


GUÍA

PARA EL MANIPULADOR

DE ALIMENTOS

Higiene y salubridad alimentaria

Montréal 
Service des infrastructures et de l'environnement
Direction de l'environnement
Division de l'inspection des aliments
827, boulevard Crémazie Est, bureau 301
Montréal (Québec) H2M 2T8

Una publicación de la
Comunidad urbana de Montreal
Dirección de la Inspección de Alimentos
Servicio del medio ambiente
Bulevâr Cremazie este, 827
Montreal, (Quebec)
H4M 2T8

Traducción:
. Hélène Fecteau

Impreso en Canadá

HIGIENE Y SALUBRIDAD ALIMENTARIA EN EL TERRITORIO DE LA COMUNIDAD URBANA DE MONTREAL

Cualquier alimento destinado al consumo en el territorio de la Comunidad debe satisfacer las exigencias de los reglamentos y leyes de los gobiernos provincial y federal, así como el reglamento específico de la Comunidad relativo a los alimentos preparados, servidos o vendidos dentro de su territorio.

La Comunidad urbana de Montreal abarca 29 municipios y cuenta con más de 1,7 millones de personas entre las cuales se encuentran las comunidades étnicas. La Dirección de la Inspección de Alimentos del Servicio del medio ambiente de la Comunidad se ocupa de la higiene y de la salubridad de más de 12.600 establecimientos de venta al por menor y de consumo. La mitad de estos establecimientos son de restauración.

PROTECCIÓN DEL CONSUMIDOR

La Dirección de la Inspección de Alimentos reagrupa actualmente un equipo especializado compuesto por un agrónomo, un bacteriólogista, médicos veterinarios, químicos, técnicos de laboratorio y cerca de cuarenta inspectores de salud pública. Su misión consiste en asegurar la protección del consumidor, velando por el respeto de las reglas de higiene y de salubridad referentes a las actividades de preparación, transformación, conservación y manipulación de alimentos.

Los inspectores cumplen esta tarea visitando, a cualquier hora del día, siete días por semana, restaurantes, pescaderías, tiendas de comestibles, carnicerías, hospitales... Los distribuidores automáticos, las cantinas móviles y los vehículos destinados al transporte de los productos alimenticios también están sujetos a esta vigilancia. Cada año se realizan más de 60.000 visitas de inspección. De esta manera, cada establecimiento del territorio es verificado unas cinco veces.

Una vez visitado el establecimiento, el inspector trasmite sus recomendaciones al responsable de dicho establecimiento. En caso de infracción al reglamento, el inspector toma acta, notificando las diversas correcciones que se deben hacer y el plazo fijado para corregirlas. En caso de no cumplir el aviso escrito o cuando la gravedad de la situación lo requiere, los trasgresores son citados eventualmente ante los tribunales y son merecedores de una multa. Cuando hay un peligro inmediato para la vida o la salud del consumidor, la Dirección de la Inspección de Alimentos tiene el poder de suspender la explotación del establecimiento e incluso prohibir el acceso al mismo.

GUÍA DEL MANIPULADOR DE ALIMENTOS

El presente documento, destinado a los manipuladores de alimentos, enumera los principios generales que conviene respetar, en materia de higiene, cuando se manipulan los productos alimenticios.

El personal que efectúa la preparación o el servicio de la comida, debe conocer y aplicar las reglas de higiene y de salubridad alimenticias para garantizar al consumidor una comida sana que no presente ningún riesgo para su salud.

El lector encontrará, en la última página, un léxico de los términos utilizados.

TOXI-INFECCIONES ALIMENTARIAS

Se denominan, bajo el término de toxi-infecciones alimentarias, generalmente llamadas "envenenamientos" o intoxicaciones, las enfermedades derivadas del consumo de alimentos contaminados por gérmenes patógenos o sustancias tóxicas.

Los gérmenes o microorganismos patógenos nocivos para la salud constituyen solamente una ínfima parte de todos los microorganismos conocidos. Estos gérmenes, como las bacterias, los virus, los mohos y los parásitos, están compuestos de organismos invisibles a simple vista y pueden encontrarse en cualquier parte del medio ambiente: suelo, aire, excrementos, sistema digestivo animal, alimentos crudos, manos, ropa y en las partículas de saliva proyectadas por la tos o los estornudos.

Los microorganismos se multiplican, pero no pueden desplazarse por sí mismos. Por eso, cualquier elemento externo que entra en contacto con los alimentos puede constituir una fuente de contaminación. Las manos, las áreas de trabajo, son ejemplos de casos flagrantes de contaminación.

Contra toda creencia popular, la presencia de microbios patógenos no produce automáticamente modificaciones en el aspecto, el sabor o el olor de un alimento. Sólo un análisis en laboratorio permite detectar la presencia de microbios patógenos en los productos alimenticios, ya que el tamaño de estos microbios es tan pequeño, que se necesitaría más de quinientos millones de bacterias para cubrir la superficie de un sello de correos.

Según las estimaciones, el 95% de las toxi-infecciones alimenticias son causadas por gérmenes llamados bacterias. La mayoría de estas bacterias son inofensivas y muchas son, incluso, útiles; por ejemplo, las que intervienen en la fabricación de quesos, del yogur o del salchichón seco. Sin embargo, algunas bacterias son peligrosas, pueden provocar enfermedades e incluso causar la muerte; entre éstas, se encuentran las que son responsables de las intoxicaciones.

Las toxi-infecciones suelen manifestarse por náuseas o vómitos, acompañados por dolores y diarrea. Los ancianos, los niños y las personas enfermas son mucho más sensibles a las intoxicaciones alimenticias.

CALIDAD E INOCUIDAD DE LOS ALIMENTOS = ECONOMÍAS

Según el informe sobre las intoxicaciones alimenticias publicado por Salud y Bienestar social Canadá, se estima que el 70% de las toxi-infecciones proceden de establecimientos de servicio alimenticio o de venta al detalle de comestibles. Los miles de toxi-infecciones que se producen cada año en Canadá son, casi siempre, resultado de una manipulación incorrecta.

Por lo tanto, para los manipuladores de alimentos queda clara la importancia de adoptar métodos de trabajo higiénicos y salubres para prevenir el desarrollo de microorganismos en los productos alimenticios.

Además de causar intoxicaciones, los microorganismos son responsables del deterioro de los alimentos. El pan mohoso, la leche agria y las carnes limosas están asociados a la proliferación de gérmenes.

El respeto de las reglas de higiene y de salubridad permite mantener la calidad, el aspecto y la conservación de los alimentos, haciendo así economías importantes y protegiendo la buena reputación del establecimiento.

CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS

Para que un alimento cause una toxi-infección, debe contener un número suficiente de bacterias patógenas. A la cabeza de los factores que contribuyen al desarrollo de las bacterias, se encuentra el factor **TIEMPO-TEMPERATURA**. La mayoría de las toxi-infecciones deriva de un mal control de la temperatura de los alimentos.

Las bacterias son seres vivos que se nutren, eliminan desperdicios y se multiplican rápidamente en los alimentos calientes y húmedos. A una temperatura que oscila entre 35°C (95°F) y 45°C (113°F), el número puede duplicarse en 15 minutos. A este ritmo, 100 bacterias pueden multiplicarse y llegar a más de un millón en un período de tres horas y media. También, las bacterias tienen predilección por los alimentos no-ácidos o de poca acidez, como los huevos, la leche y la carne.

ALIMENTOS POTENCIALMENTE PELIGROSOS

Los alimentos potencialmente peligrosos son aquellos en los que las bacterias patógenas crecen rápidamente, a menos que estén mantenidos a una temperatura apropiada: calor de más de 60°C (140°F) o refrigeración bajo los 4°C (40°F).

ALIMENTOS PARTICULARMENTE VULNERABLES A LA CONTAMINACIÓN BACTERIANA

- Carnes o aves, crudas o cocidas (excepto los salchichones secos);
- Platos o ensaladas a base de carne, de pescado o de mariscos, crudos o cocidos;
- Salsas, mayonesa;
- Leche y productos lácteos, huevos crudos o cocidos;
- Flanes, pudines, crema batida y crema;
- Legumbres cocidas;
- Cereales cocidos.

Normalmente, las bacterias se destruyen a través de una cocción a temperatura apropiada. El frío frena su desarrollo. Las temperaturas entre 4°C (40°F) y 60°C (140°F) constituyen la zona crítica en los alimentos. En esta zona, las bacterias sobreviven y se multiplican más fácilmente.

RECOMENDACIONES

- Refrigere los alimentos que deben conservarse a 4°C (40°F) o menos.
- Mantenga los alimentos calientes a una temperatura de 60°C (140°F) o más hasta el momento de servirlos.
- Cuando cueza o recaliente los alimentos, utilice un termómetro para precisar la temperatura interna. Así podrá verificar si el alimento está a punto y se asegurará, al mismo tiempo, que el calor destruya todos los microorganismos.

TEMPERATURA DE COCCIÓN DE CARNES O DE PRODUCTOS A BASE DE CARNE

Aves: 85°C (185°F) en el pernil;
Carne de vacuno: 60°C (140°F) de temperatura interna;
Cerdo y ternera: 80°C (176°F) de temperatura interna;
Cordero: 65°C (149°F) de temperatura interna;
Otros alimentos: 74°C (165°F).

- Refrigere los alimentos permitiendo la circulación de aire libre entre ellos. Los alimentos cocidos y preparados en grandes cantidades deben ser colocados en envases poco profundos, no más de 10 centímetros (4 pulgadas), para acelerar el enfriamiento. Procure no refrigerar o congelar grandes cantidades de carne cruda molida o de recortes preparados en el establecimiento.
- Coloque un termómetro preciso en cada refrigerador, mostrador refrigerado y congelador. Verifique diariamente la temperatura de cada uno de ellos.
- Sirva los alimentos inmediatamente después de la preparación; si no, póngalos en el refrigerador o manténgalos a 60°C (140°F) o más. Nunca deje alimentos perecederos a temperatura ambiente más de una hora.
- Proceda a todas las operaciones de preparación de carne cruda a una temperatura ambiente de 10°C (50°F) o menos.
- Conserve los alimentos congelados a -18°C (0°F).
- Descongele los alimentos en el refrigerador a 4°C (40°F) o en el horno micro-ondas. Nunca descongele un alimento a la temperatura ambiente porque la superficie exterior, a medida que se descongela, se expone demasiado tiempo a una temperatura que favorece el desarrollo de gérmenes.
- Descongele y limpie los refrigeradores y los congeladores regularmente. Así evitará la acumulación de olores y otros problemas engendrados por un mal funcionamiento de los aparatos.

MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS

Para evitar el deterioro de los alimentos, es esencial reducir las fuentes de contaminación manteniendo escrupulosamente limpio todo lo que entra en contacto con la comida. Las recomendaciones siguientes impedirán la multiplicación de bacterias.

RECOMENDACIONES

- Preserve los alimentos de la contaminación recubriéndolos con papel celofán apropiado, con tapaderas lavables o cortinas protectoras. No deposite nunca envases o recipientes directamente en el suelo.
- Asegúrese que la carne o los productos cárnicos almacenados o utilizados provengan exclusivamente de una fuente autorizada.
- Proteja los alimentos de cualquier tipo de contaminación, como los estornudos o la TOS. **Procure no tocar las superficies de los utensilios y de los aparatos que están en contacto directo con los alimentos.**
- Lave y desinfecte de manera adecuada los aparatos, los utensilios y las áreas de trabajo después de haber manipulado alimentos crudos (carnes o legumbres); haga lo mismo antes de manipular los alimentos cocidos o listos para servir con el fin de prevenir la contaminación cruzada.
- Conserve y prepare de manera separada y en lugares distintos, los alimentos crudos y los alimentos cocidos.
- Haga regularmente una rotación de existencias utilizando primero los productos comprados hace tiempo.
- Elimine inmediatamente los productos deteriorados.
- Tire las latas de conserva abombadas o abolladas, las que salpican cuando se abren, así como las que contienen alimentos de apariencia o de olor anormal. No los pruebe siquiera. Los alimentos en

latas de conserva no deben guardarse en el envase de origen una vez abierto, porque la lata puede corroerse y adulterar así el alimento que contiene.

HIGIENE PERSONAL

El aseo y la salud del personal asignado a la preparación de la comida son esenciales. Cualquier persona puede ser portadora de gérmenes patógenos que se transmiten fácilmente a través de los alimentos. Para evitar la contaminación de los alimentos, se necesita observar las precauciones siguientes:

PRECAUCIONES DE HIGIENE NECESARIAS

- **Lavarse bien las manos:**
 - . antes de empezar el trabajo;
 - . después del uso del baño;
 - . antes de manipular los alimentos;
 - . después de haber manipulado alimentos crudos (el pollo, por ejemplo);
 - . después de haber comido o fumado;
 - . después de haber estornudado, tosido, o haberse limpiado las narices;
 - . en cualquier otra ocasión en que se ensucien las manos.

Los encargados de establecimiento deben poner a la disposición de sus empleados un distribuidor de jabón líquido desinfectante, agua caliente y toallas de un solo uso o un secador de aire caliente para permitir el lavado de las manos.

Cuando se utilizan guantes para la manipulación de los productos, éstos deben ser cambiados o lavados por lo menos una vez al día.

- Póngase ropa de trabajo limpia, además de sombrero o redecilla que cubra el cabello. Utilice un cubrebarba, si se necesita.
- Procure no manipular los alimentos cuando tenga gripe, resfriado, diarrea o vómitos.

- Mantenga todos los cortes en las manos limpios y cubiertos.

INSTALACIONES, EQUIPOS Y MANTENIMIENTO

La limpieza de las áreas de trabajo es tan importante como la higiene personal para evitar la contaminación de los alimentos.

- El equipo, los aparatos, las áreas de trabajo y los utensilios deben ser lavados y desinfectados una vez al día o más si es necesario, sobre todo después de haber manipulado alimentos crudos. Un lavado adecuado, seguido de una desinfección apropiada, asegura la eliminación de los microorganismos. El detergente sólo no basta para impedir la trasmisión y la multiplicación de los microorganismos.

La limpieza debe hacerse así:

- . un pre-lavado con agua caliente para quitar todas las partículas de alimentos o inmundicias;
- . un lavado con detergente, seguido de un enjuague con agua caliente;
- . finalmente, la desinfección según uno de estos dos métodos:
 - ◆ para platos o utensilios: inmersión en agua caliente a más de 82°C (180°F) por una duración de un minuto poco más o menos;
 - ◆ para accesorios voluminosos: inmersión o pulverización con una solución desinfectante;
- . secado al aire libre.

Cada desinfección debe ser precedida obligatoriamente de un aseo a fondo ya que los desinfectantes tienen poco efecto en presencia de inmundicias.

Para ser eficaces, los productos de limpieza deben ser aprobados para el uso alimentario y utilizados según el modo de empleo prescrito por el fabricante.

- Se utilizan los paños sólo para limpiar las superficies de trabajo y, entre los usos, deben mantenerse en una solución desinfectante.

- Elimine los accesorios de madera tales como las tablas para cortar o las cucharas, porque se friegan difícilmente.

- Los locales, el equipo y los aparatos destinados a la preparación de alimentos deben servir a este único uso. Deben ser de un material liso, duro, no-tóxico y de fácil lavado. Cualquiera que sea el tipo de aparato, debe ser desmontable para asegurar el lavado completo de cada pieza.

- Se recomienda el uso de estropajos de nilón para la limpieza. Los estropajos y los cepillos metálicos constituyen un peligro de contaminación para los alimentos.

- Los productos de limpieza, los desinfectantes y otros productos tóxicos deben almacenarse en un lugar distinto de los locales donde se prepara la comida. Estos productos pueden originar una contaminación accidental de los alimentos y, en consecuencia, provocar envenenamientos alimentarios.

- Es primordial un programa de control y de exterminación de insectos, de roedores y de cualquier otro animal dañino. La presencia de estos parásitos en un establecimiento indica que los lugares se encuentran en malas condiciones sanitarias. Las puertas y ventanas deben cerrar herméticamente y estar provistas de mosquiteros. Los tubos de drenaje deben tener una reja contra los roedores y un atascadero sanitario.

- La basura debe conservarse en un lugar reservado a este fin, en envases limpios, herméticamente cerrados e inaccesibles a insectos u otros animales. Es importante retirar con bastante frecuencia los desperdicios. Si es necesario, dos veces o más por semana.

UNA PREOCUPACIÓN CONSTANTE: LA HIGIENE Y la SALUBRIDAD ALIMENTICIA

Para los responsables de establecimientos y manipuladores de alimentos, la higiene y la salubridad de éstos deben ser una preocupación

de todos los instantes.

El manipulador de alimentos debe siempre recordar que su trabajo está en relación directa con la salud del consumidor. Cualquier error de su parte puede tener consecuencias desastrosas para el público.

Los responsables de establecimiento deben asegurar que todas las personas implicadas en la preparación y servicio alimenticio observen las recomendaciones prescritas en este documento.

A fin de asegurar una mejor protección del consumidor, la educación y la sensibilización de los responsables de servicios alimenticios a las diferentes reglas obligatorias de manipulación, preparación y conservación de alimentos, son una preocupación constante del Servicio del medio ambiente de la Comunidad. Con este fin, la Dirección de la Inspección de Alimentos del Servicio realiza cada año, dentro del territorio, más de cincuenta sesiones de información destinadas a los manipuladores de alimentos.

Para cualquier información, comuníquese con la Dirección de la Inspección de Alimentos al número: (514) 280-4300.

LÉXICO

ALIMENTO PERECEDERO

Alimento propenso a la deterioración cuando está conservado en condiciones inapropiadas o por un período de tiempo demasiado largo.

CARNE LIMOSA

Carne deteriorada, que se caracteriza por su superficie viscosa y pegajosa, y por un olor y un color anormal.

CONTAMINACIÓN

Presencia, en cualquier alimento, de microorganismos, sustancias o radiaciones que alteran sus cualidades sanitarias u otras.

CONTAMINACIÓN CRUZADA

Contaminación de alimentos por contacto directo o indirecto con cualquier área contaminada.

DESINFECTANTE

Producto químico que sirve para la destrucción de microbios.

DETERGENTE

Producto que sirve para la limpieza.

FUENTE AUTORIZADA

Carne que proviene de establecimientos conformes a las leyes y reglamentos en vigor.

. Detallista: (almacenes, carnicerías, tiendas de comestibles, distribuidores): carne que proviene exclusivamente de un establecimiento aprobado por Canadá, o por Quebec, o que posee un permiso de venta al por mayor (cl).

. Restauradores: Carne que proviene exclusivamente de un establecimiento aprobado por Canadá, o por Quebec, o que posee un permiso de venta al por mayor (cl) o al detalle.

HIGIENE ALIMENTICIA

Conjunto de reglas y métodos necesarios para asegurar la salubridad de los alimentos; todo lo que se refiere a la limpieza.

INGESTIÓN DE ALIMENTOS

Consumo de alimentos.

INOCUIDAD

Marca distintiva de un alimento no nocivo para la salud.

LIMPIEZA

Eliminación de residuos de alimentos u otras materias extranjeras (polvo, grasa, etc.)

MATERIAL Y EQUIPO DE TRABAJO

Instrumentos, envases, utensilios, aparatos u objetos en contacto directo o indirecto con los alimentos.

PRODUCTOS ALIMENTICIOS

Cualquier alimento o producto alimenticio destinado al consumo.

PRODUCTOS CÁRNICOS

Carne o alimento compuesto de carne.

REDECILLA

Red que sirve para contener el pelo, o la barba.

SALUBRIDAD

Calidad de lo que es sano, de lo que contribuye a la salud.