

# Ficha técnica sobre seguridad de los alimentos

## Zona de peligro

### INTRODUCCIÓN

La zona de peligro es el rango de temperaturas en el que los microorganismos crecen rápidamente y algunas veces alcanzan niveles que pueden enfermar a las personas. Los empleados del departamento de nutrición escolar deben mantener las temperaturas apropiadas a través de todo el proceso de los alimentos, desde que se reciben, hasta que son servidos a los niños. El control de temperatura es un componente clave de un programa de seguridad de alimentos en la escuela.

### AQUÍ ESTÁ LA INFORMACIÓN CONCRETA

El código de alimentos de la FDA ha identificado que la zona de peligro está entre 41 °F y 135 °F (5 °C y 57.2 °C). El dicho de “Mantén caliente la comida caliente y fría la comida fría” está basado en la importancia de mantener la comida fuera de la zona de peligro. En otras palabras, los alimentos fríos deben ser mantenidos a 41°F (5°C) o más fríos, y los alimentos calientes deben ser mantenidos a 135°F (57.2°C) o más calientes. Es importante limitar el tiempo que los alimentos que se sirven fríos o calientes, están en el rango de 41°F a 135°F (5°C a 57.2°C).

### APLICACIÓN

#### Recuerde:

- Cocinar, mantener, servir y enfriar los alimentos a las temperaturas apropiadas.
- Usar un termómetro limpio, desinfectado y calibrado para tomar las temperaturas de los alimentos.
- Registrar las temperaturas.
- Mantener los registros de las temperaturas.

#### Mantenga las temperaturas en cada paso operativo del proceso de servicio de alimentos desde que reciben hasta que almacenan.

- Recepción - Reciba los alimentos refrigerados a una temperatura de 41 °F (5 °C) o menor, y los alimentos congelados a una temperatura de 32 °F (0 °C) o menor.
- Almacenamiento - Almacene alimentos refrigerados a una temperatura de 41 °F (5 °C) o menor, y los alimentos congelados a una temperatura de 0 °F (0 °C) o menor.
- Preparación - Limite el tiempo que los alimentos están dentro de la zona de peligro durante la preparación. La cocción en tandas es la mejor manera de limitar el tiempo.
- Cocción - Cocine los alimentos a la temperatura apropiada para ese artículo.
- Mantenimiento - Mantenga los alimentos refrigerados a una temperatura de 41 °F (5 °C) o menor, y los alimentos calientes a una temperatura de 135 °F (57.2 °C) o mayor.
- Servicio - Sirva fría la comida fría y caliente la comida caliente. Mantenga los alimentos fríos por debajo de 41 °F (5 °C), y los alimentos calientes por encima de los 135 °F (57.2 °C).





## Zona de peligro cont.

- **Enfriamiento** - Enfríe los alimentos tan rápidamente como sea posible. El código de alimentos de la FDA requiere que los alimentos sean enfriados desde 135 °F (57.2 °C) hasta 70 °F (21.1 °C) en un rango de 2 horas y desde 135 °F (57.2 °C) hasta 41 °F (5 °C) dentro de un periodo total de 6 horas. Si los alimentos no son enfriados desde 135 °F (57.2 °C) hasta 70 °F (21.1 °C) en un periodo de 2 horas, los alimentos deberán ser recalentados hasta 165 °F (73.3 °C) por 15 segundos y deberá comenzarse de nuevo el proceso de enfriado. Realice las acciones necesarias para acelerar el proceso de enfriamiento, tales como dividir los alimentos en porciones más pequeñas, usar baño de agua helada, usar una pala para enfriar alimentos, y agitación.
- **Recalentamiento** - Vuelva a calentar los alimentos sobrantes hasta 165 °F (73.9 °C) por 15 segundos dentro de las siguientes 2 horas.
- **Transportación** - Transporte fríos los alimentos fríos a una temperatura de 41 °F (5 °C) o menor, y los alimentos calientes a una temperatura de 135 °F (57.2 °C) o mayor.

**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. (2016). *Seguridad de alimentos en las escuelas*. University, MS: Autor.  
U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service, & Institute of Child Nutrition. (2005). *Thermometer information resource*. 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). *Zona de peligro*. 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](mailto:helpdesk@theicn.org).

02/2016