



Mealtime Memo

for Child Care

¿Es esto Seguro Para Comer? Temperaturas de los Alimentos Requeridas para el Cuidado de Niños



El control de la temperatura es una de las formas más importantes para controlar el crecimiento de bacterias en los alimentos. También ayuda a reducir el riesgo de los niños y del personal a enfermarse con una enfermedad transmitida por alimentos. Por lo tanto, es vital tener el termómetro(s) correcto, colocarlos en los lugares adecuados, y usarlos de manera adecuada para reducir el riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos o un brote en su centro de cuidado infantil. Esta edición del *Mealtime Memo* le presentara algunos consejos básicos para la selección y uso de los termómetros para preparar comidas para los niños a su cuidado.

Seleccione el mejor termómetro(s). Los termómetros están diseñados para usos y rangos de temperatura diferentes. Por ejemplo, hay aquellos que son específicos para revisar las temperaturas en las áreas de la nevera/refrigerador, congelador y almacenamiento. Adicionalmente, hay algunos termómetros que son especialmente diseñados para los alimentos, tales como el termómetro bimetálico de vástago, termómetro bimetálico a prueba de horno, y el termómetro emergente. Debido a las diferentes variedades, la compra de estos termómetros puede ser un poco complicada; Sin embargo, el conocer las respuestas a las siguientes preguntas, le ayudara a seleccionar el mejor termómetro (s) para su centro de cuidado infantil:

- ¿Qué tan fácil de usar es el termómetro?
- ¿Es fácil de calibrar?
- ¿Requiere baterías el termómetro? Si es así, ¿qué tipo de baterías, y con qué frecuencia se puede anticipar el reemplazarlas?
- ¿Lleva el termómetro la Marca del NSF? La Marca del NSF indica que el termómetro fue fabricado siguiendo un estándar de salud pública reconocido, y que en su fabricación no se usaron materiales que puedan ser tóxicos cuando son expuestos a los alimentos.
- ¿Es fácil de limpiar y desinfectar el receptáculo de la sonda o vástago?

- ¿Es La temperatura fácil de leer?
- ¿Es el indicador de temperatura de un solo uso?

Utilícelos de manera adecuada. Mientras este preparando las comidas, tome la temperatura interna de los alimentos mediante la inserción del vástago del termómetro en la parte más gruesa del alimento, asegurándose de cubrir el sensor. De la misma forma, cuando inserte el vástago, tenga cuidado de no tocar la grasa, hueso, cartílago, o el recipiente de cocción para reducir el riesgo de una temperatura incorrecta. Luego espere durante aproximadamente 15 segundos, o el tiempo recomendado y proporcionado por el fabricante para que el disco o indicador digital, se estabilice en la temperatura deseada. Después que la comida ha alcanzado una temperatura interna segura, limpie y desinfecte los termómetros antes y después de cada uso.

Evite la zona de peligro. La comida dejada en la zona de peligro (40 °F - 140 °F) durante más de 4 horas puede causar enfermedades debido a la gran velocidad de crecimiento de las bacterias. Por esta razón, mantenga los alimentos fríos a 40 °F o menos, y los alimentos calientes a 140 °F o más. Adicionalmente, deseche los alimentos que hayan permanecido en la zona de peligro por más de dos horas.

En conclusión, el usar los termómetros adecuadamente es la mejor manera de garantizar que los alimentos sean seguros para todos en su centro de cuidado infantil. Recuerde, revisar y cambiar la batería de su termómetro digital regularmente. Para obtener información sobre los requisitos de temperatura en su estado, consulte con su organización patrocinadora, la agencia estatal o agencia reguladora local. Para obtener más información sobre las temperaturas específicas para los diferentes tipos de alimentos, revise el recurso: El Compañero de la Cocina: Su Manual de alimentos seguros (*The Kitchen Companion: Your Safe Food Handbook*) en la página web https://www.fsis.usda.gov/wps/wcm/connect/2bc7ada9-12a4-4b36-960c-3230904edcc2/Kitchen_Companion.pdf?MOD=AJPERES

Referencias

Institute of Child Nutrition. 2005. *Thermometer information resource*. Retrieved from <http://www.nfsmi.org/ResourceOverview.aspx?ID=113>

Institute of Child Nutrition. 2010. *Serving safe food in child care*. Retrieved from <http://www.theicn.org/documentlibraryfiles/PDF/20111209121908.pdf>

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.

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.

