

Lavado de manos en establecimientos alimentarios: Lo que debe saber

Los brotes de enfermedades transmitidas por alimentos en restaurantes suelen producirse cuando los alimentos se contaminan con agentes patógenos presentes en las manos de los trabajadores del sector alimentario. Lavarse las manos es una práctica eficaz y necesaria para eliminar bacterias, virus y otros contaminantes de las manos de los trabajadores del sector alimentario. Para detener la propagación de enfermedades transmitidas por alimentos, los trabajadores del sector alimentario deben lavarse las manos con frecuencia y correctamente.

Para lavarse las manos correctamente, siga estos pasos:

1. Humedézcase las manos con agua caliente/templada.
2. Aplíquese jabón en las manos.
3. Frótese las manos durante al menos 20 segundos. Asegúrese de frotar entre los dedos, debajo de las uñas y cualquier parte descubierta de las muñecas o los brazos.
4. Retire todo el jabón de las manos enjuagándose con agua caliente/templada.
5. Utilice una toalla de papel limpia para cerrar el grifo del lavamanos.
6. Séquese bien las manos limpias con una toalla de papel limpia o con un secador de aire.



Las manos deben lavarse en lavabos etiquetados y utilizados solo para dicha función.

- **Nunca** deben lavarse las manos en fregaderos de preparación, fregaderos de tres compartimentos, fregaderos de vaciado o fregaderos para mopas.
- Los lavabos destinados al lavado de manos no deben utilizarse **nunca** para otro fin que no sea el lavado de manos.
- Lavarse las manos solo en lavabos etiquetados reduce el riesgo de contaminación cruzada entre las manos y otros objetos que puedan introducirse en el lavabo.



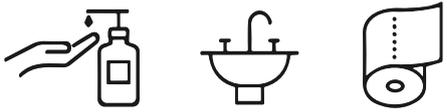
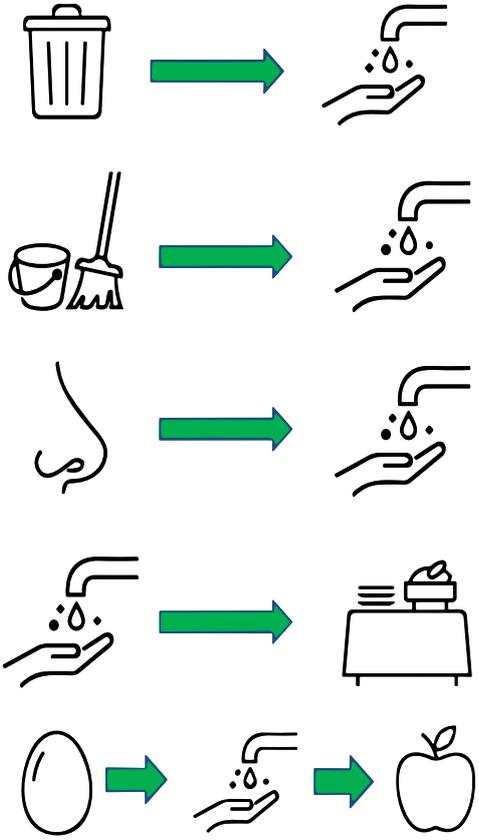
Los lavamanos deben estar situados en zonas cómodas para que los empleados puedan utilizarlos cuando lo necesiten.

- Todas las zonas de preparación de alimentos, las zonas de distribución de alimentos, las zonas de lavado de vajilla y los aseos deberán estar equipados con al menos un lavamanos cada una.
- Los establecimientos alimentarios deben disponer de más de un lavamanos fuera de los aseos. En los establecimientos que solo dispongan de un lavamanos, la zona de cocina deberá ser lo suficientemente pequeña como para que se pueda acceder razonablemente al único lavamanos desde todas las zonas, y el nivel de actividad del establecimiento no deberá desincentivar el uso del lavamanos por falta de tiempo.

Los trabajadores del sector alimentario deberán disponer en todo momento de lavabos para lavarse las manos.

- No debe haber nunca objetos que bloqueen el acceso a los lavamanos.
- Los lavamanos deben mantenerse en buen estado para que funcionen correctamente.



<p>Los lavamanos deben estar bien abastecidos en todo momento.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los lavamanos deben tener agua fría y caliente. La temperatura del agua nunca debe ser tan caliente ni tan fría que resulte incómodo para los trabajadores del sector alimentario mantener las manos en el agua durante al menos 20 segundos para completar un lavado de manos adecuado. • Los lavamanos deben estar siempre provistos de jabón y toallas de papel para que a los empleados les resulte fácil lavarse las manos correctamente. • Los lavamanos deben estar etiquetados solo para lavarse las manos. 	
<p>El lavado de manos debe ser frecuente.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los empleados deben lavarse las manos <u>inmediatamente antes de:</u> <ul style="list-style-type: none"> ○ empezar a preparar alimentos, ○ ponerse un nuevo par de guantes de un solo uso para trabajar con alimentos, ○ manipular equipos y utensilios limpios, ○ manipular artículos sueltos sin envolver (cubiertos, cajas para llevar, etc.). • Los empleados deben lavarse las manos <u>inmediatamente después de:</u> <ul style="list-style-type: none"> ○ tocar partes descubiertas del cuerpo humano (ojos, cara, nariz, boca, etc.), ○ tocar ropa u objetos personales (carteras/bolsos, teléfonos móviles, coberturas para el pelo, etc.), ○ usar el baño, ○ toser, estornudar, utilizar un pañuelo de tela o de papel, consumir tabaco, comer o beber, ○ manipular zonas de alta contaminación (papeleras, tiradores de puertas, menús, etc.), ○ manipular equipos o utensilios sucios, ○ realizar otras actividades que puedan contaminar las manos. • Los empleados deben lavarse las manos al cambiar de tarea, incluido el cambio entre el trabajo con alimentos crudos y el trabajo con alimentos listos para el consumo. • Los empleados deben lavarse las manos con la frecuencia necesaria para eliminar los restos de alimentos y otros contaminantes. 	
<p>El uso de desinfectante de manos no sustituye al lavado adecuado de manos. Los empleados solo deben utilizar el desinfectante de manos inmediatamente después de haberse lavado las manos correctamente.</p>	
<p>Al manipular alimentos listos para el consumo, además de guantes de un solo uso, utensilios y otros métodos, hay que lavarse las manos correctamente. El contacto de las manos descubiertas con alimentos listos para el consumo no debe producirse nunca, ni siquiera en establecimientos con un lavado de manos perfecto.</p>	

Para obtener más información envíe un correo electrónico a foodsafety@nnph.org o llame al 775-328-2434 opción 8 para ponerse en contacto con un inspector.