

información para manipuladores de alimentos



Agencia de Protección de la Salud
y Seguridad Alimentaria

con SUMO cuidado



Junta de
Castilla y León

Garantizar la seguridad alimentaria es una de las prioridades de la Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León. Para conseguir este objetivo es necesaria la colaboración responsable de todos los agentes que participan en la cadena alimentaria.

Los manipuladores de alimentos son agentes básicos en la prevención de enfermedades transmitidas por alimentos. La realización de su actividad laboral basada en el conocimiento y la responsabilidad les llevará a unas prácticas seguras y correctas en su trabajo.

Con la información contenida en este folleto es nuestra pretensión recordar a los manipuladores de alimentos su responsabilidad, por ser ésta un pilar estratégico en nuestro objetivo de seguridad alimentaria.

César Antón Beltrán
Consejero de Sanidad

1. Información para manipuladores de alimentos

Si es usted manipulador de alimentos, es importante que lea detenidamente la información contenida en este folleto. Recuerde que de su responsabilidad depende la seguridad de otras personas.

Sin embargo, **la información que leerá a continuación no sustituye en ningún caso la formación en materia de higiene alimentaria que usted como manipulador debe recibir**, de acuerdo con la tarea que realiza en la empresa y con los riesgos que conllevan sus actividades para la seguridad alimentaria.



¿Quiénes son manipuladores de alimentos?

Todas las personas que, por su actividad laboral, tienen contacto directo con los alimentos durante su preparación, fabricación, transformación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte, distribución, venta, suministro y servicio.

Los manipuladores de alimentos **son una pieza fundamental para garantizar la seguridad de los alimentos.** Está demostrada la relación existente entre la inadecuada manipulación de los alimentos y la producción de enfermedades transmitidas por éstos. Las medidas más eficaces para evitar estas enfermedades son las prácticas higiénicas correctas.



3. Información para manipuladores de alimentos

Formación de los manipuladores

Todas las industrias y establecimientos alimentarios deben contar con un plan de formación para los manipuladores de alimentos que constituya parte de su sistema de autocontrol.

El empresario tiene la obligación de formar a sus trabajadores en cuestiones de higiene alimentaria de acuerdo con la actividad laboral de cada uno.



Legislación de interés

Real Decreto 202/2000, de 11 de febrero, por el que se establecen las normas relativas a los manipuladores de alimentos (BOE n.º48, 25/02/2000).

Decreto 269/2000, de 14 de diciembre, por el que se regulan los planes de formación sobre higiene de los alimentos en industrias y establecimientos alimentarios (BOCYL n.º 244, 20/12/2000).

(Pueden consultarse en la página web de la Junta de Castilla y León www.jcyl.es)



Recibir formación en higiene alimentaria

de acuerdo con la tarea que realizan en la empresa y con los riesgos que conllevan sus actividades para la seguridad alimentaria.



Cumplir las normas de higiene

en cuanto a actitudes, hábitos y comportamiento.



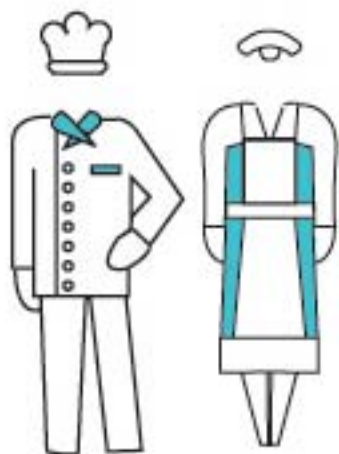
3.

Algunos deberes de los manipuladores

Conocer y **cumplir las instrucciones de trabajo** establecidas por la empresa para garantizar la seguridad y salubridad de los alimentos.



Mantener un grado elevado de **aseo personal**, llevar vestimenta limpia y de uso exclusivo y utilizar, cuando proceda, ropa protectora, cubrecabeza y calzado adecuado.



5.

Algunos deberes de los manipuladores

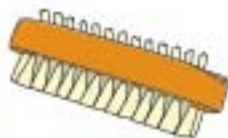
Cubrirse los cortes y las heridas

con vendajes impermeables adecuados.



Lavarse las manos con agua caliente y jabón o desinfectante

adecuado, tantas veces como lo requieran las condiciones de trabajo y siempre antes de incorporarse a su puesto, después de una ausencia o de haber realizado actividades ajenas a su cometido específico.



Informar al responsable

del establecimiento cuando padezcan una enfermedad de transmisión alimentaria, una infección cutánea o diarrea.



No fumar, masticar goma de mascar, comer en el puesto de trabajo, estornudar o toser sobre los alimentos ni realizar cualquier otra actividad que pueda ser causa de **contaminación de los alimentos.**



No llevar puestos efectos personales

que puedan entrar en contacto directo con los alimentos, como anillos, pulseras, relojes y otros objetos.



Cinco claves para la inocuidad de los alimentos



Recomendadas
por la Organización Mundial
de la Salud

1.

Claves para la inocuidad de los alimentos

Mantenga la limpieza.

- Lávese las manos antes de preparar alimentos y a menudo durante la preparación.
- Lávese las manos después de ir al baño.
- Lave y desinfecte todas las superficies y equipos usados en la preparación de alimentos.
- Proteja los alimentos y las áreas de cocina de insectos, mascotas y de otros animales (guarde los alimentos en recipientes cerrados).



¿Por qué?

- En la tierra, el agua, los animales y las personas se encuentran microorganismos peligrosos que causan enfermedades originadas en los alimentos. Ellos son llevados de una parte a otra por las manos, los utensilios, ropa, trapos de limpieza, esponjas y cualquier otro elemento que no ha sido adecuadamente lavado, y un contacto leve puede contaminar los alimentos.

Separe alimentos crudos y cocinados.

- Separe siempre los alimentos crudos de los cocinados y de los listos para comer.
- Use equipos y utensilios diferentes, como cuchillas o tablas de cortar, para manipular carne, pollo y pescado y otros alimentos crudos.
- Conserve los alimentos en recipientes separados para evitar el contacto entre crudos y cocidos.

¿Por qué?



● Los alimentos crudos, especialmente carne, pollo y pescado y sus jugos, pueden estar contaminados con microorganismos peligrosos que pueden transferirse a otros alimentos, tales como comidas cocinadas o listas para comer, durante la preparación de los alimentos o mientras se conservan.

Cocine completamente.

- Cocine completamente los alimentos, especialmente carne, pollo, huevos y pescado.
- Hierva los alimentos como sopas y guisos para asegurarse de que alcancen los 70 °C. Para carnes rojas y pollos cuide que los jugos sean claros y no rosados. Se recomienda el uso de termómetros.
- Recaliente completamente la comida cocinada.



¿Por qué?

- La correcta cocción mata casi todos los microorganismos peligrosos. Estudios enseñan que cocinar el alimento de forma que todas las partes alcancen los 70 °C garantiza la inocuidad de estos alimentos para el consumo.
- Existen alimentos, como trozos grandes de carne, pollos enteros o carne molida, que requieren especial control de la cocción.
- El recalentamiento adecuado mata los microorganismos que puedan haberse desarrollado durante la conservación de los alimentos.

Mantenga los alimentos a temperaturas seguras.

- No deje alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 horas.
- Refrigere lo más pronto posible los alimentos cocinados y los perecederos (preferiblemente bajo los 5 °C).
- Mantenga la comida caliente (por encima de los 60°C).
- No guarde comida mucho tiempo, aunque sea en la nevera. Los alimentos infantiles listos para comer no deben ser guardados.
- No descongele los alimentos a temperatura ambiente.



¿Por qué?

- Algunos microorganismos pueden multiplicarse muy rápidamente si el alimento es conservado a temperatura ambiente, pues necesitan alimento, humedad, temperatura y tiempo para reproducirse.
- Bajo los 5 °C o por encima de los 60 °C el crecimiento microbiano se hace más lento o se detiene. Algunos microorganismos patógenos pueden todavía crecer en temperaturas inferiores a los 5 °C.

Use agua y materias primas seguras.

- Use agua tratada para que sea segura.
- Seleccione alimentos sanos y frescos.
- Para su inocuidad, elija alimentos ya procesados, tal como leche pasteurizada.
- Lave las frutas y las hortalizas, especialmente si se comen crudas.
- No utilice alimentos después de la fecha de vencimiento.



¿Por qué?

- Las materias primas, incluyendo el agua, pueden contener no sólo microorganismos sino también elementos químicos dañinos. Es necesario tener cuidado en la selección de los productos crudos y tomar medidas de prevención que reducen el peligro, como lavarlos y pelarlos.

Conocimiento = Prevención

Agencia de Protección de la Salud
y Seguridad Alimentaria

con SUMO cuidado



Junta de
Castilla y León