



## GUIA PARA LOS SERVICIOS DE ALIMENTOS TEMPORAL



*Su socio para proporcionar un ambiente  
divertido y seguro para todos*

Condado de Lake  
Division de Salud Ambiental  
922 Bevins Court • Lakeport, CA 95453 • 707-263-1164  
Horas de Oficina: 8-5PM L-V

El Departamento de Salud Ambiental quiere ser su socio ayudándole a planear su evento en la comunidad. Le podemos proporcionar orientación con expertos en el tema y recomendarle unas precauciones simples que ayudan a mantener la comida saludable para el publico



Esta guía proporciona información de seguridad básica sobre comida para todos.

“Mientras que el abastecimiento de alimentos en los Estados Unidos es uno de los mas seguros del mundo, El Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) estima que cada año 1 en cada 6 Americanos (o 48 millones de personas) se enferman, 128,000 son hospitalizadas, y 3,000 mueren de enfermedades transmitidas por los alimentos ”  
[www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)

**El Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) a identificado lo siguiente como factores de riesgo responsables de brotes de enfermedades transmitidas por alimentos:**

1. Temperaturas inadecuadas de alimentos potencialmente peligrosos.
2. La temperatura de preparación incorrecta
3. Un mal higiene personal
4. Equipo contaminado
5. Los recursos de alimentos inseguros



## 1. La temperatura inadecuada de comida fría/caliente potencialmente peligrosa

Es muy importante guardar comida potencialmente peligrosa a la temperatura adecuada para minimizar el crecimiento de la bacteria que puede estar presente en la comida.

La comida caliente potencialmente peligrosa debe de estar a **135°F o arriba**.

La comida fría potencialmente peligrosa debe estar a **41°F o abajo**

La comida fría que esta a **45°F** debe de tirarse al terminar el día

La bacteria crece rápidamente entre 41°F y 135°F. Esto es conocido como la “**zona peligrosa**”



**SI TIENE UN A DUDA TIRELO.**

Esto también aplica enfriando y recalentando comida potencialmente peligrosa. La comida debe enfriarse rápidamente.

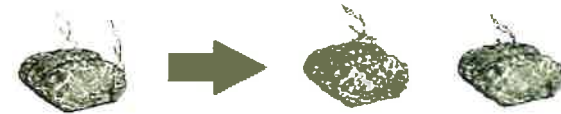
Esto quiere decir que la temperature debe de bajar de **135°F a 70°F dentro de 2 horas** y luego de **70°F a 41°F dentro de 4 horas adicionales**.

Métodos rápidos para enfriar incluye:



1. Poniendo comida en un bandeja de poca altura.

2. Separando la comida a porciones mas pequeñas.



3. Metiendo el contenedor de comida adentro de un balde de agua fría y revolviéndolo con una cuchara.



4. Adaptar las recetas

Reduciendo la cantidad de agua o liquido y luego agregando hielo

5. Use una unidad de enfriamiento rápido que enfría comida caliente a 37°F en 90 Minutos.



**Recuerde que enfriando la comida correctamente y rápidamente es una de las mejores defensas para prevenir las enfermedades transmitidas por los alimentos .**

## Recalentando apropiadamente

Cuando esta recalentando la comida fría a caliente para servir durante el día debe calentarse rápidamente

La comida potencialmente peligrosa debe de ser recalentada a 165° F dentro de 2 horas antes de ponerla en una unidad para servir



## 2. Temperaturas inadecuadas

Es absolutamente esencial tener el control de la temperatura de la comida potencialmente peligrosa para prevenir las enfermedades. Aquí están los elementos claves para controlar la temperatura de comida potencialmente peligrosa que usted necesita seguir:

Para poder matar las bacterias dañinas que están presentes en carne cruda, pescado, huevos y pollo cocine a fondo el producto para que la temperatura interna llegue a la temperatura adecuada, vea el grafico siguiente:

	<b>La temperatura interna debe mantenerse a:</b>	<b>El Tiempo. Por lo menos:</b>
Frutas y vegetales	135°F	15 segundos
Asados enteros, carne en conserva, Asados de cerdo	145°F	3 minutos
Huevos con cascara, pescado, carne (incluyendo carne de cerdo)	145°F	15 segundos
Carne molida, productos de cerdo	155°F	15 segundos
Carne de pollo., pollo molido	165°F	15 segundos
Comida con relleno o rellenos	165°F	15 segundos
Restos de comida	165°F	15 segundos

### Recuerde:

- Siempre espere comida a 45°F o arriba de 135°F.
- La comida guardada a 41°F o menos durante el evento se puede usar el día siguiente.
- La comida guardada a 41°F durante el evento debe tirarse al terminar el día.
- La comida guardada a o arriba de 135°F durante el evento debe tirarse al terminar el día.

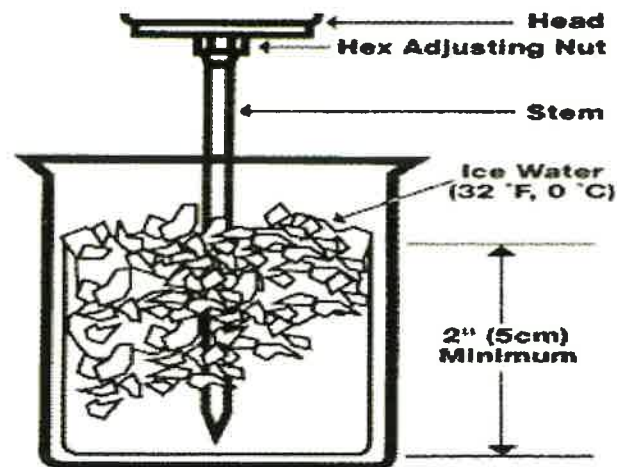
***Cocinando adecuadamente destruye todos los microorganismos dañinos y es un paso importante para prevenir las enfermedades causadas por alimentos.***

## La importancia de termómetros

- Para poder controlar la temperatura y proteger la comida se requiere de un termómetro que sea exacto
- Un termómetro de metal(0-220°F o digital) debe de estar disponible para controlar la temperatura de la comida caliente y fría
- Para asegurarse que su termómetro esta exacto debe calibrarse regularmente. Los termómetros pueden ser calibrados por el método de punto de hielo o el método de punto de hervir.

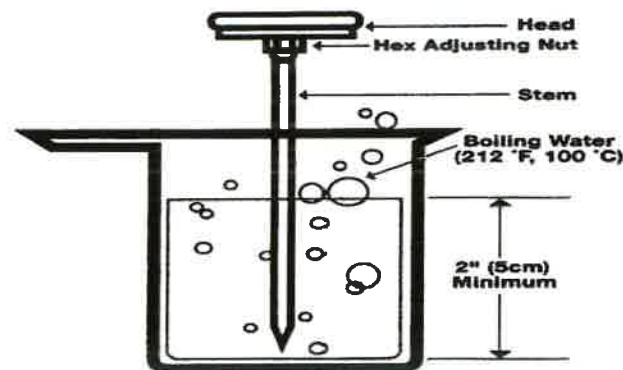
### Método de hielo:

- Llene un contenedor con hielo
- Agregue agua fría
- Deje que el hielo y la agua llegue a 32°F (como 4 a 5 minutos)
- Meta el termómetro de metal en el centro del contenedor, asegúrese que la punta no toque abajo o alrededor del contenedor
- Mantenga el termómetro en ese lugar hasta que lea que esta a 32°F y escriba la temperatura
- Repita esto dos veces mas para verificar que lea lo mismo cada vez.
- Si la temperatura no lee 32°F, use alicates en la tuerca del calibrador que esta abajo de la parte de arriba del termómetro para ajustar la temperatura a 32°F (vea el diagrama siguiente)



### Método de hervir

- Sumerja el sensor en agua caliente. Para un termómetro bi-metálico espere hasta que la jeringa pare y luego use una llave para voltear la tuerca de calibración hasta que lea 212°F.



### 3. Mala salud personal/higiene

- Los trabajadores de alimentos que están enfermos deben de quedarse en casa y no servir comida en el evento para que no le pasen la enfermedad a sus clientes.
- Un trabajador de comida que a sido diagnosticado con una enfermedad gastrointestinal (GI), o tiene síntomas como diarrea, o vomito con diarrea, puede contaminar la comida. Es posible que un trabajador le pase la enfermedad a un cliente a través de la comida.

### La importancia de lavarse las manos

- El virus y las bacterias son invisibles, pero pueden estar presentes en sus manos si no se las lava adecuadamente.
- ***Lavándose las manos adecuadamente es un paso muy importante para prevenir la contaminación en la comida/bebidas y la transmission de enfermedades.***



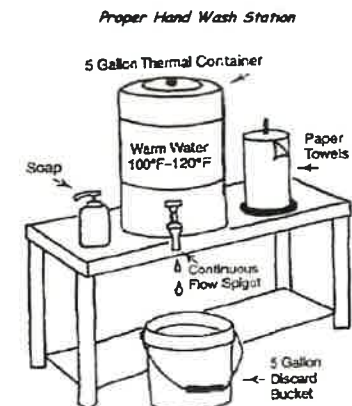
### Lávese las manos adecuadamente:

- Antes de empezar a trabajar
- Después de tocar carne cruda
- Después de destornudar, toser o tocarse la cara o el pelo
- Después de usar el baño
- Después de un descanso
- Después de trapear, usar químicos para limpiar o sacar la basura
- O cualquier cosa que pueda causar contaminación

**Una estación de lava manos es fácil de instalar, y debe de estar disponible en cada puesto donde vaya haber comida o bebidas.**

La estación de lava manos debe de tener:

- Un recipiente con un grifo de flujo libre
- Agua caliente(100°F -120°F)
- Un colector para la agua sucia
- Un dispensador de jabón
- Un dispensador de toallas de papel
- Un bote de basura



## Requisitos para usar guantes

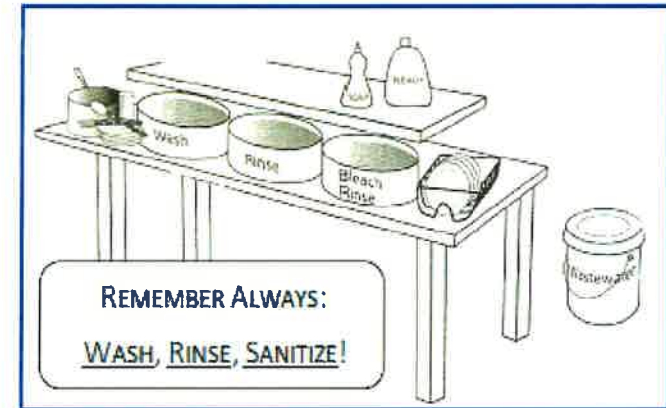
- Los guantes son recomendados cuando se van a usar las manos para preparar comida lista para comer o si va a colocar comida lista para comer en un plato o contenedor.
- Además se **REQUIEREN** guantes cuando el empleado tiene: cortadas; erupciones; uñas artificiales; pinta uñas; anillos; aparatos de ayuda ortopédica; las uñas sucias y que no están bien recortadas.
- Las manos deben de lavarse antes y después de usar guantes. Los guantes se deben de cambiar cada vez que se lave las manos.



## 4. Equipo sucio o/y contaminado

- Cuando utensilios o el equipo de cocinar se ensucian o contaminan pueden transmitir la contaminación a la comida y causar una enfermedad.
- Utensilios/equipo que están en contacto con la comida deben lavarse cada 4 horas.

Un lava trastes temporal es fácil de instalar.



## Contaminación Cruzada

La comida cocinada debe estar separada de la carne de res, puerco, pescado y pollo para que no sea expuesta a organismos peligrosos y causar enfermedades.

### Aquí hay unas sugerencias:

- Lávese las manos frecuentemente.
- Lave los utensilios entre usos
- Use toallas limpias y desinfectante para limpiar superficies. Evite usar toallas que ya fueron utilizadas para limpiar sangre o carne cruda

- Las toallas que van a ser utilizadas varias veces para limpiar superficies deben de estar en una cubeta con agua y desinfectante. Un desinfectante común es una cucharada de cloro de casa por cada gallon de agua.
- Separe la carne cruda, pescado, huevos y pollo del producto ya listo para comer. Use hieleras y contenedores separados para aguardar la carne cruda, pescado, huevos, y pollo. Aguarde la carne cruda debajo de la comida lista para comer en el refrigerador.

## 5. ALIMENTOS DE FUENTES INSEGURAS

- **La comida debe ser preparada en su puesto o en una cocina comercial.**
- **La comida potencialmente peligrosa no puede ser preparada en un hogar.**
- **Excepción: Organizaciones sin fines de lucro pueden servir los alimentos que no son potencialmente peligrosos preparados en casa.**
- Cualquier alimento que se va a vender, servir, regalar o utilizar como ingrediente se debe obtener de una fuente aprobada.
- Una instalación aprobada donde la comida es producida, preparada, or procesada excede las normas de la agencia reguladora responsable. Esto significa que la instalación tiene un permiso valido y tiene inspecciones regularmente.

## Recordatorios:

Por favor notifique a nuestra oficina si va a ser cambios al menu antes del evento.

- La estación de lavado de manos **debe de estar** instalada antes de preparar cualquier comida.
- Tenga un termómetro disponible.
- La agua sucia debe de tirarse en un sistema sanitario aprobado. La agua sucia no puede tirarse en el suelo, en la calle o en el drenaje.

## PREGUNTAS?

**Si necesita clarificación de algo en esta guía porfavor contacte a los Inspectores de Comida del Departamento de Salud Ambiental del Condado de Lake para ayuda o para mas información 707-263-1164.**

Horas de Oficina:

Lunes a Viernes 8:00am a 5:00pm

Las horas de oficina del inspector:  
3:00pm a 4:30pm





Agradecimiento especial para:

Departamento de Salud Publica del  
Condado de Butte  
Division de Salud Ambiental del  
Departamento de Salud de Salt Lake  
Valley



**Condado de Lake**  
**Division de Salud Ambiental**  
922 Bevens Court • Lakeport, CA 95453 •  
707-263-1164 Horas de Oficina: 8-5PM L-V

April 2013