

# Alimento para Reflexión

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

## Conozca a los más recientes homenajeados de AMC



Dos operadoras adicionales de servicios alimenticios fueron distinguidos por su Control Administrativo Activo (AMC por sus siglas en inglés) desde el último boletín de noticias! Los componentes clave en el Control Administrativo Activo son: 1) El establecimiento de políticas de seguridad alimentaria; 2) Entrenamiento del personal de servicio alimenticio respecto a estas políticas; 3) controlar que estas políticas se están ejerciendo, y 4) la existencia de acciones correctivas cuando estas políticas no se están siguiendo. Mediante la implementación de las prácticas de AMC, estos operadores han ayudado a minimizar el riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos en sus establecimientos de servicios alimenticios. ¡Nuestras felicitaciones a las dos!



Rosanna Mahr administra el servicio de comidas en el Burke Health & Rehab Center, en 9640 Burke Lake Rd., Burke. La administración de una instalación que sirve alimentos a una población altamente susceptible a enfermedades transmitidas por alimentos requiere que todos los empleados comprendan

la importancia de reducir el riesgo de enfermedades transmitidas por los alimentos durante la preparación de las comidas. Se mantienen registros diarios de las temperaturas de sanitación de los lavaplatos. Las temperaturas de mantenimiento caliente de los alimentos se registraron antes de que la comida sea servida en los comedores. Los registros de temperatura del equipo se mantienen a diario. Todos los empleados, excepto los más nuevos, han sido entrenados como administradores de alimentos certificados. Rosanna

ha instituido entrenamiento regular para el personal sobre temas que abarcan desde el lavado adecuado de las manos hasta cómo prevenir la contaminación cruzada. El consejo de Rosanna respecto al uso de Control Administrativo Activo es: “[Ser consistente] con las prácticas, ser un líder. Siéntase orgulloso de su rol y demuéstreles (al personal) cuán importante es su rol en la seguridad alimentaria”.



Lydia Antwiwaa es la gerente de la sucursal de McDonald's en 6239 Richmond Hwy., en Alejandría (VA). El control de las líneas (de producción) se realiza a diario, cada dos horas; se mantienen registros de temperaturas para su revisión. Se ha implementado un sistema de alarma para recordar a los empleados de lavarse las manos

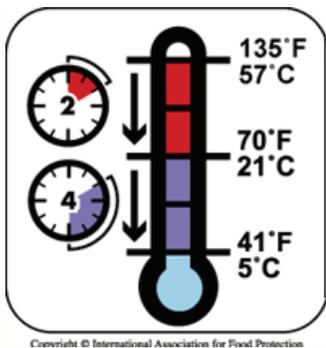
con regularidad. Se lleva a cabo un entrenamiento mensual sobre el tema de la salud del personal. Bajo la tutela de Lydia, se ha implementado un proceso AMC singular que consiste en el uso de guantes de diferentes colores para el manejo de alimentos crudos (guantes azules) o cocidos (guantes blancos). Ello refuerza la importancia de prevenir la contaminación cruzada. De acuerdo con Lydia, “el AMC es muy útil y nos está ayudando a pasar las inspecciones sin violaciones”.

Debe notarse que diferentes controles de administración activa se utilizan en diferentes operaciones alimentarias. Tal vez usted tiene una en su lugar una que es singular a su operación. ¿Qué está usted haciendo para controlar activamente los factores de riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos? Si tiene preguntas respecto al AMC, comuníquese directamente con su inspector regional o llame al 703-246-2444; TTY 711.

# 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 (57 ° C) a 70 ° F (21 ° C) dentro de las primeras 2 horas y luego a 41 ° F (5 ° C) dentro de 6 horas en total. ¡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
- **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](http://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.

## Lidere Dando el Ejemplo

Cuando se trata de prácticas de seguridad de alimentos, los empleados de servicios de alimentos aprenden mejor a través del ejemplo que da la Persona-A-Cargo (PIC por sus siglas en inglés). He aquí algunos ejemplos de tareas típicas con las que una Persona-A-Cargo (PIC) puede darles el ejemplo a sus trabajadores:

- Lávese las manos con frecuencia y correctamente.
- No permita que manos desnudas entren en contacto con los alimentos que están listos para ser consumidos.
- Monitoree las temperaturas de productos de alimentación con un termómetro.
- Refrigere carnes, pollo, productos lácteos y productos de huevo. Rápidamente cuando éstos sean recibidos.
- Enfríe rápidamente los alimentos potencialmente peligrosos.
- Acostúmbrese a apuntar las fechas de manera eficiente.
- Demuestre el uso correcto del lavabo de 3 compartimientos – lave, enjuague y desinfecte, secar al aire.
- Use tiras de pruebas antisépticas todos los días.
- Refuerce de manera positiva las técnicas de manejo seguro de los alimentos.
- Lávese las manos con frecuencia y correctamente.

¿Usted está liderando con el ejemplo?

## ¡Manténgase en contacto!

Fairfax County Health Department  
10777 Main Street, Suite 111  
Fairfax, VA 22030  
703-246-2444, TTY 711  
[www.fairfaxcounty.gov/hd/food](http://www.fairfaxcounty.gov/hd/food)

