Lavado de manos adecuado

Proper handwashing procedure

Paso 2: Póngase jabón o detergente.

El jabón se utiliza para aflojar la suciedad y las bacterias que se adhieren a la superficie de la piel.

Notas del instructor / Instructor's notes:

Step 2: Apply soap or detergent.

Soap is used to loosen bacteria and soil that adhere to the skin's surface.

02

Póngase jabón o detergente.

Apply soap or detergent.

Lavado de manos adecuado

Proper handwashing procedure

Lavado de manos adecuado

Proper handwashing procedure

Paso 3: Frótese y tállese las manos y brazos durante aproximadamente 10 a 15 segundos. No olvide tallar las áreas debajo de las uñas y entre los dedos.

Algunas veces cantar "Feliz Cumpleaños" ayuda a asegurar que se está lavando las manos durante 10 – 15 segundos.

Cree suficiente fricción y asegúrese que las puntas de los dedos y las zonas entre los dedos fueron talladas.

La fricción es probablemente el factor más importante en la eliminación de bacterias de las manos.

La fricción también ayuda a desalojar la suciedad. Asegúrese de crear suficiente fricción en todas las partes de las manos y la parte descubierta de los brazos.

Notas del instructor / Instructor's notes:

Step 3: Lather and scrub your hands and arms for about 10-15 seconds. Do not forget the areas under your nails and between your fingers.

Sometimes it helps to sing "Happy Brthday" as a way to ensure you are washing for 10-15 seconds.

Create sufficient friction and ensure finger tips and areas between fingers are rubbed.

Friction is probably the most important factor in removing bacteria from hands.

Friction also helps in dislodging soil. Be sure to create sufficient friction on all parts of hands and exposed arms.

03

Frótese y tállese las manos durante aproximadamente 10 a 15 segundos. No olvide tallar las áreas debajo de las uñas y entre los dedos.

Lather and scrub your hands and arms. Do not forget the areas under your nails and between your fingers. Create enough friction. This step takes about 10 to 15 seconds.

Lavado de manos adecuado
Proper handwashing procedure

Lavado de manos adecuado

Proper handwashing procedure

Paso 4: Enjuáguese muy bien las manos utilizando agua caliente.

El agua caliente trabaja mejor para remover la suciedad y las bacterias que fueron desprendidas mediante la fricción.

Asegúrese de quitar todo el jabón o el detergente de sus manos.

Notas del instructor / Instructor's notes:

Step 4: Rinse thoroughly with warm water.

Warm water works best to wash away the soil and bacteria that are dislodged by friction.

Make sure you remove all soap or detergent during this step.

04

Enjuáguese muy bien las manos utilizando agua caliente.

Rinse thoroughly with warm water.

Lavado de manos adecuado
Proper handwashing procedure

Lavado de manos adecuado

Proper handwashing procedure

Paso 5: Séquese las manos utilizando una toalla de papel limpia o algún método de secado aprobado.

Existen muy pocos métodos de secado que están aprobados para su uso en las plantas de procesamiento de alimentos:

- Toallas desechables individuales.
- Suministros continuos de toallas limpias.
- Secador de manos de aire calientee.

Los trapos de limpieza no deben utilizarse para secarse las manos. Secarse las manos en la ropa de trabajo o en la vestimenta exterior tampoco está permitido ya que la tela que previamente se ensució puede albergar, e incluso ayudar al crecimiento de microorganismos. Usted estaría recontaminando sus manos al seguir está práctica.

Algunas compañías podrían requerir a sus empleados que usen desinfectantes para manos en forma de gel después de lavars las manos y antes de ponerse los guantes.

Otras plantas de alimentos también requieren que se aplique desinfectante en gel sobre los guantes. Siga los procedimientos de su compañía.

Notas del instructor / Instructor's notes:

Step 5: Dry your hands using a clean paper towel or an approved drying method.

There are only few drying methods that are approved for use in a food processing setting:

- Individual disposable towels.
- Continuous towels systems supplying user with a clean towel.
- A heated air hand dryer.

Wiping cloths are not to be used to dry your hands. Drying hands on your working clothes or outer garments is not allowed because fabric that has been previously soiled can harbor microorganisms. You would just be recontaminating your hands with this practice.

Please note that some companies might require their employees to use hand sanitizers after hand washing and before putting on gloves.

Other food plants also require sanitizer application on gloves. Follow your company's procedures.

05

Séquese las manos utilizando una toalla limpia o un método de secado aprobado.

Dry your hands using a clean towel or an approved drying method.

Lavado de manos adecuado
Proper handwashing procedure

Lavado de manos adecuado

Proper handwashing procedure

Paso 6: Póngase los guantes en caso de ser requeridos en su área de trabajo.

Todos los empleados que tienen contacto directo con los alimentos o con productos alimenticios deben usar guantes.

Notas del instructor / Instructor's notes:

Step 6: If gloves are required for the job you are doing, be sure to wear them when you are working.

All employees who have direct contact with food or food products must wear gloves.

06

Póngase los guantes en caso de ser requeridos.

If they are required, put on your gloves.

Lavado de manos adecuado
Proper handwashing procedure