

Adecuado lavado de manos para Manipuladores de Alimentos

El lavado de manos es uno de los principales métodos utilizados para ayudar a prevenir enfermedades transmitidas por los alimentos. El lavado adecuado de las manos reducirá el riesgo de transmitir microorganismos, como bacterias, virus y otros agentes, que causan enfermedades a las personas que comen los alimentos que manipulas. Si necesita usar desinfectante para las manos, ¡siempre lávate las manos primero! La suciedad, los alimentos o cualquier otra cosa en las manos hacen menos eficaz el efecto del alcohol. ¡No use desinfectante para manos en lugar de lavarse las manos!



1

Quítese las joyas, a excepción del anillo de bodas liso, si va a preparar alimentos.



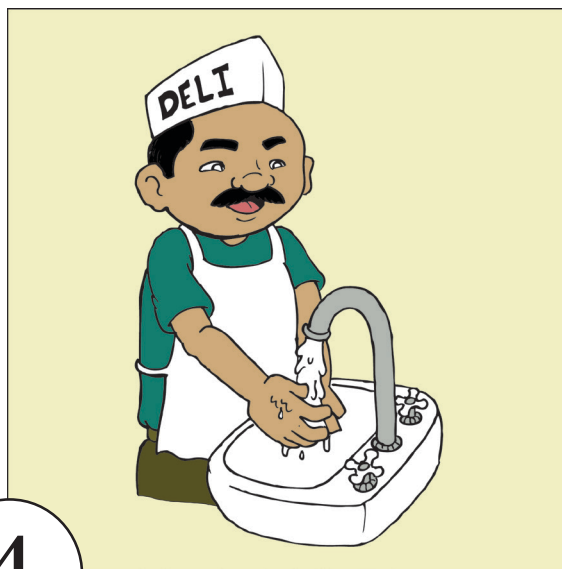
2

Use jabón y abundante agua.



3

Enjabone sus manos y brazos hasta los codos y frote con jabón durante 20 segundos (cante la canción de cumpleaños dos veces).



4

Enjuague sus manos y muñecas con abundante agua.



5

Use una toalla de papel para cerrar la llave del agua. Séquese las manos y las muñecas con toallas de papel limpias y desechables. Si usa desinfectante para manos, aplíquelo en ese momento.

Lávese las manos antes de:

- Entrar en la estación de preparación de comida.
- Manipular alimentos listos para comer o crudos.
- Tocar utensilios para servir.
- Ponerse guantes nuevos.
- Manejar diferentes alimentos.
- Servir los alimentos.

Lávese las manos después de:

- Visitar el baño.
- Tocar partes descubiertas de su cuerpo (orejas, nariz, cabello, etc.)
- Manipular la basura.
- Trabajar con alimentos crudos.
- Manipular productos químicos de limpieza.
- Hacer otras actividades que ensucien sus manos.

Autor: Amy Simonne, Ph.D., profesor, Departamento de Familia, Jóvenes, y Ciencias de la Comunidad; UF/IFAS Extensión, Gainesville, FL 32611. Jason Green, Ilustración. Hope N. Crawford, diseño. Revisado marzo 2020

Revisores: Linda B. Bobroff, Ph.D., RDN, profesor, Departamento de Familia, Jóvenes, y Ciencias de la Comunidad, Elizabeth T. Gorimani, M.S., agente de Extensión I, UF/IFAS Extensión Condado de Gadsden, Pamela S. McMahon, Ph.D., profesora principal, Departamento de Ciencia de los Alimentos y Nutrición Humana, Susan Rachles, M.S., ex agente de Extensión III, UF/IFAS Extensión del Condado de Desoto; UF/IFAS Extensión, Gainesville, FL 32611. Traducción al Español: Victor Blanco, agente de Extensión II, UF/IFAS Extensión Condado de Taylor. Reseña escrita por Fernando Alferez, Ph.D. profesor asistente, UF/IFAS Southwest REC.

El Instituto de Ciencias Agroalimentarias (IFAS) es una institución de igualdad de oportunidades autorizada para proporcionar investigación, información educativa y otros servicios solo a individuos e instituciones que funcionan sin discriminación con respecto a raza, credo, color, religión, edad, discapacidad, sexo, orientación sexual, estado civil, origen nacional, opiniones políticas o afiliaciones. Para obtener más información sobre cómo obtener otras publicaciones de extensión UF / IFAS, comuníquese con la oficina de extensión UF / IFAS de su condado. Departamento de Agricultura de EE. UU., Servicio de Extensión UF / IFAS, Universidad de Florida, IFAS, Programa de Extensión Cooperativa de la Universidad Florida A&M y Juntas de Comisionados del Condado que cooperan. Nick T. Place, Decano de UF / IFAS Extension.