

Ficha técnica sobre seguridad de los alimentos

Higiene personal

INTRODUCCIÓN

La buena higiene personal es un requerimiento básico para implementar un buen programa de seguridad de alimentos. Todos los empleados de nutrición escolar deben seguir los Procedimientos de operación estándar para la higiene personal que están escritos en su programa de nutrición escolar.

AQUÍ ESTÁ LA INFORMACIÓN CONCRETA

Investigaciones realizadas por la Administración de Medicamentos y Alimentos de los EE.UU. muestran que las prácticas de higiene personal que se siguen en los establecimientos comerciales de servicio de alimentos, los cuales incluyen escuelas, hospitales, asilos de ancianos y restaurantes, a menudo son deficientes. La higiene personal deficiente es un factor de riesgo que debe ser controlado en todos los tipos de establecimientos de servicio de alimentos.

APLICACIÓN

- Preséntese a trabajar con buena salud, limpia y vestido con prendas limpias.
- Cámbiese el delantal cuando se ensucie.
- Lávese las manos cada vez que sea necesario, frecuente y apropiadamente.
- Mantenga sus uñas recortadas, limadas y en buen mantenimiento.
- Mantenga sus uñas cortas y sin uñas postizas o barniz de uñas.
- No use ninguna joya, excepto por un anillo liso como el de matrimonio.
- Cure y ponga vendaje a las heridas o llagas inmediatamente. Cuando las manos estén vendadas, deben usarse guantes desechables.
- Reporte cualquier enfermedad a su gerente.
- Cubra una lesión que contenga pus con una venda. Si la lesión está en una mano o muñeca, cúbrala con una cubierta impermeable como un dedal de látex y un guante desechable.
- Si come, bebe o mastica chicle, hágalo sólo en las áreas designadas donde los alimentos o las superficies que entran en contacto con ellos no puedan ser contaminadas.
- Póngase una red para el cabello, sombrero o gorra mientras esté en la cocina.
- Pruebe los alimentos de la manera correcta:
 - ◊ Coloque una pequeña cantidad de comida en un contenedor por separado.
 - ◊ Aléjese de los alimentos expuestos y de las superficies que entren en contacto con alimentos.
 - ◊ Use una cucharilla para probar los alimentos. Retire la cucharilla usada y el contenedor y llévelos al fregadero. Nunca vuelva a usar una cuchara que ya ha sido usada para probar la comida.
 - ◊ Lávese las manos inmediatamente.

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





Higiene personal cont.

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. (2016). *HACCP-based standard operating procedures*. 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.
U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service, & Institute of Child Nutrition. (2004). *Wash your hands: Educating the school community*. University, MS: Autor.
U.S. Food and Drug Administration. (2009) *FDA report on the occurrence of foodborne illness risk factors in selected institutional foodservice, restaurant, and retail food store facility types*. Recuperado de <http://www.fda.gov/Food/GuidanceRegulation/RetailFoodProtection/FoodborneIllnessRiskFactorReduction/ucm224321.htm>

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). *Higiene personal*. 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 Univesidad no puede, por tanto, otorgar permiso para usar estas imágenes.

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

02/2016