

Higiene Personal

FSKN 3

Nivel Básico GFSI

- La organización debe tener los procesos y procedimientos publicados en el lugar para asegurar la implementación de las prácticas de higiene tanto de los empleados como de los visitantes.
- Tales prácticas deben resultar en una manipulación sanitaria y entrega de un producto inócuo y de calidad al cliente.
- La recomendación de Codex Alimentarius Commission se debe seguir por parte de los empleados.



Resumen de la Presentación

- Importancia de la higiene del trabajador
- Condición de salud
- Enfermedades y heridas
- Limpieza personal
- Comportamiento del personal
- Visitantes



Muchos brotes de enfermedades son causados por manipuladores de alimentos infectados.

Ejemplos de patógenos microbiológicos que comúnmente se transmiten por empleados de industrias de alimentos infectados:

- Norovirus, Hepatitis A, Shigella spp, E. coli enterohemorrágica, Salmonella typhi, etc.
- La contaminación se expande rápidamente.
- Población de riesgo - infantes, niños pequeños, ancianos, embarazadas, población inmunológicamente comprometida.



Higiene Personal – Elementos a implementar

- Conciencia
- Capacitación
- Fáciles de cumplir
- Comodidad y dignidad
- Documentación
- Sensibilidad cultural
- Incentivos.



Se requiere: Instalaciones apropiadas, Educación y sobre todo Capacitación



Codex GHPs – Condición de Salud

- Gente que está enterada, sospecha de estar sufriendo alguna enfermedad o ser portador de una enfermedad que se puede transmitir a través de los alimentos, no se le debe permitir el acceso a las áreas de manipulación de alimentos si existe una probabilidad de contaminar los alimentos. Si una persona esta afectada debe inmediatamente reportar los síntomas o la enfermedad a la gerencia.
- Se debería realizar exámenes médicos a los manipuladores de alimentos si es clínicamente o epidemiológicamente recomendado.



Codex GHPs – Enfermedades y Heridas

- Las condiciones que se deberían reportar a la gerencia y que necesitan de examen médico o la posible exclusión de las áreas de manipulación de alimentos pueden ser:
 - Ictericia
 - Diarrea
 - Vómitos
 - Fiebre
 - Dolor de garganta con fiebre
 - Lesiones visiblemente infectadas en la piel (forúnculos, cortes, etc.)
 - Fluidos de nariz, ojos y oídos.



Prácticas importantes

- Una persona que tiene diarrea o es portadora de una enfermedad transmisible se le está prohibido trabajar con alimentos.
- Esta persona debe ser excluida de trabajar en recibir, inspeccionar, limpieza u otras áreas de procesamiento.



Copyright © International Association for Food Protection

- Síntomas comunes:
 - **Escherichia coli** – Diarrea, fiebre, vómitos, fiebre suave.
 - **Salmonella enteritidis** – retorcijones abdominales, dolor de cabeza, fiebre, náuseas, diarrea.
 - **Listeria monocytogenes** – síntomas gripales, meningitis, encefalitis, abortos espontáneos.
 - **Campylobacter jejuni** – Diarrea, vómitos, dolor de cabeza, fiebre, dolores musculares.
 - **Norwalk virus (norovirus)** – náusea, diarrea, dolores de cabeza, fiebre suave.

Tratamiento de Cortes y Lesiones

- Cortes y lesiones de herida abierta, pueden ser una fuente de patógenos y deben ser tratados de forma apropiada.
 - Lavar el área afectada
 - Aplicar una banda adhesiva
 - Cubrir con una barrera (ejemplo: guantes)



Codex GHPs – Limpieza Personal

- Los manipuladores de alimentos deben tener un alto grado de limpieza personal y donde sea apropiado utilizar ropa protectora apropiada, cobertores de cabeza y calzado.
- Cortes y heridas, en los casos que al personal se le permita continuar trabajando, deben cubrirse con protección apropiada a prueba de agua.

Instalaciones Sanitarias

- Los trabajadores deben tener acceso a baños limpios y instalaciones adecuadas para el lavado de manos.
- Los signos deben estar claramente desplegados instruyendo al personal al lavado de manos antes de retornar a sus funciones.
- Proveer vestidores apropiados.
- Lockers para almacenar.

Codex GHPs – Limpieza Personal

- Personal siempre debe lavar sus manos cuando la limpieza personal pueda afectar la inocuidad de los alimentos, por ejemplo:
 - Al comienzo de las actividades de manipulación de alimentos.
 - Inmediatamente después de utilizar el baño.
 - Después de haber manipulado materias primas o cualquier material contaminado, donde esto pueda resultar en la contaminación de otros ítems alimentarios, estos deben evitar manipular alimentos listos para el consumo donde sea apropiado.



Prácticas Importantes

- Cuando el personal cambie del contacto de no comestibles o de operaciones de limpieza a operaciones en contacto con alimentos, el individuo debe reemplazar sus guantes o lavar minuciosamente sus manos antes de comenzar con las operaciones en contacto con alimentos.



El lavado de manos se debe realizar:

- Antes de comenzar a trabajar
- Después de cualquier ausencia de la estación de trabajo.
- Después de limpiarse la nariz, o tocarse el rostro y cabello.
- Después del uso del baño
- Después de los descansos
- Después de manejar materiales sucios o materias primas.
- Después de realizar mantenciones a los equipos
- Después de levantar objetos desde el suelo.



Procedimiento de Lavado de Manos

RECOMENDADO

1. Moje sus manos con agua que corra desde el grifo y aplique jabón. Utilice agua tibia si es posible.
2. Frote sus manos hasta hacer espuma y restriegue en todas las superficies.
3. Continúe restregando por 20 segundos.
4. Recuerde restregar entre los dedos, el dorso de las manos, muñecas y debajo de las uñas.
5. Enjuague sus manos bien con el agua corriendo.
6. Seque sus manos utilizando una toalla de papel o secador de aire. Si es posible utilice toalla de papel para cerrar el grifo.





KEMKLEAN[®]
HYGIENE SYSTEMS



Hand Washing Procedure:

1. WET HANDS AND FOREARMS THOROUGHLY,
APPLY HAND SOAP.



2. RUB PALMS TOGETHER.



3. RIGHT PALM OVER LEFT AND
LEFT PALM OVER RIGHT.



4. PALM TO PALM FINGERS INTERLACED.



5. BACK OF FINGERS TO OPPOSING PALMS
WITH FINGERS INTERLOCKED.



6. ROTATIONAL RUBBING OF RIGHT THUMB
CLASPED IN LEFT PALM AND VICE VERSA.



7. ROTATIONAL RUBBING, BACKWARDS AND
FORWARDS WITH CLASPED FINGERS OF
RIGHT HAND IN LEFT PALM AND VICE VERSA.



8. RINSE AND DRY HANDS AND FOREARMS
THOROUGHLY.



Remoción de bacterias de las manos y guantes: una demostración



Fuente: University of Georgia

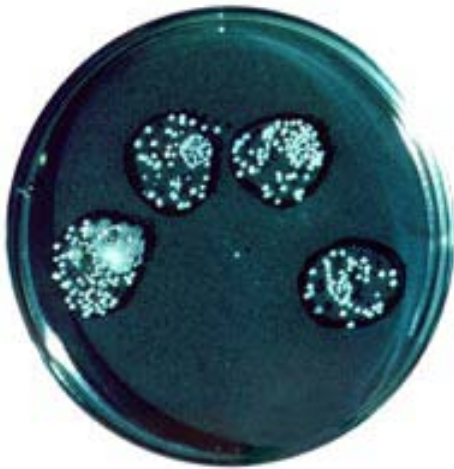
Fuente: University of Georgia



Sucias



Enjuagadas



Lavadas 20 segundos utilizando jabón y agua.



Lavadas 20 segundos y luego sanitizadas.

Sanitización de manos

- Opciones en:
 - Jabones
 - Antisépticos
 - Sanitizadores de manos.
 - Protectores de piel
 - Guantes



Jabón

- Jabón estándar utiliza la acción detergente para remover físicamente los microorganismos de la piel.
- La formula de jabón puede ser suplementaria con químicos antisépticos para aumentar su efectividad.

Antisépticos

- **Alcohol** – utilizado en concentración de 62% a 72%
- **Yodo y Yodoformas** – Formulación especial
- **Gluconato de Clorhexidina** – se utiliza en lavados
- **Cloroxilenol** – Formulaciones para piel al 0.3 - 2.5%
- **Triclosan** – frecuentemente utilizado en formulaciones del lavado de manos.

Sanitizadores de Manos

- Uso de alcohol para eliminar los microorganismos sin agua.
- Usualmente contienen un componente hidratante para contrarrestar el efecto secante.
- Mayor efectividad tiene cuando se utiliza después del lavado de manos.
- **NO ES SUSTITUTO DEL LAVADO DE MANOS APROPIADO.**



Guantes Desechables

- Los guantes desechables se deben utilizar de forma de asegurar el manejo de higiene y inocuidad.



Guantes

- Los guantes NO se deben utilizar en reemplazo del lavado de manos apropiado.
- Ser concientes de lo que se toca.
- Lavarse bien las manos antes y después de utilizar guantes.

Codex GHPs – Comportamiento del Personal

- La personas comprometidas en actividades de manipulación de alimentos deberán evitar comportamientos que puedan resultar en la contaminación de los alimentos, por ejemplo:
 - Fumar
 - Escupir
 - Masticar o comer en áreas de trabajo
 - Estornudar o toser sobre los alimentos sin protección.



Prácticas Importantes

- El tabaco, en cualquier forma, no se debe utilizar en salas de alimentos o donde los alimentos como ingredientes sean procesados, manipulados o almacenados.



Codex GHPs – Comportamiento del Personal

- Efectos personales tales como joyas, relojes, botones u otros objetos no se deben portar o ingresar a las áreas de manipulación de alimentos si son una amenaza para la inocuidad y idoneidad de los alimentos.
- Una regla común en los establecimientos donde se procesan alimentos es “sin metales sobre la cintura”.



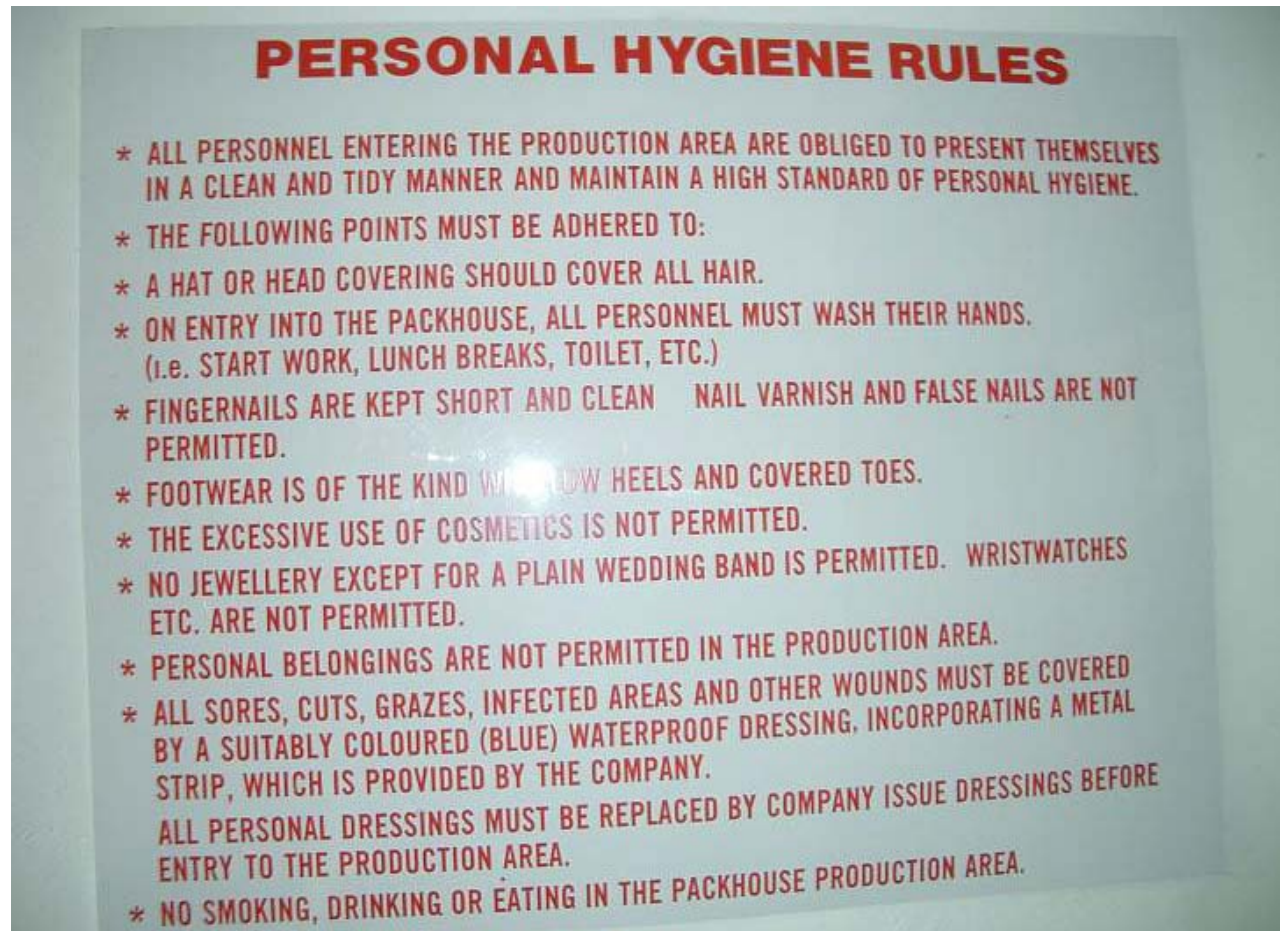
Las joyas pueden ser un peligro físico



Uñas

- Los empleados que trabajan con alimentos deben mantener sus uñas cortas, limadas y mantenidas de modo que los bordes y las superficies se puedan limpiar sin que queden ásperas.
- A menos que se utilicen guantes en buenas condiciones, los empleados no pueden utilizar pintura de uñas o uñas postizas cuando se trabaje con alimentos expuestos.

Es importante para los trabajadores tener señalización e instrucciones apropiadas.



Codex GHPs – Visitas

- Las visitas a las plantas de alimentos, procesamiento o manipulación deben utilizar ropa protectora adecuada.



License to Reuse



- © 2010 Michigan State University and DQS-UL MSS, licensed using Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported (CC-BY-SA).
- Source: © 2010 Michigan State University and DQS-UL MSS, original at <http://www.fskntraining.org>, licensed using Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported.
- To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/> or send a letter to Creative Commons, 559 Nathan Abbott Way, Stanford, California 94305, USA.