

FICHAS SOBRE PROCEDIMIENTOS DE CALIDAD DE ALIMENTOS

HIGIENE DEL PERSONAL

LOTE 1. MICROEMPRESAS RURALES. ASESORAMIENTO PARA LA CREACION Y FORTALECIMIENTO DE AGRONEGOCIOS Y MICROEMPRESAS RURALES

LICITACIÓN REFERENCIA:
EuropeAid/122940/D/SER/MX-lote 1



Autor de la ficha:
PRODAR/IICA

Fecha de última actualización:	6 de Agosto de 2007
--------------------------------	---------------------

FICHAS SOBRE PROCEDIMIENTOS DE CALIDAD DE ALIMENTOS

HIGIENE DEL PERSONAL

PRESENTACIÓN

En estas fichas se describen prácticas sanitarias y de control de los procesos, que son básicos en toda agroindustria procesadora de alimentos. Su propósito es que sirvan a las microempresas beneficiarias del proyecto PRODESIS como material de apoyo para la gestión de los procesos y el aseguramiento de la calidad.

INTRODUCCION

Los manipuladores de alimentos ejercen una influencia notable sobre la higiene de los alimentos. Son vectores potenciales de contaminación y su comportamiento y eficacia en el trabajo determinan estándares higiénicos alcanzados en las instalaciones, equipos y procesos. Por consiguiente las personas que trabajen en una planta de alimentos deben cumplir con los siguientes requisitos:

Estado de salud

A las personas de las que se sabe o se sospecha que padecen o son portadoras de alguna enfermedad o mal que eventualmente pueda transmitirse por medio de los alimentos, no deberá permitírseles el acceso a ninguna área de manipulación de alimentos si existe la posibilidad de que los contaminen. Cualquier persona que se encuentre en esas condiciones deberá informar inmediatamente a la dirección sobre la enfermedad o los síntomas. Un manipulador de alimentos deberá someterse a examen médico si así lo indican las razones clínicas o epidemiológicas.

Enfermedades y lesiones

Entre los estados de salud que deberán comunicarse a la dirección para que se examine la necesidad de someter a una persona a examen médico y/o la posibilidad de excluirla de la manipulación de alimentos, cabe señalar los siguientes: ictericia, diarrea, vómitos, fiebre, dolor de garganta con fiebre, lesiones de la piel visiblemente infectadas (furúnculos, cortes, etc.), supuración de los oídos, los ojos o la nariz

Aseo personal

Quienes manipulan los alimentos deberán mantener un grado elevado de aseo personal y, cuando proceda, llevar ropa protectora, cubrecabeza y calzado adecuados. Los cortes y las heridas del personal, cuando a éste se le permita seguir trabajando, deberán cubrirse con vendajes impermeables apropiados.

El personal deberá lavarse siempre las manos, cuando su nivel de limpieza pueda afectar a la inocuidad de los alimentos, por ejemplo: antes de comenzar las actividades de manipulación de alimentos; inmediatamente después de hacer uso del retrete; y después de manipular alimentos sin elaborar o cualquier material contaminado, en caso de que éstos puedan contaminar otros productos alimenticios; cuando proceda, deberán evitar manipular alimentos listos para el consumo.

Comportamiento personal

Las personas empleadas en actividades de manipulación de los alimentos deberán evitar comportamientos que puedan contaminar los alimentos, por ejemplo: fumar; escupir; masticar o comer; estornudar o toser sobre alimentos no protegidos.

En las zonas donde se manipulan alimentos no deberán llevarse puestos ni introducirse efectos personales como joyas, relojes, broches u otros objetos si representan una amenaza para la inocuidad y la aptitud de los alimentos.

Visitantes

Los visitantes de las zonas de fabricación, elaboración o manipulación de alimentos deberán llevar, cuando proceda, ropa protectora y cumplir las demás disposiciones de higiene personal.

Prácticas de higiene del personal

La limpieza de una planta de alimentos depende en gran medida de la higiene del personal que trabaja en ella. Por tanto los empleados de una fábrica del sector alimentario deben ser conscientes de la necesidad de observar unas correctas prácticas higiénicas.

Limpieza de piel y manos

En la piel y en las manos existen dos tipos de gérmenes: *los residentes*, que permanecen en la piel y glándulas sebáceas y cutáneas de forma constante, no eliminándose con facilidad mediante el lavado. *Los transitorios* son gérmenes que la piel adquiere de todo aquello con lo que entra en contacto, siendo eliminados eficazmente por el lavado.

Por lo tanto el lavado sistemático de las manos reduce considerablemente los riesgos de contaminación.

¿Cuándo hay que lavarse las manos?

- Antes de empezar el trabajo y al término del mismo, incluyendo los brazos y antebrazos. Después de una pausa en el trabajo.
- Cuando se cambia de tarea.
- Después de tocar alimentos crudos.
- Después de realizar tareas de limpieza de utensilios y/o superficies.
- Después de tocar algún animal.
- Después de todas las visitas al servicio.
- Después de sonarse la nariz, estornudar y toser, tapándose la boca con las manos
- Después de tocar dinero.
- Tantas veces como sea necesario.

El lavado de manos debe acompañarse del uso de jabón, por el efecto emulsionante que tienen estos sobre las grasas, de un frotamiento vigoroso, por el efecto abrasivo del mismo, y del enjuague con abundante agua, ya que ésta arrastra partículas sueltas que contienen gérmenes.

Además, para asegurar una higiene completa de las manos, la industria debe poseer un lavamanos de accionamiento no manual, y papel de un sólo uso para el secado de las mismas.

En caso de haber heridas en las manos se cubrirán con una cubierta impermeable, tanto para evitar una posible infección, como para evitar la contaminación de los productos manipulados.

El uso de guantes es necesario sobre todo para la manipulación de materias primas muy contaminadas. Estos guantes deben ser de un solo uso, y si no, deben ser lavados con la misma frecuencia que las manos.

Pelo

El pelo es un aspecto especialmente peligroso de nuestra higiene personal. El pelo se está mudando continuamente y además contiene caspa; ambos pueden caer sobre el alimento y contaminarlo. Un manipulador de alimentos ha de lavarse la cabeza de manera regular ya que el cuero cabelludo contiene a menudo bacterias perjudiciales.

Todos los manipuladores de alimentos han de llevar gorros adecuados de modo que su pelo esté completamente cubierto. Esto también afecta a la barba, que debe ser cubierta con una mascarilla adecuada. No debe peinarse mientras lleva puesta la ropa de trabajo ya que la caspa y el pelo que inevitablemente se desprenden caerían sobre la ropa y de ahí podrían pasar al alimento. Es necesario que vaya recogido mediante el uso de gorros o cubrecabezas, ya que éste, acumula gérmenes y suciedad que pueden llegar a los alimentos durante la manipulación por la caída de caspa o de ellos.

Boca y fosas nasales

La bacteria *Staphylococcus*, se encuentra en la nariz y la boca del 40-45% de las personas adultas. Los estafilococos producen habitualmente muchos casos de intoxicaciones alimentarias, y se diseminan muy fácilmente cuando nos sonamos la nariz, tosemos o simplemente silbamos en un área alimentaria. Un trabajador resfriado no debería trabajar cerca de alimentos y debería utilizar pañuelos de papel desechables de un sólo uso cada vez que se suene la nariz, tosa o estornude. La boca alberga bacterias estafilocócicas y un manipulador de alimentos no debería utilizar caramelos, chicle, etc., mientras trabaja, no debería limpiar sus gafas echándoles el aliento, no deberá probar la comida con el dedo, etc.

Los gérmenes presentes en las fosas nasales y boca, pueden llegar fácilmente al alimento, sobre todo al estornudar o toser. La mejor manera de evitar este tipo de contaminación es mediante el uso de tapabocas, lo que además, protege al manipulador de los gérmenes presentes en el ambiente.

En caso de no ser imprescindible el uso de mascarilla, la forma de evitar esta contaminación es:

- Evitando estornudar o toser en dirección a los productos manipulados, proteger la tos o el estornudo directamente con la mano, lavándoselas a continuación para continuar con la manipulación.
- Usar pañuelos de un solo uso.

Ropa

Uso de ropa exclusiva para el trabajo, que no haya tenido contacto con otros ambientes, la cual se guardará separada, bien conservada y limpia, de forma que no entre en contacto con la ropa de la calle. La ropa debe ser adaptada a los movimientos que se supone que se van a hacer, es decir, ligera, amplia, de tejidos que se lavan con facilidad, absorben el sudor, etc. El calzado debe ser el apropiado para cada zona de trabajo, limpiándose cuantas veces sea necesario a la entrada y la salida de la zona.

Comer, masticar chicle, fumar, beber

Éstas son prácticas muy peligrosas, ya que pueden caer objetos extraños sobre el alimento manipulado (restos de comida, cenizas, colillas, etc.), y pequeñas partículas de saliva con la carga microbiana correspondiente.

Uso de joyas, perfumes, loción de afeitar, etc.

No debe permitirse que los manipuladores de alimentos llevaran perfume o loción de afeitar, ya que los alimentos cogen muy fácilmente olores, especialmente aquellos ricos en grasas, causando su contaminación.

Las joyas, relojes, broches, etc., son excelentes trampas para la suciedad, donde las partículas de alimento y la suciedad pueden albergar bacterias perjudiciales y causar enfermedades de la piel. También pueden perderse y caer sobre los alimentos, aumentando los gastos de dentista del consumidor. También pueden contaminar y alterar el aumento.

DEFINICIONES IMPORTANTES

Limpieza: eliminación de tierra, residuos de alimentos, suciedad, grasa u otras materias objetables

Contaminante: cualquier agente biológico o químico, materia extraña u otras sustancias no añadidas intencionalmente a los alimentos y que puedan comprometer la inocuidad o la aptitud de los alimentos.

Contaminación: la introducción o presencia de un contaminante en los alimentos o en el medio ambiente alimentario.

Desinfección: la reducción del número de microorganismos presentes en el medio ambiente, por medio de agentes químicos y/o métodos físicos, a un nivel que no comprometa la inocuidad o la aptitud del alimento

Instalación: cualquier edificio o zona en que se manipulan alimentos, y sus inmediaciones, que se encuentren bajo el control de una misma dirección.

Higiene de los alimentos: todas las condiciones y medidas necesarias para asegurar la inocuidad y la aptitud de los alimentos en todas las fases de la cadena alimentaria

Peligro: un agente biológico, químico o físico presente en el alimento, o bien la condición en que éste se halla, que puede causar un efecto adverso para la salud.

Sistema de HACCP: un sistema que permite identificar, evaluar y controlar peligros significativos para la inocuidad de los alimentos.

Manipulador de alimentos: toda persona que manipule directamente alimentos envasados o no envasados, equipo y utensilios utilizados para los alimentos, o superficies que entren en contacto con los alimentos y que se espera, por tanto, cumpla con los requerimientos de higiene de los alimentos.

Inocuidad de los alimentos: garantía de que los alimentos no causarán daño al consumidor cuando se preparen y/o consuman de acuerdo con el uso a que se destinan.

Idoneidad de los alimentos: garantía de que los alimentos son aceptables para el consumo humano, de acuerdo con el uso a que se destinan

Producción primaria: fases de la cadena alimentaria hasta alcanzar, por ejemplo, la cosecha, el sacrificio, el ordeño y la pesca inclusive.

Bibliografía

CODEX Alimentario. 2003. Principios Generales de Higiene de los Alimentos - CAC/RCP 1-1969, Rev. 4

Palabras Clave: higiene, instalaciones, alimentos, personal.