

# FOOD TALK



SUGERENCIAS SANITARIAS PARA TRABAJADORES DE ALIMENTOS

VERANO 2005

## También en esta edición...

Un brote de *Salmonella* vinculado a pavo poco cocido

Página 2

Mantener el agua limpia

Página 3

Mantener la comida a temperatura adecuada

Página 3

Examen del administrador sobre manejo seguro de las comidas

Página 4

## Por qué los mariscos y pescados necesitan ser manipulados cuidadosamente

Ahora que llegó el verano, debemos poner especial atención en la temperatura de las comidas, porque muchos organismos peligrosos son más activos en el tiempo cálido.

Tome el marisco, como ejemplo. Una mala bacteria llamada *Vibrio parahaemolíticos*—y algunos de sus desagradables parientes—han causado un aumento de casi el 47 por ciento de los casos de enfermedades transmitidas por los alimentos desde 1996, según el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades. Esto ha ocurrido aun cuando dichas enfermedades causada por la mayoría de otros gérmenes han declinado.



La refrigeración inapropiada del marisco puede permitir que el *Vibrio* crezca, por lo tanto el almacenamiento apropiado es una medida clave de control. Habitualmente las infecciones son vinculadas al consumo de mariscos o pescados crudos o poco cocidos. Los humanos se enferman cuando el patógeno llega al intestino delgado y produce una toxina. Los científicos todavía no saben exactamente de qué toxina se trata.

Aunque normalmente asociados con áreas cálidas tales como el Golfo de México, los casos de infección *V. Parahaemolíticos* fueron vinculados el verano pasado a un vivero de ostras de Alaska, por lo que el alcance del organismo se está expandiendo. La bacteria necesita agua de por lo menos 62 grados Fahrenheit. El agua de Alaska es generalmente más fría, pero el año pasado estuvo más caliente que lo normal.

Durante el período julio-septiembre de 1998, un brote de *V. Parahaemolíticos* fue vinculado a ostras y almejas cosechadas en Long Island Sound. Durante julio-agosto de 1997, ocurrió el brote más grande de la enfermedad conocido en América del Norte. Más de 200 personas se enfermaron por comer ostras crudas cosechadas en California, Oregon, Washington, y Columbia Británica.

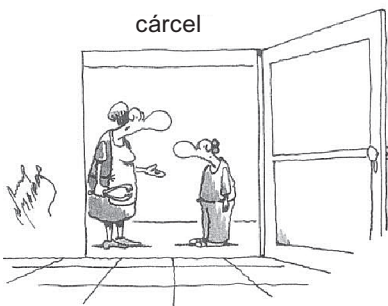
Aunque la mayoría de las víctimas envenenadas por *Vibrio* se recuperan, las personas con problemas del hígado o con un sistema inmune debilitado pueden morir en cosa de días. Los síntomas comunes de la infección incluyen diarrea, calambres abdominales, náusea, vómitos, dolor de cabeza, fiebre y escalofríos.

### Qué puede hacer usted

Usted no siempre puede oler, saborear, ver o sentir cuando un marisco está contaminado. Pero si huele mal, tiene sabor malo o no tiene una etiqueta apropiada, no debe permitirlo en su cocina. El pescado fresco que no es realmente fresco tendrá un fuerte mal olor. Si los ojos lucen hundidos, o las agallas son grises o verdosas, o si le hunde sus uñas y quedan marcadas en la piel, sería mejor desecharlo.

Aquí le damos algunas ideas para guardar y manipular las ostras:

- Guarde las ostras en la nevera bajo 40 grados F para impedir que crezcan bacterias.
- Lave siempre sus manos antes y después de manipular pescados y mariscos crudos
- Desinfecte los utensilios, platos, tablas de cortar y otras superficies que estuvieron en contacto con ostras para impedir la contaminación cruzada.



"Porque le falté el respeto al inspector de salud...  
¿Y Ud. Por qué está aquí?"

Derechos Reservados 2005  
Setanta Publishing, LLC  
703-548-3146  
www.foodtalk.com

## Un brote de *Salmonella* vinculado a pavo poco cocido

Pavo poco cocido fue la causa más probable de un brote de *Salmonella Enteritidis* en Camden, Carolina del Sur, que comenzó el 20 de mayo, de acuerdo con funcionarios estatales de la salud. La contaminación cruzada con otros alimentos durante la cocción o al servir la comida fue también otra posibilidad, dijeron los funcionarios.

“Es probable que el pavo fue el vehículo y posiblemente la preparación y la manipulación contribuyeron a la enfermedad”, dijo el Dr. Jerry Gibson, epidemiólogo y director del Departamento de Salud y Control Ambiental del Estado.

A comienzos de junio, el brote se había extendido a más de 300 casos, con más de 50 personas hospitalizadas y una muerte. La víctima fatal se enfermó después de comer en el Restaurante Old South, un local estilo bufet de propiedad familiar situado en Camden.

El restaurante tenía un buen registro de seguridad y recientemente había ganado una nota A bajo el sistema de calificación de Carolina del Sur. Pero las autoridades de Salud creen que algunos equipos pueden no haber estado funcionando correctamente. Los dueños del restaurante están ahora otorgando más entrenamiento de seguridad a sus empleados.

### La mejor defensa

Las autoridades de Salud insisten en que la cocción y la manipulación apropiada de la comida es la mejor defensa contra las enfermedades transmitidas por los alimentos. Sandra Craig, directora de la División de Protección de los Alimentos del Departamento de Salud y Control Ambiental, dijo que los restaurantes deben hacer lo siguiente para prevenir las enfermedades:

- Mantener temperaturas seguras para alimentos potencialmente peligrosos.
- Mantener la refrigeración y el recalentamiento adecuado de las comidas potencialmente peligrosas.
- Prohibir que trabaje el personal enfermo.
- Usar buenas prácticas de higiene, incluyendo el lavado de manos.
- Impedir la contaminación cruzada de alimentos y equipos.
- Asegurarse de que todos los equipos, utensilios y artículos en contacto con la comida sean lavados, enjuagados y desinfectados.
- Asegurarse de que todos los alimentos se adquieran de fuentes aprobadas.

## Mantener el agua limpia

¿Sabía usted que las enfermedades transmitidas por alimentos son causadas algunas veces por mal uso de plomería? Cuando un inspector de Salud ve, por ejemplo, una manguera de cualquier clase en un restaurante, le preocupa el riesgo de un “anegamiento”.

El anegamiento ocurre cuando un repentino cambio en la presión succiona agua del desagüe hacia el sistema de agua potable. Así es cómo puede ocurrir:

Una manguera de jardín es conectada a la llave del lavaplatos (fregadero) para lavar el piso de la cocina. El agua se va lentamente por el desagüe del piso, por lo que un trabajador pone la manguera en el desagüe y la deja corriendo para limpiarlo. Luego se va hacer algún otro trabajo.

Mientras tanto, en la calle, un trabajador sanitario abre el grifo de incendio para llenar un tanque de 450 galones. Esto hace que la presión del agua

del sistema disminuya y succiona el agua de las tuberías cercanas. Pero también arrastra agua a través de la manguera en el desagüe del piso y en el sistema de agua potable del restaurante. En esta forma el agua de la llave de la cocina se contamina con bacterias y virus del desagüe.

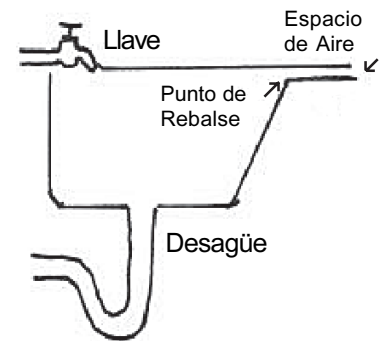
Aunque esto no ocurre a menudo, es suficientemente frecuente para causar brotes de enfermedades transmitidas por alimentos.

### Qué hacer

¿Qué puede hacer usted para prevenirlo? Siempre asegúrese de que haya un espacio de aire entre la llave o la manguera y cualquier agua contaminada, para que sólo el aire sea empujado hacia el sistema de agua.

Aparatos especiales de prevención de contraflujo llamados frenos de vacío pueden eliminar también el problema.

Pero el espacio de aire es muy efectivo. Sólo asegúrese de que nunca haya menos de dos pulgadas de espacio entre la tapa del grifo y la línea de rebosamiento del lavaplatos



## Mantener la comida a temperatura adecuada

Sabemos que la mantención incorrecta de la temperatura de los alimentos es la causa principal del crecimiento de patógenos en las comidas. He aquí algunas advertencias para mantener las comidas a una temperatura correcta.

La zona de peligro de la temperatura que permite el crecimiento rápido de las bacterias está entre 41 y 135 grados Fahrenheit, de acuerdo con la guía emitida el 29 de agosto del 2003 por la Administración de Alimentos y Medicinas. (FDA, por su sigla en inglés)

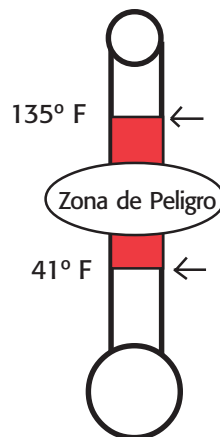
Los requisitos en su área pueden variar del Código de Alimentos 2001 de la FDA. Dependiendo del código sanitario de su área, los requisitos pueden variar de 40, 41 o 45 grados F. para mantener frías las comidas frías, y 130, 135 o 140 grados F. para mantener calientes las comidas calientes.

Las cosas que debe recordar al conservar frías las comidas frías incluyen:

- Mantener las comidas en mesas de enfriamiento, cajas refrigeradas, neveras o refrigeradores.
- Para el bar de ensaladas y unidades de exhibición, instale contenedores de comida en hielo para mantener los alimentos fríos, pero sin dejar que el hielo se derrame sobre la comida. Algunos alimentos como los mariscos y pescados pueden estar en contacto directamente con el hielo.
- Cuando sea posible, mantenga cubiertas las comidas.
- Controle la temperatura de las comidas a menudo, usando un termómetro limpio, calibrado y desinfectado.

Las cosas que debe recordar al mantener calientes las comidas calientes son:

- Transfiera las comidas calientes directamente a un horno o unidad de mantención.
- Revuelva las comidas frecuentemente para distribuir el calor.
- Cuando sea posible, mantenga las comidas cubiertas.
- Controle a menudo la temperatura de las comidas, usando un termómetro limpio, calibrado y desinfectado.



**RECUERDE:**  
**¡Lave sus manos**  
**frecuentemente!**



## El jabón y el agua ganan la prueba de lavado para eliminar bacterias, virus

Investigadores en Carolina del Norte confirmaron lo que siempre han dicho los técnicos sanitarios: es mejor lavar sus manos—y lavarlas a menudo—para librarse de los gérmenes.

Científicos de las universidades de Carolina del Norte y Duke sometieron a prueba varios productos de higiene, además del jabón, en 62 adultos con buena salud, quienes los usaron en varias ocasiones por 10 segundos después de tener sus manos contaminadas con algunas de las bacterias inofensivas y un virus (Nota: las autoridades sanitarias recomiendan lavarlas por 20 segundos). Los científicos descubrieron que el agua y el jabón, sin antibacteriana o sencillo, removieron el 99 por ciento de los dos patógenos.

“Con todas las cosas iguales, descubrimos que el jabón y el agua funcionaron mejor”, dijo la investigadora principal, Emily Sickbert-Bennett, epidemióloga de la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Carolina del Norte.

“Ningún otro estudio ha medido la efectividad de varios métodos del lavado de manos para remover, al mismo tiempo, tanto las bacterias como los virus”, agregó la investigadora.

El estudio determinó que los frotadores de manos, secos con base de alcohol, remueven cerca del 90 por ciento de la bacteria si se usan por 10 segundos, pero se hacen menos efectivos después de uso múltiple y no funcionan muy bien al remover los virus.

“Nos sorprendió que los frotadores con alcohol no fueron tan efectivos como lo anticipamos, especialmente al correr el tiempo,” dijo Sickbert-Bennett. Agregó: “si tiene la opción, usar el fregadero es siempre mejor. Y aún si está usando frotador de manos con base de alcohol, es recomendable ir al fregadero y lavar sus manos periódicamente”, añadió la epidemióloga.

## Tome el examen del Administrador en Seguridad de los Alimentos

- 1) Para crecer y provocar una enfermedad transmitida por los alimentos, la bacteria necesita lo siguiente:
- Luz del sol, aire caliente, alimento y bastante humedad
  - Alimento, humedad, temperatura apropiada y tiempo suficiente para reproducirse.
  - Temperatura fría, tiempo suficiente de reproducción, alimento y humedad.
- 2) Cuando los alimentos cocidos están en la mesa de vapor a 140 grados F. pero se van a mantener toda la noche, el mejor procedimiento es:
- Poner los alimentos en contenedores bajos y refrigerarlos de inmediato.
  - Sacar las cacerolas de la mesa de vapor y dejarlas que enfrién a temperatura ambiental, luego refrigerarlas.
  - Dejar los alimentos en cacerolas grandes de vapor y ponerlas en el refrigerador de inmediato.
  - Dejar los alimentos toda la noche en la mesa de vapor para que se mantengan calientes y estén listos para servirlos al día siguiente.
  - Bote la comida ya que puede estar descompuesta y causar enfermedades transmitidas por los alimentos.
- 3) ¿Cuál de los siguientes procedimientos enfriaría más rápidamente los alimentos?
- Enfriarlos a temperatura ambiental y luego ponerlos en el refrigerador inmediatamente.
  - Sumergir los contenedores de comida en hielo y agua.
  - Sumergir los contenedores de comida en agua fría corriendo.
  - Agitarlos en combinación con a) b) o c).
- 4) La comida en el refrigerador debe estar cubierta para lograr lo siguiente:
- Prolongar su vida en el estante.
  - Prevenir la transferencia de olores de otras comidas.
  - Preservar la textura y/o la consistencia
  - Protegerla de otras comidas almacenadas encima.
- 5) El peligro más grande asociado con los refrigeradores atestados es:
- Dificultad para limpiarlo, lo que causa un daño más grande en la comida.
  - Pobre circulación del aire, resultando en temperaturas más altas del aire.
  - Pobre circulación de las provisiones, resultando en desperdicios.
  - Trabajo en exceso del compresor, resultando en una eventual avería y completa pérdida de la refrigeración.
- 6) ¿Cuál de los siguientes es el hábito más importante que debe desarrollar un trabajador de alimentos?
- Evitar fumar o cualquier uso de tabaco mientras está trabajando.
  - Usar ropa limpia y sostener el pelo en forma apropiada con un sujetador.
  - Lavarse frecuentemente las manos.
  - Quedarse en casa cuando está resfriado.

Respuestas: 1 (b)2(a)3(d) y b combinado4(d)5(b)6(c)

