03

The Pennsylvania State University
Department of Food Science presents:

Higiene personal

Personal hygiene

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

PENNSTATE
1855

Higiene personal

¿Qué es la higiene personal? (Permita que alguno de los participantes responda.)

La higiene personal se refiere a nuestros hábitos de limpieza.

¡Nuestro cuerpo, cabello, manos, en fin todo nuestro cuerpo!

Esta persona es un ejemplo de malos hábitos de higiene personal.

La contaminación de los alimentos puede ser causada por malos hábitos de higiene personal en el trabajo.

Los seres humanos ocasionan la mayoría de los brotes de enfermedades transmitidas por los alimentos.

Entonces, la higiene personal deja de ser un asunto "personal" cuando manejamos los alimentos que otras personas consumirán.

Notas del instructor / Instructor's notes:

Personal hygiene

What is 'personal hygiene'? (Let someone in the audience give a definition.)

Personal hygiene refers to our habits of cleanliness.

Our body, hair, hands - everything!

This photo is an example of someone exhibiting very poor hygiene.

Food contamination can happen due to poor personal hygiene practices at work.

Humans are responsible for most foodborne outbreaks.

Thus, personal hygiene stops being a personal issue when we handle food that other people will eat.

Higiene personal

Personal hygiene

Higiene personal

Una buena higiene personal es clave para minimizar el riesgo de contaminación de los alimentos. Es esencial para prevenir la introducción y la proliferación de microbios en los ambientes de procesamiento de alimentos como en el que trabajamos.

La higiene personal incluye:

- Higiene de las manos.
- Limpieza personal.
- Prácticas personales.
- Reglas de vestimenta o uniformes.
- Uso de guantes.
- Lavado de manos.

Existen procedimientos específicos que debemos seguir en nuestro trabajo y que estudiaremos en esta clase.

Las personas en esta fotografía están usando uniformes limpios, guantes y redecillas para el cabello.

Notas del instructor / Instructor's notes:

Personal hygiene

Good personal hygiene is critical for minimizing the risk of food contamination. It is essential to prevent the introduction and spread of microbes in the processing environment, such as the one in which we work.

Personal hygiene includes:

- Hand hygiene.
- Personal cleanliness.
- Personal practices.
- Uniforms or dress codes.
- Glove usage.
- Handwashing.

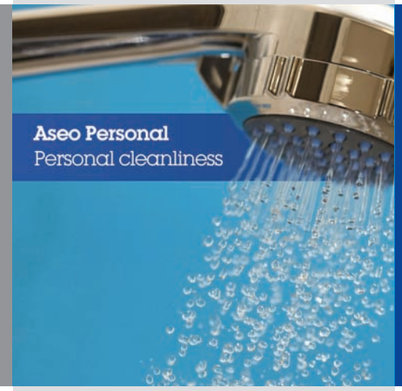
There are specific procedures that must be followed at work and we will cover them during this lesson.

The people in this picture are wearing clean uniforms, gloves and hair restraints.

Higiene personal

Personal hygiene

Aseo personal



El aseo personal significa mucho para la mayoría de nosotros. Siempre debemos tener en mente que trabajamos en una planta procesadora de alimentos donde existen ciertas reglas y leyes que debemos de cumplir.

¿Qué es lo que dicen las normas y reglamentos? Cada una de las personas que trabajan en los establecimientos de carne, aves y huevo inspeccionados por la USDA y que tienen contacto directo con los alimentos, las superficies de contacto con los alimentos o los materiales de empaque deben cumplir en todo momento con las prácticas de higiene para proteger a los alimentos de la contaminación.

En este módulo revisaremos las diferentes prácticas de higiene personal que debemos seguir para mantenernos limpios y aseados.

Tenga en mente que los empleados que tienen buenos hábitos de higiene personal en la casa tienen menos probabilidad de transferir microbios dañinos a los alimentos en el trabajo.

SIEMPRE debe tener una buena higiene personal y estar aseado.

Para mantener los alimentos limpios y seguros es necesario que venga trabajar todos los días con ropa limpia y también es muy importante bañarse diariamente.

Notas del instructor / Instructor's notes:

Personal cleanliness

Personal cleanliness is meaningful to most of us.

We must remember that we all work at a food processing facility where there are certain rules and regulations that must be followed at all times.

What does the regulation say? Every person working in USDA-Inspected Egg, Meat & Poultry Establishments, in direct contact with food, food contact surfaces, and food-packaging materials, must conform to hygienic practices while on duty to the extent necessary to protect against contamination of food.

There are different personal hygiene practices or methods for maintaining personal cleanliness. We will cover them in this module.

Remember that employees who practice proper hygiene at home are less likely to transfer harmful microbes to food in the work environment.

ALWAYS maintain adequate personal cleanliness.

To keep food products clean and safe, you need to wear clean clothes to work everyday. It is also very important to shower daily.

Aseo Personal

Personal cleanliness

Código de vestimenta

A todos nos gusta vestirnos de forma diferente, sin embargo todas las compañías procesadoras de alimentos tienen códigos y reglamentos de vestimenta particulares que los empleados deben seguir.

Para minimizar el riesgo de contaminación de los productos alimenticios siempre debe cumplir con el código de vestimenta de la empresa.

El código de vestimenta podría incluir reglas sobre:

1. Prendas exteriores como los mandiles, las batas, guantes, etc.
2. Calzado.
3. Joyas.
4. Sujetadores de cabello, que por lo general son proporcionados por la empresa.
5. Objetos personales como su ropa, dinero, cigarros, encendedores, plumas y lápices.

Estas personas son un ejemplo de empleados mostrando un código de vestimenta específico de la compañía en la que trabajan.

Notas del instructor / Instructor's notes:

Dress code

We all like to dress differently. However to protect food products from contaminants, food processing companies may have specific dress codes that employees must follow at all times.

Always follow your company's dress code so you can minimize the risk of product contamination.

The dress code might includes rules about:

1. Outer garments such as aprons, frocks, gloves, etc.
2. Footwear.
3. Jewelry.
4. Hair restraints, which are usually provided by the employer.
5. Personal items such as personal clothing, money, cigarettes, lighters, pens, and pencils.

These people are an example of employees exhibiting a company's specific dress code.

Código de vestimenta

Dress code

Vestimenta exterior

Las prendas exteriores tienen la finalidad de proteger los productos alimenticios de la contaminación, no la de protegerlo a usted del alimento. Siempre úselas de forma adecuada, cubriendo completamente su ropa de calle, así como lo hacen los empleados de estas fotos.

Debe ponerse prendas exteriores que sean específicas para las tareas que desempeña en su trabajo.

Las prendas exteriores incluyen pero no se limitan a: batas, batas de laboratorio, mangas protectoras, mandiles, guantes, cascos, redecillas y cubre barba. Algunos empleados incluso tendrán que ponerse un abrigo para entrar a los congeladores.

Es buena idea cambiarse la bata o el mandil si se ensucia durante su turno de trabajo.

En algunas ocasiones las prendas exteriores siguen un código de colores. No vaya a las áreas donde el color no coincida con su ropa exterior.

No importa que ropa traiga puesta, siempre debe mantenerla limpia!

Notas del instructor / Instructor's notes:

Outer garments

Outer garments are intended to protect the food products from contamination, not to protect you from the food. Always wear them properly by covering your street clothes as needed, just like the employees in these pictures.

You must wear suitable outer garments specific to your job functions.

Outer garments include, but are not limited to: frocks, lab coats, arm guards (sleeves), aprons, gloves, hard hats, hair and beard nets. Some employees may be required to wear freezer coats.

If your coat or apron becomes soiled during the shift, it is a good idea to change it.

There are some instances when outer garments are color coded. Do not go to an area that does not match your outer garment color.

Regardless of what you wear, keep it clean!

Vestimenta exterior

Outer garments