04

The Pennsylvania State University
Department of Food Science presents:

Lavado de manos y guantes

Handwashing & gloves

Countertop Food Safety Training Program for Employees of USDA-Inspected Egg, Meat & Poultry Establishments.

PENNSTATE
1855

La importancia del lavado de manos

La práctica individual más importante de seguridad de los alimentos es el lavado de manos.

El lavado de manos es una forma sencilla y efectiva de prevenir la contaminación microbiana de los alimentos.

Sus manos son sus herramientas de trabajo y están en contacto con los alimentos la mayor parte del tiempo. Sus manos pueden esparcir microbios en todas las cosas que tocan.

Un buen lavado de manos reduce el número de microbios en sus manos, lo que minimiza el riesgo de contaminación de los alimentos.

El lavado de manos inadecuado ha sido la causa de algunos casos de enfermedades transmitidas por los alimentos.

Notas del instructor / Instructor's notes:

The importance of handwashing

The single most important food safety practice is handwashing.

Handwashing is an easy and effective way to prevent microbial contamination of food.

Your hands are your working tools and they are in contact with food most of the time. They can spread microbes to everything you touch.

Good handwashing reduces the number of microbes on your hands, minimizing the risk of food contamination.

Improper handwashing has been responsible for a number of foodborne illnesses.

La importancia del lavado de manos

¿Por qué debo preocuparme?

The importance of handwashing

Why should I care?

¿Cuándo debo de lavarme las manos?

Al estar trabajando con productos alimenticios es muy importante mantener sus manos limpias durante todo el día. Recuerde que esto ayuda a evitar la contaminación de los alimentos.

¿Cuándo debe lavarse las manos?

- Al comenzar el turno de trabajo.
- Después de manejar materia prima cruda.
- Después de usar el baño.
- Después de comer, beber o usar tabaco.
- Después de usar un pañuelo.

Notas del instructor / Instructor's notes:

When should I wash my hands?

It is very important to keep your hands clean throughout the day when working with food products. Remember, it helps prevent product contamination.

When should you wash your hands?

- When beginning a shift.
- After handling raw ingredients.
- After using the restroom.
- After eating, drinking or using tobacco.
- After using a handkerchief or tissue.

Al comenzar el turno de trabajo.
When beginning a shift.

Después de manejar materia prima cruda.
After handling raw ingredients.

Después de usar el baño.
After using the restroom.

Después de comer, beber o usar tabaco.
After eating, drinking or using tobacco.

Después de usar un pañuelo.
After using a handkerchief or tissue.

¿Cuándo debo de lavarme las manos?

When should I wash my hands?

¿Cuándo debo de lavarme las manos?

También debe lavarse las manos:

- Después de tocarse la nariz o la cara.
- Después de tocar alguna superficie o utensilio sucio.
- Después de limpiarse las manos en la ropa.
- Al cambiarse los guantes.

Las manos deben lavarse muy bien, básicamente siempre que las manos se hayan contaminado o ensuciado.

¿Cuándo debo de lavarme las manos? | When Sould I Wash My Hands?

Notas del instructor / Instructor's notes:

When should I wash my hands?

You should also wash your hands:

- After touching your nose or face.
- After touching any soiled surface or utensil.
- After wiping your hands on your clothes.
- When changing gloves.

Hands must be washed thoroughly anytime that your hands may have become contaminated or soiled.

Después de tocarse la nariz o la cara.
After touching your nose or face.

Después de tocar alguna superficie o utensilio sucio.
After touching any soiled surface or utensil.

Después de limpiarse las manos en la ropa.
After wiping your hands on your clothes.

Al cambiarse los guantes.
When changing gloves.

¿Cuándo debo de lavarme las manos?

When should I wash my hands?

Lavado de manos adecuado

Existe un procedimiento para lavarse las manos correctamente. Mojarse las manos rápidamente sin usar jabón no es suficiente. Los siguientes son los pasos básicos para el lavado de manos:
Paso 1: Mójese las manos con agua caliente. Para asegurar el lavado de manos adecuado, el agua debe estar caliente pero no demasiado caliente.

Paso 2: Póngase jabón o detergente.

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. Tállese bien las manos para crear suficiente fricción para ayudar a remover la suciedad y los microbios.

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

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

Paso 6: Si es necesario para el trabajo que desempeña póngase los guantes. Los empleados que tienen contacto directo con los alimentos o productos alimenticios deben utilizarlos.

Recuerde que debe concentrarse en crear fricción y llegar a las áreas que usualmente se olvidan durante el lavado de manos.

Notas del instructor / Instructor's notes:

Proper handwashing procedure

There is a correct protocol to wash your hands. A quick soak or wetting your hands without soap is not good enough. The following are the basic handwashing steps:

Step 1. Wet your hands with warm water. Note that to ensure proper handwashing, water should be warm, but not too hot.

Step 2. Apply soap or detergent.

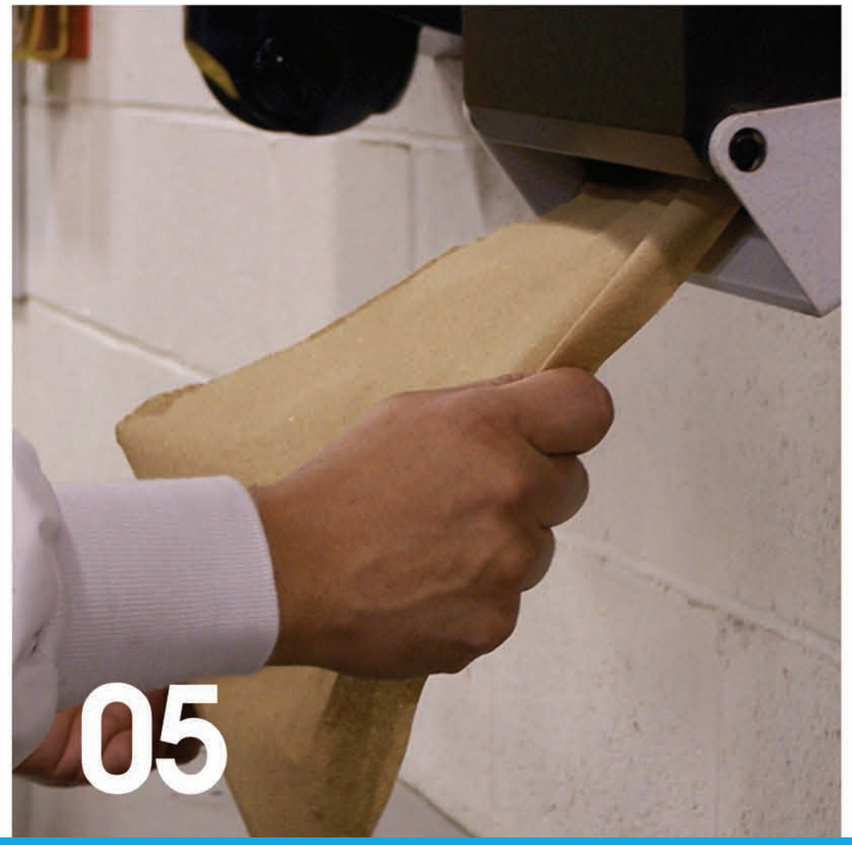
Step 3. Lather and scrub your hands and arms for about 10-15 seconds. Do not forget the areas under your nails and between your fingers. Rub hands vigorously to create enough friction to help remove soil and microbes.

Step 4. Rinse thoroughly with warm water.

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

Step 6.If they are required for the job you are doing, put on your gloves. Employees who have direct contact with food or food products must wear gloves.

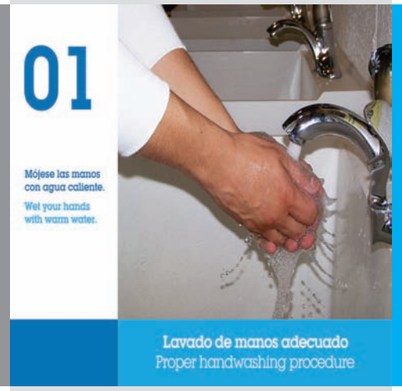
Remember, you should concentrate on creating friction and focusing on areas that are commonly missed during handwashing.



Lavado de manos adecuado

Proper handwashing procedure

Lavado de manos adecuado



Proper handwashing procedure

Revisemos detalladamente cada uno de los seis pasos.

Paso 1: Mójese las manos con agua caliente.

Usar agua tan caliente como la pueda tolerar cómodamente.

Para asegurar el lavado de manos adecuado el agua debe estar caliente pero no demasiado caliente.

Notas del instructor / Instructor's notes:

Let's review each step in more detail.

Step 1: Wet your hands with warm water.

Use water that is as warm as you can comfortably tolerate.

Note that to ensure proper handwashing, water should be warm, but not too hot.

01

Mójese las manos con agua caliente.

Wet your hands with warm water.

Lavado de manos adecuado

Proper handwashing procedure