

Guía de Correctas Prácticas de Higiene

Carnicerías

PIME
menorca

Centro de Investigación y Fomento de la Calidad

Federació de la Petita i Mitjana Empresa de Menorca (PIME Menorca), 2005
Centro de Investigación y Fomento de la Calidad.

<http://www.pimemenorca.org> e-mail: correo@pimemenorca.org

Comerciants, 9 - POICI Tel. 971 381 550 - Fax 971 386 439

Coordinadora: Encarna Genestar Moll

Diseño y Maquetación: Franc Muñoz

Fotografía: PIME Menorca.



Guía *de* Correctas
Prácticas *de* Higiene

Carnicerías

PIME
menorca

Centro de Investigación y Fomento de la Calidad

Introducción

La Contaminación de los Alimentos

Los alimentos que presentan **alteraciones o defectos higiénico-sanitarios son NO APTOS** para el consumo y representan un riesgo para la salud del consumidor.

En algunos casos estas alteraciones se advierten claramente: alteraciones de aspecto, color u olor, presencia de cuerpos extraños (polvo, partículas), presencia animales diversos (vivos o muertos) o restos de animales (deposiciones, huevos, regurgitaciones).

En la mayoría de casos el alimento **puede presentar un aspecto normal, incluso apetecible, y ser capaz de dañar la salud del consumidor.**

Esto puede ocurrir por varias causas, entre ellas:

- Microorganismos o gérmenes (bacterias, hongos, virus)
- Residuos biológicos y químicos (pesticidas e insecticidas, antibióticos, hormonas, detergentes, desinfectantes, metales, etc.),
- Parásitos (triquinas, tenias, toxoplasma),
- Venenos fisiológicos de animales y plantas, y
- Cuerpos extraños (fragmentos metálicos, esquirlas óseas, trozos de vidrio, etc..).

Cuando un alimento presenta alguno de estos elementos, comprometiendo la aptitud del mismo, se dice que está **contaminado**.

La principal causa de contaminación de los alimentos son los microorganismos.

► ¿DE DÓNDE PROCEDEN LOS MICROORGANISMOS?

Los gérmenes viven de forma habitual en la piel y las mucosas del hombre y de los animales, pudiendo pasar a los alimentos a través de:

- **El manipulador**, cuando habla, tose o estornuda sobre los alimentos o cuando los toca con sus manos o indumentaria sucias.
- **Las carnes y alimentos crudos** cuando contactan con alimentos elaborados o cocinados, ya sea directamente o a través de superficies o utensilios contaminados por éstos (**contaminación cruzada**).
- El aire, el agua y la tierra, cuando entran en contacto con los alimentos, como es el caso de:
 - Hortalizas, frutas y verduras que todavía llevan tierras de labor.
 - Alimentos que se limpian con agua no potable.
 - Alimentos destapados y expuestos al aire, etc.

Una vez en el alimento y bajo condiciones adecuadas de temperatura y tipo de alimento, los gérmenes pueden multiplicarse y alcanzar el número necesario para causar alteraciones de salud en el consumidor (**Intoxicaciones Alimentarias**).

Los alimentos de mayor riesgo sanitario, son los frescos y ricos en proteínas. En especial la carne y productos cárnicos, pescado, huevo y derivados, leche y productos lácteos y ensaladas.

Las condiciones de temperatura favorables para la multiplicación de los gérmenes patógenos son entre 5 y 65°C (ZONA DE PELIGRO).

En la contaminación de los alimentos interviene de manera decisiva **EL MANIPULADOR DE ALIMENTOS, QUIÉN POR IGNORANCIA NO LO SÉ O NEGLIGENCIA NO ME IMPORTA ACTÚA INCORPORANDO GÉRMENES AL ALIMENTO Y/O FAVORECIENDO SU MULTIPLICACIÓN.**

Como responsable de su higiene personal, de la higiene de locales, equipos y utensilios, y de la higiene de las manipulaciones, EL MANIPULADOR DE ALIMENTOS DEBERÁ CONOCER Y ACATAR LAS CORRECTAS PRÁCTICAS DE HIGIENE ALIMENTARIA con el fin de evitar que los alimentos puedan suponer un riesgo para la salud del consumidor.

**ES MUY IMPORTANTE QUE EL MANIPULADOR DE ALIMENTOS SEA
CONSCIENTE DE SU RESPONSABILIDAD SOBRE
LA SALUD COLECTIVA Y LA CALIDAD DE LOS ALIMENTOS**



Bloque

1

Prácticas de Higiene Personal



Ducharse regularmente.

La higiene personal es fundamental para eliminar o reducir el número de gérmenes que vive habitualmente sobre la piel, cabellos y en las mucosas.

- » **Emplear ropa para trabajo distinta de la de calle, limpia y preferentemente de color claro.**
En la ropa de calle se halla polvo y suciedades diversas que pueden contaminar los alimentos. Si la indumentaria de trabajo se lleva sobre la ropa de calle (práctica no muy higiénica) debe asegurarse que la cubre completamente, especialmente mangas, puños y cuellos. **No salir del área de manipulación de alimentos con la indumentaria de trabajo.**
- » **Situar la ropa de calle y objetos personales en lugares específicos** para ello(aseos o taquillas), fuera de las áreas de manipulación o almacenamiento de los alimentos.
- » **Llevar gorro o cubrecabezas.**
Se debe llevar el pelo recogido y protegido por un gorro. Con esta medida se evita que el pelo que recoge con tanta facilidad el polvo, los humos, la grasa, etc. contamine los alimentos.
Esto también afecta a la barba, que se debe cubrir con una mascarilla adecuada.



■ La indumentaria de trabajo debe estar limpia y ser de uso exclusivo.

- » **No comer, beber o fumar.**
Realizar estas acciones fuera de las zonas de trabajo y nunca mientras se manipulan alimentos.
Estos hábitos son especialmente peligrosos puesto que aparte del peligro de caída sobre el alimento de cuerpos extraños, aumenta la secreción salivar y la expectoración, con lo que el riesgo de transmitir microorganismos del sistema respiratorio se ve muy aumentado.
- » **No llevar colonia, perfume, maquillaje, joyas, etc.**
Los alimentos cogen fácilmente los olores. Las joyas son excelentes trampas para la suciedad y los gérmenes.
- » **Cuando haya lesiones cutáneas (heridas, rasguños, granos), proteger debidamente la herida** con una cubierta impermeable, preferiblemente coloreada y que no pueda desprenderse.

- » **Llevar las uñas perfectamente limpias, cortas y sin esmalte.**
Debajo de las uñas se pueden albergar gran cantidad de microorganismos. Es fundamental cortarlas y limpiarlas para evitar que la suciedad se acumule en ellas y pase después al alimento.
Para una correcta limpieza de las uñas es importante utilizar un cepillo específico, sugiriendo que sea de uso personal.
- » **Tomar precauciones cuando se tiene un catarro y se estornuda o tose.**
Cuando se está resfriado no se debería trabajar cerca de los alimentos. En cualquier caso, al estornudar, toser o sonarse la nariz se debe ladear la cabeza y utilizar pañuelo de un solo uso. No utilizar las manos, en caso de hacerlo, deben lavarse inmediatamente.
- » **Limpiarse las manos correctamente y frecuentemente.**
La posibilidad de contaminación a través de las manos durante la manipula-

ción de alimentos es muy elevada. Su limpieza sistemática reduce considerablemente los riesgos de contaminación.

El lavado de manos debe hacerse con jabón y agua caliente, y deben secarse con medios higiénicos (secador automático, toallas de un sólo uso).

Las manos y antebrazos deben lavarse antes de empezar la jornada laboral, al salir de los servicios higiénicos, al cambiar la naturaleza del producto **(especialmente tras manipular alimentos crudos y antes de manipular alimentos cocinados)**, y siempre que sea necesario.

» **Evitar hablar frente a los alimentos.**

Cuando se habla se lanzan pequeñas partículas de saliva que pueden depositarse sobre los alimentos. No se deben mantener largas conversaciones y cuando sea necesario nos alejaremos ligeramente hablando en dirección opuesta a la zona de preparación.

» **Evitar tocar con las manos, los alimentos, ingredientes, superficies o envases en las zonas de contacto con los alimentos.**

Utilizar las manos sólo cuando sea imprescindible. Generalmente utilizar pinzas, utensilios o guantes.



■ La limpieza frecuente de las manos es fundamental para reducir el riesgo de intoxicaciones alimentarias.

» **Evitar gestos o actitudes que pueden ser origen de contaminación.**

Manejar utensilios sucios, dinero, recoger del suelo instrumentos caídos, etc.. y no lavarse después las manos antes de continuar la preparación o servicio de los alimentos. Otras actitudes poco higiénicas son: tocarse la nariz, boca, oídos, ojos, rascarse la cabeza, escupir, etc..

» **Comunicar de forma inmediata a su superior cualquier patología (infecciones respiratorias o intestinales) que pueda suponer un riesgo de transmisión de gérmenes patógenos a los alimentos.■**

A recordar:

► RESUMEN PRINCIPALES HÁBITOS DE HIGIENE PERSONAL

- Ducharse regularmente.
- Llevar ropa de trabajo distinta de la de calle, limpia y de uso exclusivo para el mismo.
- Llevar gorro o cubrecabezas.
- No llevar joyas, perfumes, colonias.
- Llevar las uñas cortas, limpias y sin esmalte.
- Proteger las heridas y rasguños con una cubierta impermeable y coloreada.
- Lavarse las manos cada vez que:
 - Iniciamos el trabajo.
 - Cambiamos de actividad, especialmente al cambiar de alimentos crudos a cocinados.
 - Salimos del servicio higiénico.
- No comer, beber, fumar, masticar chicle, escupir, etc.
- Comunicar al superior cuando se padece cualquier enfermedad o afección respiratoria o digestiva que pueda suponer un riesgo.

Bloque

2

Higiene de Locales, Equipos y Utensilios

Conviene recordar los siguientes términos:

Detergente: producto químico que se utiliza para eliminar la suciedad y la grasa de una superficie.

Desinfectante: producto químico que reduce o destruye los gérmenes de la superficie donde se aplica.

Agente higienizante: producto químico que combina detergente y desinfectante.

Limpiar: eliminar los restos de alimentos, grasa y suciedad por acción de un detergente.

Desinfectar: eliminar los gérmenes patógenos o reducir el número total de gérmenes hasta un nivel seguro o inocuo. Esto se consigue por acción de un desinfectante o sometiendo los útiles a temperaturas superiores a 80°C.

De manera general al hablar de limpieza, nos referimos al proceso de limpieza y desinfección.

LIMPIEZA = LIMPIEZA + DESINFECCIÓN

► **EL PROCEDIMIENTO CORRECTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DEBE COMPRENDER: (Para superficies, equipos y utensilios que entran en contacto directo con los alimentos.)**

1º- Prelimpieza

Eliminar los restos visibles de materias alimenticias. Se realiza barriendo, frotando con un cepillo, raspando, o enjuagando.

2º- Limpieza principal

Aplicar un detergente para facilitar la eliminación y disolución de los restos de alimentos. Para su correcta actuación seguir las instrucciones del fabricante en cuanto a concentración, temperatura y tiempo de utilización.

3º- Enjuagado

Aclarar con agua potable, preferentemente caliente, para eliminar tanto los residuos de alimentos como los restos de detergente.

4º- Desinfección

Aplicar un desinfectante para destruir los microorganismos. Para su correcta actuación seguir las instrucciones del fabricante en cuanto a concentración, tiempo y temperatura de utilización.

5º- Enjuagado final

Aclarar completamente con abundante agua potable para eliminar los restos de desinfectante.

6º- Secado

Utilizar aire seco o papel de un solo uso para el secado de equipos utensilios y superficies. Guardar los utensilios secos y protegidos de la contaminación del entorno

- » Para aquellas zonas o superficies que no entran en contacto directo con los alimentos (suelos, paredes), puede llevarse a cabo una limpieza y desinfección simultáneas.

No limpiar directamente con desinfectante, pues éste no limpia sólo desinfecta. Si quedan restos de alimentos, pueden servir de cobijo y protección a los microbios frente a la acción de los desinfectantes. Asimismo, estos restos pueden servir de alimento para el desarrollo de nuevos gérmenes procedentes del entorno.

▶ PRINCIPALES PRÁCTICAS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

- » **Iniciar la limpieza de equipos y utensilios después de su uso y en cualquier caso una vez finalizada la jornada laboral.** Esto evitará que los restos orgánicos se sequen y adhieran a las superficies, lo cual dificultaría su posterior eliminación, y que tenga lugar una excesiva multiplicación microbiana.
- » **Utilizar productos de limpieza y desinfección (detergentes y desinfectantes) autorizados para su uso en industrias alimentarias.** Mantener los envases cerrados y completamente identificados y etiquetados en sus envases originales.
- » **Trabajar retirando inmediatamente los desperdicios generados y de forma ordenada.** Los desperdicios deben depositarse en contenedores adecuados, con tapa y de apertura por pedal.
- » **Mantener los detergentes y desinfectantes en espacios destinados específicamente para ellos y debidamente separados de las zonas de manipulación o almacenamiento de los alimentos,** donde no exista riesgo de contaminación.
- » **Utilizar materiales y utensilios de limpieza (cepillos, cubos, etc.) en buen estado de higiene y mantenimiento,** con el fin de evitar que sean fuente de contaminación. Para ello deben ser limpiados y desinfectados o sustituidos periódicamente. ■



Bloque

3

Almacenamiento Higiénico

A

TEMPERATURA AMBIENTE


- » **Almacenar los condimentos, especias y aditivos en un dispositivo o armario específico**, debidamente ordenados y evitando la incidencia de luz solar. Mantener en adecuadas condiciones de higiene.
- » Guardar los envases abiertos en recipientes de fácil limpieza y desinfección y provistos de tapa. Esta práctica evita que los alimentos cojan humedad ambiental impidiendo que se alteren o deterioren.
- » Almacenar los productos y materiales de limpieza, desinfección y mantenimiento debidamente identificados y en armarios cerrados específicos para ello.
- » Guardar los artículos y efectos personales fuera de las áreas de manipulación y almacenamiento de los alimentos, en locales o armarios para tal fin como aseos, vestuarios o taquillas.

► EN REFRIGERACIÓN/CONGELACIÓN

» Almacenar la carne y productos cárnicos frescos bajo las temperaturas de refrigeración establecidas:

| TIPO DE ALIMENTO | TEMPERATURA |
|---|--|
| Carnes frescas refrigeradas de las especies bovina, porcina, ovina, caprina y caza mayor. | $\leq 7^{\circ}\text{C}$ |
| Carnes frescas refrigeradas de aves y conejos. | $\leq 4^{\circ}\text{C}$ |
| Carnes picadas y preparados de carne picada. | $\leq 2^{\circ}\text{C}$ |
| Preparados de carne. | $\leq 2^{\circ}\text{C}$ ó 7°C , dependiendo de la materia prima y la especie animal de la que se obtiene. |
| Despojos refrigerados. | $< 3^{\circ}\text{C}$ |
| Carnes y despojos congelados . | $< -12^{\circ}\text{C}$ |

» **No almacenar conjuntamente materias primas y productos elaborados.** Los alimentos crudos y especialmente la carne, presenta un contenido inherente de gérmenes, en mayor o menor grado dependiendo de la especie animal, por lo que pueden contaminar otros alimentos y superficies que entren en contacto con ellos (**contaminación cruzada**).



Debemos tener presente que el frío no mata a los gérmenes, sólo detiene o reduce su multiplicación. Por ello alimentos que se encuentran inicialmente contaminados por microorganismos, mantendrán esa contaminación aún en refrigeración y la podrán traspasar a otros alimentos o superficies.

» Almacenar las canales y piezas de **canales colgadas** evitando que toquen las paredes y el suelo de las cámaras. No situar productos alimenticios bajo la carne colgada.

» En cámaras y vitrinas, colocar los **despieces de carne en cajas o bandejas** evitando su contacto directo con el suelo.



» **Mantener separados físicamente las carnes de diferentes especies**, en especial la carne de ave, caza y carne roja.

» No sobrecargar los equipos. Los equipos sobrecargados dificultan el correcto flujo de aire frío lo cual impide que los alimentos se mantengan bajo la temperatura necesaria.

» No abrir la puerta del refrigerador/congelador más de lo necesario y cerrarla cuanto antes con el fin de evitar la pérdida de frío.

Bloque

4

Higiene de las Manipulaciones



Vigilar que el transporte de los alimentos se realiza en **vehículos limpios**, que los productos se transportan debidamente ordenados, bajo temperatura adecuada, y que no se transportan conjuntamente productos incompatibles, ni de forma que puedan contaminarse por contacto unos con otros.

- » **Inspeccionar los alimentos recibidos, en especial la carne:** aspecto, color, olor, marcas de identificación y temperatura de recepción.
Para los productos envasados, revisar que se reciben correctamente identificados y etiquetados, con fecha de caducidad adecuada y correcto estado de los envases.
- » **Evitar tocar el alimento directamente con las manos.** Usar pinzas, tenedores, bandejas, guantes desechables etc. en lugar de las manos.
- » **Mantener el lavamanos dotado de jabón y medios higiénicos para el secado de las manos** (papel de un solo uso, aire caliente).
- » No utilizar trapos o paños de cocina para el secado de las manos, superficies o utensilios.
- » **Realizar las operaciones de deshuesado y despiece lo más rápidamente posible**, evitando la acumulación de la carne y cualquier retraso de su traslado a las cámaras o elementos de almacenamiento, conservación o exposición.

» Desechar las grasas y huesos procedentes del deshuesado y despiece antes de 24 horas.

» **Realizar el picado de la carne a la vista del comprador.**

En caso de realizarse con carácter previo, se hará con arreglo a las necesidades de despacho diario, sin conservarse de un día para otro y se expenderá sólo en el establecimiento preparador, presentándose en vitrinas refrigeradas y debidamente identificada.

» No conservar en un mismo frigorífico carnes refrigeradas y carnes congeladas.

» En la elaboración de embutidos típicos cocidos, **enfriar rápidamente el producto**. Los gérmenes presentes en el producto que han sobrevivido al cocido y/o los procedentes de la recontaminación tras el cocinado debido a unas prácticas poco higiénicas, pueden multiplicarse rápidamente si el producto se mantiene a temperatura ambiente.



En dos horas, el producto cocido debe alcanzar en su interior una temperatura inferior a 8° C.

Centro de Investigación y Fomento de la Calidad

- Auditoría de Higiene
- Análisis de Alimentos
- Análisis de Agua
- Higiene de Superficies
- Asesoramiento
- Formación
- Prerequisitos Sanitarios

Información:

971 38 15 50

<http://laboratorio.pimemenorca.org>

PIME
menorca