

Alimento para Reflexión

Boletín de informaciones para propietarios y operadores de establecimientos alimenticios y sus empleados en el Condado de Fairfax.

Mantente fresco sobre frescura

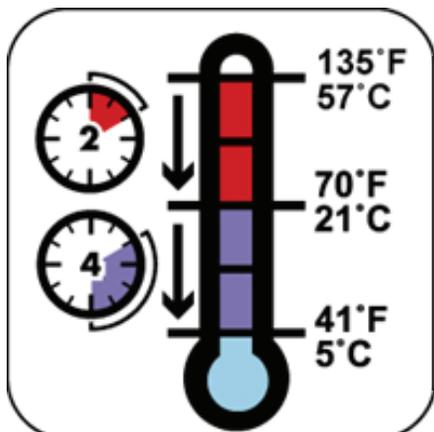
A veces es necesario preparar alimentos con anticipación y almacenarlos para consumo futuro. ¡Ello requiere refrigeración! Debido a que el proceso de refrigeración del calor al frío hace que los alimentos pasen a través de la "Zona de Peligro" (135 ° F - 41 ° F) (57 ° C a 5 ° C), se deben seguir ciertos pasos para evitar que se multipliquen las bacterias en los alimentos durante el proceso de refrigeración. La refrigeración es uno de los procesos que puede propiciar el abuso de tiempo y temperatura, lo cual constituye un factor de riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos.

La refrigeración correcta de

alimentos ayuda a garantizar la seguridad alimentaria. El enfriamiento puede comenzar en el mostrador, pero una vez los alimentos llegan a los 135 ° F (57 ° C), ¡comienza a marcar las horas el "reloj de refrigeración"! Los alimentos deben enfriarse de 135 ° F a 70 ° F (de 57 ° C a 21 ° C) en 2 horas y de 70 ° F a 41 ° F (de 21 ° C a 5 ° C) en 4 horas adicionales, por un total máximo de 6 horas. ¡Almacenar alimentos calientes en el cuarto frío durante la noche no es un buen método de refrigeración!

Hay muchas razones por las cuales los alimentos no se enfrían rápidamente, las cuales incluyen:

- **El tamaño de la porción**— Una cantidad grande de comida llevará más tiempo para enfriarse que una cantidad pequeña;
- **La densidad de los alimentos**— Una bandeja de lasaña, por ejemplo, requerirá más tiempo para enfriarse que un recipiente de caldo; y



Copyright © International Association for Food Protection

continúa en la página 2

Avisos de Seguridad Alimenticia

- ¡Lávese las manos a menudo!
- No manipule los alimentos "listos para el consumo" con las manos al descubierto.
- Reporte síntomas de enfermedades transmitidas por alimentos a la gerencia del establecimiento.
- La comida debe provenir de una fuente aprobada.
- Cocine las comidas a la temperatura apropiada.
- ¡Utilice un termómetro de cocina!
- Mantenga las comidas calientes **CALIENTES** — por encima de los 135°F (57 °C).
- Mantenga las comidas frías **FRÍAS** — por debajo de los 41°F (5 °C).
- Mantenga las comidas fuera de la "Zona de Peligro" (41°F - 135°F) (5 °C a 57 °C).
- Lave, enjuague y desinfecte con regularidad las superficies que entran en contacto con los alimentos.
- ¡Lávese las manos a menudo!

¿Qué significa el marcado de fecha?

Los alimentos “listos para el consumo” potencialmente dañinos, preparados en el restaurante y conservados en un refrigerador por más de 24 horas, se deben marcar con la fecha. La marca de fecha también se conoce como la “fecha de expiración”. Los alimentos “listos para el consumo” potencialmente dañinos preparados en el restaurante, pueden conservarse refrigerados hasta 7 días. El día 1 es el día en que se preparan los alimentos. El día 7 es la “fecha de expiración”. Cuando los alimentos preparados deben mantenerse en el refrigerador por más de 24 horas, se debe marcar la “fecha de expiración” sobre el envase. Este proceso se denomina “marcado de fecha”. Los alimentos se deben consumir, vender o desechar antes de la “fecha de expiración”. Por ejemplo, la lasaña que fue preparada el 1 de noviembre debe estar marcada con fecha de expiración de 7 de noviembre. La lasaña se puede conservar en el refrigerador por un máximo de siete días. Después del séptimo día, se tiene que desechar la comida.



Además, cuando los alimentos “listos para el consumo” preparados comercialmente y potencialmente dañinos se abren para consumo en el restaurante, se deben marcar con la fecha si se almacenarán en un refrigerador por más de 24 horas. El mismo límite de siete días aplica a los alimentos preparados comercialmente. Un paquete de fiambres fríos, por ejemplo, que se abrió el 1 de noviembre, debe marcarse con una “fecha de expiración” de 7 de noviembre. Después del séptimo día, se tiene que desechar la comida.

continúa en la página 3

Mantente fresco sobre frescura

viene de la página 1

- **El contenedor de los alimentos**—La refrigeración de los alimentos en un recipiente profundo llevará más tiempo para enfriarse que en un recipiente llano.

Estos son algunos métodos que pueden acelerar el proceso de refrigeración:

- Dividir los alimentos a refrigerar en porciones más pequeñas y delgadas;
- Colocar los alimentos a refrigerar en contenedores llanos;
- Dentro de lo posible, utilizar recipientes de almacenamiento metálicos; éstos transmiten calor (y frío) con más rapidez;
- Colocar el contenedor de alimentos en un baño de hielo; revolver los alimentos regularmente para reducir el calor;
- Agregar hielo a los alimentos cocinados como uno de los ingredientes; o
- Una combinación de los métodos anteriores.

Lo más importante que debe recordar respecto a la refrigeración de los alimentos es que éstos deben alcanzar los 41°F (5°C) lo más rápidamente posible.

Utilice un termómetro de cocina para medir con regularidad la temperatura de los alimentos mientras éstos se estén enfriando, y tome medidas para acelerar el proceso si no se están enfriando lo suficientemente rápido. Cuando encuentre un método de enfriamiento que funcione bien para usted, conviértalo en un método estándar para que todos sus empleados lo utilicen. Se debe mantener un registro de enfriamiento para el seguimiento de las temperaturas durante los periodos de enfriamiento de dos horas y cuatro horas. Un ejemplo de tal registro de enfriamiento se encuentra disponible en el sitio web del Departamento de Salud: www.fairfaxcounty.gov/hd/food/foodtrain.htm.

Para más información respecto a la refrigeración correcta, visite el sitio de web de Departamento de Salud, llame al 703-246-2444 o hable directamente con el inspector de su zona.

¡Manténgase en contacto!



¿Qué significa el marcado de fecha?

viene de la página 2

¿Qué alimentos deben marcarse con la fecha?

Si contesta “SI” a estas cinco preguntas, tiene que marcar con la fecha los alimentos.

1. ¿Requieren refrigeración los alimentos?
2. Si fueron empaquetados comercialmente, ¿se ha abierto el empaque original?
3. ¿Son los alimentos del tipo “listos para el consumo”? (“listos para el consumo” significa que se pueden consumir los alimentos “en el estado en que se encuentran”, independientemente de la temperatura. Los alimentos “listos para el consumo” incluyen los fiambres fríos, fiambres cocidos, huevos hervidos y macarrones fríos cocidos.
4. ¿Son los alimentos potencialmente dañinos? ¿Crecerán en ellos bacterias?
5. ¿Se conservarán estos alimentos por más de 24 horas?

El marcado de fecha se debe utilizar aun si los alimentos ya tienen una fecha de expiración marcada. La fecha de expiración sobre un alimento empacado es la fecha de garantía de calidad del producto del fabricante. La fecha marcada es la fecha de seguridad de consumo.

Si los alimentos fechados se encuentran refrigerados y luego se ponen en un congelador, ello extenderá la fecha de consumo. Por ejemplo, si los alimentos se preparan hoy, se refrigeran por tres días y luego se congelan por cuatro días, los alimentos podrán conservarse refrigerados en el refrigerador por cuatro días adicionales – por un total de siete días en el refrigerador. Después del séptimo día en el refrigerador, se tienen que desechar los alimentos.

Para más información respecto al marcado de fecha, comuníquese con el inspector local o el Departamento de Salud al teléfono 703- 246-2444, TTY (para texto) 711.

¡Ya vienen las renovaciones de permisos!

Su permiso para operar un establecimiento alimenticio expira el 31 de diciembre de 2013. Las solicitudes para la renovación del permiso se envían a todos los establecimientos alimenticios autorizados a partir de octubre. Por favor, devuelva la solicitud de renovación y el pago del arancel lo antes posible. Si tiene preguntas, llame al 703-246-2444.