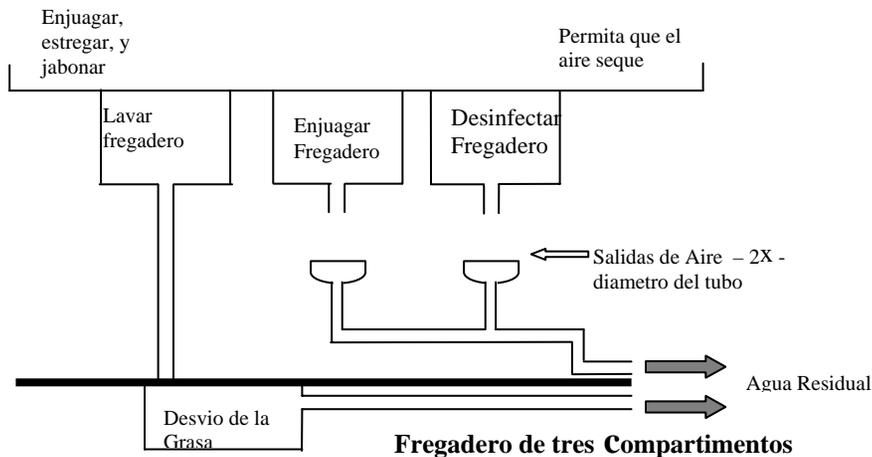
SUPERFICIES DE TRABAJO Y LIMPIEZA DEL EQUIPO EN EL LUGAR:

Cortadores, batidoras y otros equipos inmóviles deben lavarse, enjuagarse y esterilizarse frecuentemente para mantenerlos higiénicos.

1. Lavarlos con agua jabonosa caliente.
2. Enjuagarlos con agua limpia y caliente.
3. Esterilizarlos con la misma solución concentrada que usaría en una fregadero de 3-compartimentos (50 ppm clorina, 12.5 ppm de yodo, ó 200 ppm cuaternio de amoniaco)

PAÑOS LIMPIADORES:

Los paños limpiadores deben esterilizarse en una solución higiénica de clorina 50-100ppm clorina o el equivalente cuando no están en uso. Verifique la concentración con las tiras de pruebas químicas adecuadas.

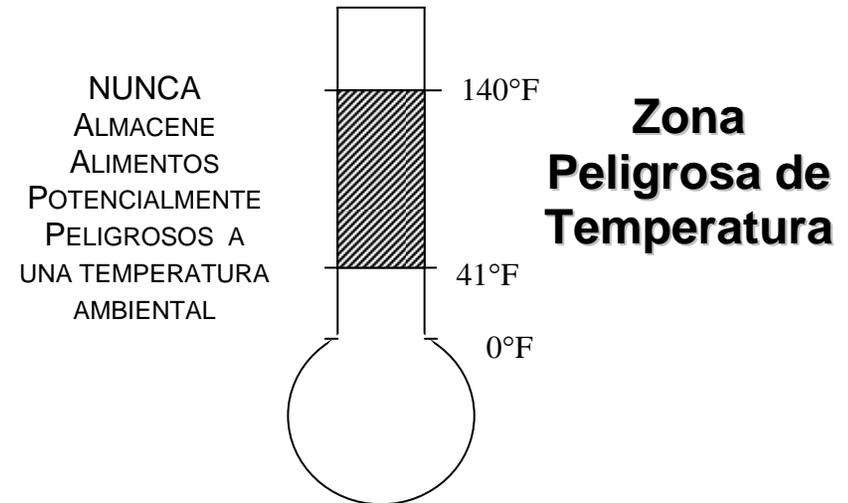


Es muy importante mantener limpias las superficies de contacto no alimenticias. Esto incluye mesas, cabinas, enfriadores, y las partes exteriores del microonda y todas las partes del equipo de la cocina que no entran en contacto con el alimento

Pisos, paredes y cielo razos deben mantenerse limpios, también, deben ser construidos de materiales lisos, no absorbentes, fáciles de lavar y durables.

TEMPERATURAS SEGURAS DE ALMACENAJE PARA ALIMENTOS POTENCIALMENTE PELIGROSOS

Mantener los alimentos calientes, calientes
(140°F y más alto)



DEFINICIONES

ALIMENTOS POTENCIALMENTE PELIGROSOS – Aquellos alimentos que requieren control de temperatura debido al alto potencial que tienen de crear bacterias peligrosas rápidamente. Las medidas de control tales como refrigeración y equipo de calentamiento requieren que estos productos se mantengan a una temperatura superior a los 140°F ó debajo de los 41°F.

ALIMENTOS LISTOS PARA COMER – Aquellos alimentos comestibles sin preparación adicional, tal como lavarlos ó cocinarlos. Algunos de los alimentos cocinados o listos para comer incluyen artículos como: sopas, pastas, pan, pasteles, productos lácteos, carnes frías para fiambre, condimentos, vegetales cocinados o crudos y ensaladas.

ARTÍCULOS/SUPERFICIES DE CONTACTO ALIMENTICIO– Artículos o superficies que tocan los alimentos, como cuchillos, cucharas, tablas de cortar, mostradores, tapas, sartenes, cortadores, y batidoras.

ARTICULOS DE CONTACTO NO-ALIMENTICIOS – Artículos que normalmente no tocan el alimento, pero pueden ser salpicados durante las operaciones, como por ejemplo las partes exteriores del refrigerador/microonda.

PERSONA ENCARGADA/SALUD

PERSONA ENCARGADA:

Es la persona designada, bien informada que debe estar presente durante todas las horas de operación del establecimiento, incluyendo preparación, horas de limpieza antes y después de las horas de funcionamiento.

La Persona Encargada debe estar consciente de sus responsabilidades y demostrar sus conocimientos en la preparación de todas las comidas, servicios, procedimientos de limpieza aplicables a su recurso. Ellos pueden demostrar sus conocimientos de la siguiente forma;

- 1) Operando el establecimiento alimenticio en conformidad con las Leyes Alimenticias de Michigan del año 2000.
- 2) Obteniendo la Licencia de Administrador de Alimentos.
- 3) Respondiendo correctamente a las preguntas del inspector.

POLÍTICA DE LA SALUD DEL EMPLEADO:

Un empleado enfermo puede contaminar los alimentos y hacer que otras personas se enfermen. Síntomas leves indican una enfermedad que podría ser una amenaza de vida a un cliente de edad avanzada o muy joven, o para quien posea un sistema inmune débil.

Los síntomas de la enfermedad producidos por alimentos incluyen; **diarrea, fiebre, vomito, ictericia, y dolor de garganta con fiebre.** Nadie que experimente cualquiera de estos síntomas puede trabajar con alimentos, utensilios, o superficies de contacto alimenticio. Ni debe comprometerse en actividades que puedan contaminar algunos de los mencionados.

Las Cuatro Grandes- Las enfermedades asociadas con **Hepatitis virus A, E. coli 0157:H7, Shigella spp., o Tifus de Salmonella** pueden ser una amenaza de vida y pueden transmitirse por alimentos infectados. Cualquier persona que sufra una de estas enfermedades no debe trabajar en un establecimiento alimenticio hasta que una orden médica por escrito confirme que la persona ya no es un riesgo de infección al público.

Usted debe reportar cualquier caso de las Cuatro enfermedades Grandes entre los empleados. Comuníquese con el departamento de salud local tan pronto como se entere de dicha enfermedad. Una vez que usted obtenga la aprobación y la documentación médica, llame al departamento de salud para su consentimiento antes de permitir que la persona afectada regrese al trabajo.

LIMPIEZA Y ESTERILIZACIÓN

Ningún alimento puede ser considerado seguro si se ha preparado en una superficie antihigiénica, almacenada en contenedores antihigiénicos o ha tenido contacto con utensilios contaminados. Siempre lave, enjuague y esterilice adecuadamente superficies de contacto alimenticio.

FREGADERO DE TRES COMPARTIMENTOS:

1. Limpie y luego esterilice los compartimentos y drene el fregadero.
2. Pre-enjuague todos los utensilios y remoje los cubiertos.
3. Lave en agua jabonosa caliente.
4. Enjuague con agua limpia y caliente.
5. Fije la solución esterilizadora de clorina por 7 segundos como mínimo, en yodo o amoníaco cuaternario por 30 segundos como mínimo

Verifique la cubierta de la parte trasera de la mesa para saber si hay alguna acumulación de residuos.

LAVAPLATOS AUTOMATICOS:

1. Las máquinas varían extensamente, siempre siga las instrucciones del fabricante para la operación de su máquina.
2. Pre-enjuague todos los utensilios y pre-empape los cubiertos.
3. Cuando use una máquina esterilizadora con agua caliente, cerciórese que en el ciclo final de esterilización, el agua alcance una temperatura de 180°F.
4. Cuando use una máquina esterilizadora con químicos, cerciórese que la concentración de químicos es la correcta, 50 ppm por clorina ó 12.5 por yodo. Generalmente, la clorina se usa para las máquinas lavadoras de platos mientras que el yodo se usa en las lavadoras de cristales.

Nota: Asegúrese de lavarse las manos entre trabajos, luego limpie los utensilios.

Con un fregadero de 3 Compartimentos, Máquina de Lavar platos, Máquina de Lavar Cristales:

- Revise la botella esterilizadora al principio de cada turno de trabajo. Si no hay suficiente, sustituyala por una fresca.
- Use las tiras de pruebas químicas para examinar la solución esterilizadora al principio de cada turno de trabajo. Si la concentración no es la correcta corrija el problema o llame al reprador.

HIGIENE

ALIMENTOS REFRIGERADOS: No toda bacteria se destruye al cocinar. Para prevenir el crecimiento apresurado de bacterias durante el enfriamiento, el proceso debe hacerse rápido. Enfriar todo alimento potencialmente peligroso de 140°F a 70°F en 2 horas. La mejor manera de hacerlo es al baño de hielo con una paleta helada revolviendo aligeradamente en ambos procesos. Luego enfrie el alimento de 70°F a 41°F en otras 4 horas. Esto requiere el uso de refrigeración u otros métodos aceptables.

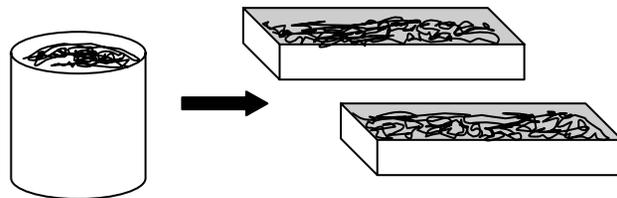
Algunos de los métodos aceptables son los siguientes:

- Transferir el alimento caliente a una bandeja de metal para alimentos calientes. Si el alimento es espeso (sopa de guisante), llene la cacerola no más de 2 pulgadas de profundidad. Si el alimento es acuoso (caldo), llene la cacerola hasta 3 pulgadas de profundidad.

Si el aire no circula apropiadamente alrededor de la superficie del contenedor, el alimento no se enfriará rápido; no apile las bandejas.

- Use el baño de agua al hielo y revuelva el alimento para enfriarlo rápidamente
- Use la Paleta Helada para enfriar el alimento.

Estos artículos pueden comprarse en una tienda de cocina y están diseñadas para llenarlas con agua y congelarlas. Cuando el alimento caliente se revuelve con la paleta helada, el hielo que está dentro de ella, enfria los alimentos rápidamente.



Transfiera los alimentos calientes a las bandejas para que se enfrien

RECALENTAR: Para evitar una bacteria, recaliente los alimentos potencialmente peligrosos a 165°F en 2 hours. Mesas de vapor/sostenedores calientes no están diseñados para un calentamiento rápido. Caliente rápidamente en la estufa, en un horno o en un horno microonda antes de colocarlo en una bandeja para alimentos calientes.

Los seres humanos llevan toda clase de contaminantes a su alrededor, así que no es sorpresa que las personas son la fuente más común de contaminación de alimentos. Es importante para todo empleado tener buenas practicas de higiene. Esto incluye:

- Baño
- Ropa limpia y apropiada
- Lavado de manos.

Lavado de Manos – Siempre lávese las manos antes de empezar su turno y después de:

- tocarse la cara, pelo o cualquier área del cuerpo.
- usar los baños
- toser, destornudar, usar un klinex
- fumar, comer o beber
- manejar equipo o utensilios sucios.
- manejar carne cruda
- cualquier actividad contaminante a las manos.

Lavabo de manos apropiado tiene:

- agua caliente y fria
- jabón
- toalla sanitaria
- caneca de basura
- señal de lavabo de manos



El lavado de manos apropiado toma como mínimo 20 segundos y requiere el uso de un lavabo designado, jabón y agua tibia. Las manos deben secarse con un ventilador, papel de toalla desechable, o una toalla de rodillo limpia.

****NOTA:** LOS ESTERILIZADORES DE MANOS QUÍMICOS **NO** SON UN SUBSTITUTO PARA EL LAVADO DE MANOS APROPIADO Y SOLO PUEDEN USARSE DESPUES DE LAVARSE LAS MANOS CORRECTAMENTE.

CONTACTO CON LAS MANOS



Aún después de lavarse muy bien las manos, los empleados no deben entrar en contacto con alimentos expuestos y listos para comer con sus manos. Ellos deben usar guantes desechables o utensilios convenientes tales como pinzas, tejidos delicados, espátulas, u otros artículos para repartir. Ejemplos de tales alimentos son los perros calientes, pan de hamburguesa, pan, tostadas, emparedados e ingredientes para ensaladas

Los empleados deben lavarse las manos muy bien antes de ponerse los guantes y estos deben cambiarse regularmente y siempre que se manchen o dañen.

CORTES Y ABRASIONES:

Los empleados que tienen cortadas, abrasiones o áreas infectadas en partes expuestas del cuerpo, deben cubrirlas con un vendaje impermeable y usar guantes plásticos

SUJETAR O RECOGER EL PELO:

El pelo no solo es desagradable a los patrones, si no que puede ser la causa de una contaminación. Los cocineros deben preparar la comida con el pelo recojido o sujetado. Deben usar gorros, cubiertas de pelo o reversillas para evitar la caída de pelo en el alimento.

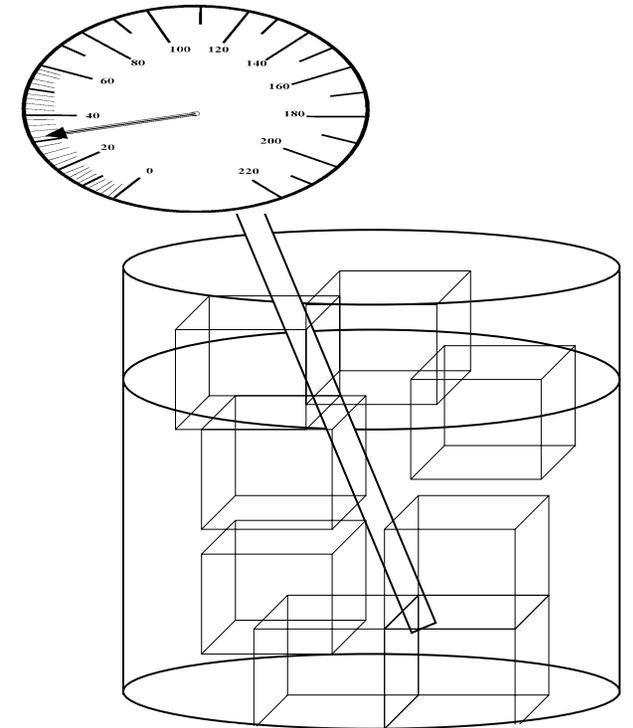
JOYERÍA:

No solo anillos, pendientes, collares y otras joyas pueden entrar en contacto con el alimento, sino que pueden caer adentro del alimento y convertirse en un peligro físico. Además, estos artículos pueden recoger desperdicios de alimentos y los empleados tienden a tocarlos. Para evitar el riesgo de contaminación, los cocineros no deben usar joyas, a excepción de un anillo sencillo como es la sortija de matrimonio.

TEMPERATURAS DE COCIMIENTO: Todo alimento potencialmente peligroso debe prepararse a su temperatura de cocimiento interna mínima antes de comerla seguramente. Esta temperatura varía para diversos alimentos. **Ver las temperaturas de cocimiento en la parte trasera de la tabla.** Por ejemplo, todo pollo debe cocinarse a una temperatura interna de 165°F como mínimo mientras que una hamburguesa (carne molida) debe cocinarse a 155°F.

Nota: Siempre verifique la temperatura en la parte más gruesa del alimento.

TERMÓMETRO VÁSTAGO – Proporcione y utilice un termómetro vástago, calibrado que sea exacto dentro de $\pm 2^\circ$ de 32°F. Ya sea un termómetro digital para alimentos o un termómetro con un rango de 0 – 220°F incrementando la marca cada 2°F servirá a este propósito. Diariamente, asegúrese primero de calibrar a 32°F en un baño de agua helada antes de usarlo, cuando este en uso y siempre que no esté calibrado, por ejemplo cuando se cae.

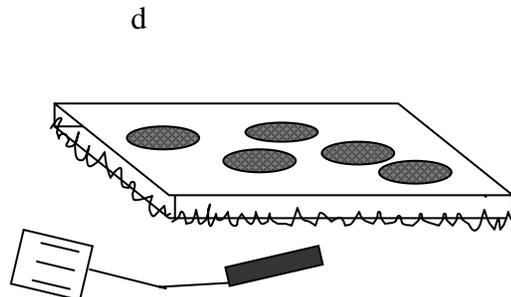
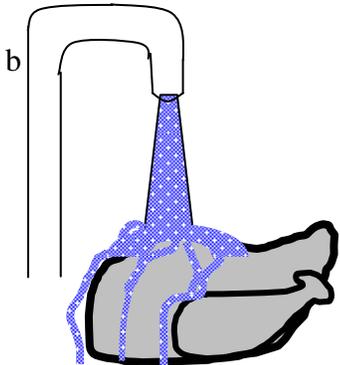
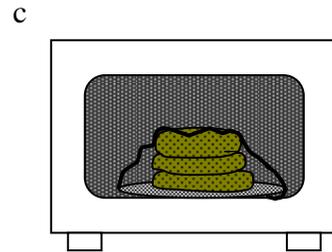
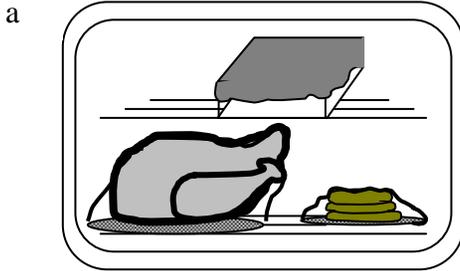


COCINANDO Y ENFRIANDO

DESCONGELAR: Si los alimentos se descongelan incorrectamente; ellos pueden convertirse en el lugar perfecto para la multiplicación de bacterias peligrosas. Mientras que el interior del alimento todavía está congelado, la superficie del alimento puede permanecer a una temperatura ambiental por varias horas. Para evitar que aparezca la bacteria, siempre use uno o de los cuatro métodos seguros de descongelamiento.



- Descongele el alimento en el refrigerador a 41°F (5°C) o más bajo.
- Descongele el alimento con agua potable de 70°F o más baja.
- Si se va a cocinar el alimento inmediatamente, puede descongelarse en un horno microonda.
- El alimento se puede descongelar como parte de cualquier proceso de cocimiento .
Asegúrese que el producto alcance como mínimo su temperatura de cocimiento interna.



RECIBIR



EMPAQUE DAÑADO: No use alimentos que se hayan entregado en un empaque dañado. Los productos de conserva que se encuentran abollados, hinchados, oxidados, o con escapes ya están contaminados. Desechelos o devuelvalos al surtidor para un reembolso o crédito.

TEMPERATURA: Asegúrese que todo alimento refrigerado se mantenga a o a menos de 41°F. Alimentos congelados deben ser sólidos congelados. Empaques con acumulación de hielo/escarcha o escapes puede ser la señal de descongelamiento y de refrigeración.

INSECTOS/RODENTES: Siempre revise si hay muestras de insectos y roedores tanto en el empaque como en los alimentos. Los Insectos pueden entrar durante las entregas si usted no tiene cuidado. También pueden entrar a través de las puertas abiertas durante y despues de las entregas.

Cerciórese que las ventanas y puertas tengan telas metálicas. Si es necesario, trabaje con el operador licenciado en control de insectos para eliminar los bichos, y use solamente pesticidas aprobados para la cocina, use y almacene artículos tóxicos con seguridad y alejados de todo alimento o superficie de contacto alimenticia.

Programe las entregas de los alimentos durante los períodos de trabajo lento para revisarlos apropiadamente y colocarlos en su lugar correspondiente.

ALMACENAJE DE ALIMENTOS



Una vez que los productos alimenticios se han revisado y recibido, todos los artículos deben almacenarse correctamente.

ELEVACIÓN – En toda área de almacenaje, almacene el alimento y artículos de contacto alimenticio por lo menos a 6 pulgadas de altura del piso para evitar la contaminación del suelo, derrame de líquidos y soluciones de limpieza del piso.

ALMACENAJE SECO:

Almacene todo conserve y artículos secos tales como arroz, frijoles, y pasta en un área limpia, fresca, seca, alejada de químicos o pertenencias personales. Proteja estos alimentos, manteniéndolos sellados y cubiertos y no los almacene en los baños o debajo de líneas de plomería que llevan aguas residuales. Estas pueden tener un escape y contaminar el alimento.



ALMACENAJE REFRIGERADO:

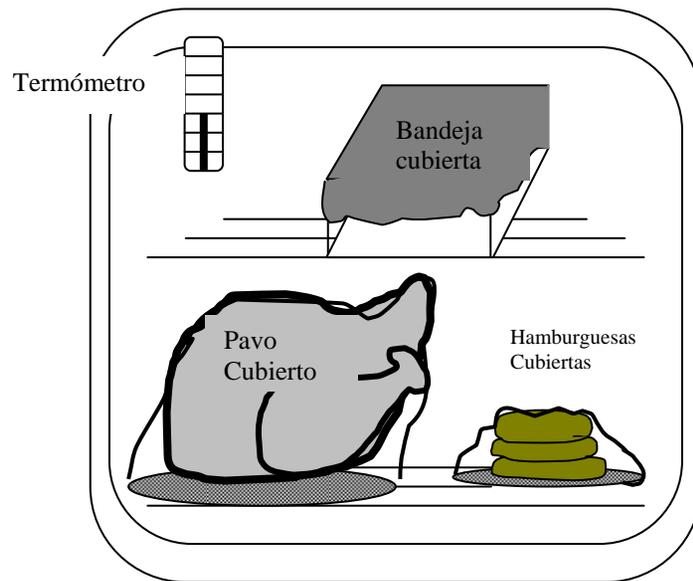
Temperatura- Mantenga todo alimento a o a una temperatura de 41°F . Esto significa que su refrigerador necesita mantenerse a una temperatura de $38\text{-}39^{\circ}\text{F}$.

Termómetros – Cada unidad refrigeradora debe tener un termómetro que sea exacto dentro de $\pm 2^{\circ}\text{F}$.

Contaminación Cruzada – Almacene las carnes crudas debajo y alejado de los otros alimentos, particularmente los alimentos listos para comer.

Cubiertas – excepto cuando se están enfriando los alimentos, manténgalos todos refrigerados. Cubra el alimento con tapas durables, lavables o con papel aluminio o plástico.

Circulación – No embale el refrigerador demasiado. El aire debe circular para mantener el alimento a la temperatura adecuada.



ALMACENAJE CONGELADO:

Temperatura - Mantenga los alimentos congelados a 0°F o más bajo.

Cubiertas – Mantenga todo alimento cubierto o sellado con tapas durables, lavables, con papel aluminio o plástico.

Circulación – No embale el congelador demasiado. El aire debe circular para mantener los alimentos congelados correctamente.



CONTAMINACIÓN-CRUZADA

La contaminación cruzada ocurre cuando la sangre o el jugo de la carne cruda hace contacto con el alimento Listo A Comer o alimento que no será cocinado a una temperatura lo suficientemente alta que mate toda bacteria.

Hay varias maneras de evitar la contaminación cruzada:

1. No permita que la sangre u otros jugos de la carne cruda caigan sobre otros alimentos ya sea en el refrigerador o congelador. Siempre guarde la carne cruda abajo y alejada de otros alimentos.
2. No utilice el mismo utensilio, cuchillo, tabla de cortar, u otro artículo para preparar carne cruda y luego en otro alimento. Si se debe usar el mismo artículo o área, lave, enjuague y esterilice toda superficie afectada antes de empezar a preparar otro alimento o alimento listo para comer..
3. Esterilice las superficies de preparación de alimentos después de un corte en uso.

MARCANDO LA FECHA

Todo alimento Listo A comer, Alimentos Potencialmente Peligrosos que se almacenan por más de 24 horas debe marcarse claramente con la **fecha de desecho**. Esto se refiere a Marcar la Fecha que es requerida en todos los establecimientos de servicio alimenticio en Michigan. Además, esta fecha marcada en los productos debe ser usada para su fecha de desecho o cuando deben desecharse.

Las unidades refrigeradoras capaces de mantener los alimentos a o a menos de 41°F pueden mantener los productos por un período de tiempo más largo que las unidades que los mantienen a 45°F . Los enfriadores en la mayoría de los establecimientos mantienen los alimentos a 41°F o más bajo. La fecha de desecho para estos establecimientos es de 7 días después de la preparación del alimento, o 7 días después de abrir el envase sellado.

Aquellos establecimientos que han recibido una variación para continuar el uso de refrigeradores de 45°F hasta Mayo 8, 2006 deben utilizar la fecha de la etiqueta para desechar los artículos en no más de 4 días.

Ejemplos de la etiqueta apropiada para alimentos preparados en Noviembre 11 y mantenidos en un refrigerador a 41°F :

