

Ficha técnica sobre seguridad de los alimentos

Lavando frutas y vegetales

INTRODUCCIÓN

Las frutas y vegetales frescos pueden contaminarse ya sea cuando son comprados o si no son manejados correctamente. A través del lavado de frutas y vegetales se minimiza el riesgo de servir productos contaminados a los clientes.

AQUÍ ESTÁ LA INFORMACIÓN CONCRETA

Las frutas y vegetales frescos pueden ser expuestos a bacterias dañinas debido a las condiciones del cultivo y del manejo por humanos. Algunas frutas como los melones tienen una cáscara muy rugosa que puede atrapar suciedad y bacterias. Estos productos pueden ocasionar enfermedades transmitidas por alimentos si no son manejados apropiadamente, debido a que estos productos no son cocidos.

APLICACIÓN

Siga prácticas seguras cuando maneje frutas y vegetales frescos.

- Lávese las manos usando el procedimiento apropiado antes de manejar frutas y vegetales frescos.
- Lave, enjuague, desinfecte y seque al aire todas las superficies que entren en contacto con alimentos, equipo y utensilios que entrarán en contacto con los productos agrícolas frescos. Esto incluye tablas para cortar, cuchillos y fregaderos. Siempre use los fregaderos designados para la preparación de alimentos.
- Siga las instrucciones del fabricante para el uso apropiado de químicos. Por ejemplo, usar desinfectantes a una concentración demasiado alta puede ocasionar contaminación de las frutas y vegetales.
- Lave todas las frutas y vegetales crudos antes de combinarlos con otros ingredientes, incluyendo lo siguiente:
 - ◊ Frutas y vegetales frescos sin pelar que sean servidos enteros o cortados en trozos, y
 - ◊ Frutas y vegetales que estén pelados y cortados para ser usados en la cocción o para ser servidos listos para consumo.
- Lave las frutas y vegetales frescos vigorosamente bajo agua corriente fría o usando químicos que cumplan con el Código de alimentos de la FDA o su departamento de salud estatal o local. No se recomienda volver a lavar frutas y vegetales empacados que están etiquetados como lavados previamente o listos para consumo.
- Retire cualquier área dañada o mallugada de las frutas y vegetales.
- Etiquete, escriba la fecha y refrigere los artículos cortados frescos.
- Sirva los melones cortados dentro de un plazo de 7 días siempre y cuando se mantengan a una temperatura de 41 °F (5 °C) o menor.
- NO sirva germinados crudos a poblaciones altamente susceptibles como niños de edad preescolar.





Lavando frutas y vegetales cont.

Monitoree los procedimientos de manejo de frutas y vegetales frescos.

- Verifique visualmente las frutas y vegetales para asegurarse que fueron lavados, etiquetados y fechados apropiadamente.
- Compruebe diariamente la calidad de las frutas y vegetales en el almacenamiento en frío.
- Verifique las etiquetas y las fechas de caducidad.

Tome acciones correctivas si las frutas y vegetales no son manejados apropiadamente.

- Retire las frutas y vegetales sin lavar y lávelos antes de que sean servidos.
- Etiquete y escriba la fecha de las frutas y vegetales frescos cortados.
- Deseche los melones cortados después de 7 días.

Recuerde, siga los requerimientos del departamento de salud estatal o local.

Referencias

Departamento de salud y servicios humanos de los EE.UU., Administración de Medicamentos y Alimentos. (2013). *Código de alimentos*. College Park, MD: Autor.

U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service, & Institute of Child Nutrition. (2006). *Developing a school food safety program*. University, MS: Autor.

U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service, & Institute of Child Nutrition. (2016). *HACCP-based standard operating procedures: Washing fruits and vegetables*. University, MS: Autor.

U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service, & Institute of Child Nutrition. (2016). *Seguridad de alimentos en las escuelas*. University, MS: Autor.

Este proyecto ha sido financiado parcialmente con fondos federales del Departamento de Agricultura de EE. UU., Servicio de Alimentos y Nutrición a través un acuerdo con el Institute of Child Nutrition en The University of Mississippi. El contenido de esta publicación no refleja necesariamente las opiniones ni las políticas del Departamento de Agricultura de EE.UU., y la mención de nombres registrados, productos comerciales u organizaciones no implica su aprobación por parte del Gobierno de EE. UU.

The University of Mississippi es un empleador que cumple con EEO/AA/Título VI/Título IX/Sección 504/ADA/ADEA.

En acuerdo con la Ley Federal y la política del Departamento de Agricultura de EE.UU., esta institución tiene prohibido discriminar en base de raza, color, origen nacional, sexo, edad o discapacidad.

Para interponer una queja de discriminación, escriba a USDA, Director, Office of Civil Rights; Room, 326-W, Whitten Building, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, DC 20250-9410 o llame al (202) 720-5964 (voz y TDD). USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

© 2016, Institute of Child Nutrition, The University of Mississippi, School of Applied Sciences

Excepto por las condiciones expresadas a continuación, usted puede usar el texto y la información contenidas en este documento libremente para uso sin fines de lucro o fines educativos, sin costo para el participante de la capacitación a condición que los siguientes créditos sean incluidos. Este material no debe ser incorporado en otros sitios web o en libros de texto y no puede ser vendido.

Cita bibliográfica sugerida:

Institute of Child Nutrition. (2016). *Lavando frutas y vegetales*. University, MS: Autor.

Las fotografías e imágenes en este documento pueden ser propiedad de terceros y usadas por The University of Mississippi bajo un convenio de uso. La Universidad no puede, por tanto, otorgar permiso para usar estas imágenes.

Para mayor información, por favor póngase en contacto con helpdesk@theicn.org.