

Lavado de manos

Hoja informativa

Una de las cosas más importantes que puede hacer para evitar la propagación de enfermedades transmitidas por los alimentos es lavar sus manos. En realidad, el Código alimentario exige que todos los empleados de la industria alimentaria mantengan limpias sus manos y partes expuestas de sus brazos. Al lavarse con frecuencia sus manos, el agua se lleva los gérmenes que usted ha recogido de otra gente o de superficies contaminadas, y evita la propagación de enfermedades.

¿Cuándo debe lavarse las manos?

Debe lavarse las manos a menudo. Probablemente más menudo de lo que lo hace ahora porque usted no puede ver los gérmenes a simple vista u olerlos, de modo que realmente no sabe dónde se esconden. Los empleados de la industria alimentaria siempre deben lavarse las manos:

- Después de usar el tocador;
- Después de tocar partes descubiertas del cuerpo humano aparte de manos limpias y partes expuestas de los brazos limpias también;
- Después de atender o manipular animales de apoyo o animales acuáticos como peces en acuarios, mariscos o crustáceos en cajas de exhibición;
- Después de toser, estornudar, usar un pañuelo o pañuelo de papel desechable; usar tabaco, comer o beber;
- Después de manipular equipos o utensilios sucios;
- Durante la preparación de alimentos, tan a menudo como sea necesario para eliminar suciedad y contaminación y para evitar contaminación cruzada cuando se cambian tareas;
- Cuando se pasa de trabajar con alimentos crudos a trabajar con alimentos listos para ingerir; y
- Después de dedicarse a otras actividades que contaminan las manos, como limpiar mesas, manipular platos sucios o sacar la basura.

¿Cuál es la manera correcta de lavarse las manos?

Se estima que una de cada tres personas no se lavan regularmente las manos, aún después de usar el tocador. Los siguientes cuatro pasos le ayudarán a asegurarse de que sus manos estén lavadas correctamente:

1. Mójese las manos con agua corriente caliente y póngase jabón líquido, en polvo o en barra.
2. Frótese las manos enérgicamente y restriegue todas las superficies. Lávese debajo de las uñas y entre los dedos.
3. Continúe restregando durante 20 segundos o lo que dure aproximadamente una pequeña melodía como “¡Cumpleaños feliz!” Es el jabón combinado con la acción de restregar lo que ayuda a sacar y eliminar la suciedad y los gérmenes.
4. Enjuáguese las manos por completo con agua corriente y séquese las manos empleando un método adecuado, esto es, toallas individuales desechables, sistema de toalla continua que le proporciona al usuario toallas limpias o un dispositivo con aire caliente.

**Para mayor información sobre cómo operar un establecimiento alimentario
póngase en contacto con su departamento de salud local**