Módulo 1, Resumen:

Lavado de Manos

ENTRENADOR: Lea esta página con anterioridad para prepararse a enseñar este módulo.

LOS PARTICIPANTES APRENDERAN:

1. La relación entre el mal lavado de manos y ENFERMEDADES CAUSADAS POR ALIMENTOS CONTAMINADOS.
2. Demostración de un buen lavado de manos.
3. A identificar cuando y donde lavarse las manos.

TIEMPO: 15 minutos

LUGAR DE ENSEÑANZA: En la cocina o en un área de preparación de alimentos con lavabos de manos.

MATERIALES NECESARIOS:

- Actividad: Demostración de lavado de manos (Pág. M1-5)
  - Lavabo designado para el lavado de manos
  - Jabón y toallas de papel
  - Cepillo para uñas (opcional)
  - Desinfectante para manos (opcional)

PAGINAS REQUERIDAS:

- Pre Examen y Post Examen
- Explicando Términos (Pág. M1-4)
- Actividad: Demostración de lavado de manos (Pág. M1-5)
- Hoja de Hechos: Lavado de manos (Pág. M1-6)
- Hoja de Hechos: Desinfectante para manos (Pág. M1-7)

GLOSARIO DE TERMINOS:

- BACTERIA
- FDA
- ENFERMEDADES CAUSADAS POR ALIMENTOS CONTAMINADOS

Pre Examen

Módulo 1: Lavado de Manos

Lavándose las manos bien y a menudo previene la propagación de enfermedades. Los empleados deben lavarse las manos antes de tocar, preparar, o servir alimentos.

Llene los espacios en blanco

5 Pasos Para Tener Manos Limpias

1. Mójese las manos con agua tibia
2. _____
3. Frótese las manos vigorosamente por _____ segundos
4. Enjuáguelas bien
5. _____

Lávese las manos después de:

Liste tres:

1. _____
2. _____
3. _____

Módulo 1, Presentación:

Lavado de Manos

Entrenador: Lea en voz alta para preparar a los participantes para el entrenamiento.

Hoy Aprenderemos Sobre el Lavado de Manos.

Antes de empezar el entrenamiento de hoy, haremos una prueba corta. No es necesario que escriban el nombre en el examen ni se les va a evaluar personalmente. Intenten contestar lo mejor que puedan a todas las preguntas y no compartan las respuestas con sus compañeros. Al final del entrenamiento, haremos la misma prueba y si no saben las respuestas, las aprenderemos hoy. Después de la presentación de entrenamiento haremos una actividad juntos y repasaremos algunas cuestiones. El entrenamiento dura unos 15 minutos y lo haremos con la participación de todos.

Entrenador: Lea en voz alta.

¿Cuales son los Riesgos?

Lavándose las manos es la mejor prevención contra ENFERMEDADES CAUSADAS POR ALIMENTOS CONTAMINADOS y otras enfermedades. Las manos sucias o mal lavadas pueden transferir BACTERIA dañinas a los alimentos que preparan para sus clientes. El Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC) estima que una de cada tres personas no se lava las manos cuando va al baño. Este comportamiento es peligroso y puede esparcir enfermedades severas que pueden transmitirse a través de los alimentos.

ENTRENADOR: Lea en voz alta.

¿Cuál es la ley?

Los empleados que trabajan con alimentos deben saber como, cuando y donde lavarse las manos.

Todos los lavabos para manos deben funcionar bien, y deben tener agua tibia, jabón, y toallas de papel desechables.

Provea un cartel cerca del lavamanos que instruya a los empleados lavarse las manos.

ENTRENADOR: Reparta copias entre los participantes y deje que ellos tomen turno para leer esta información en voz alta.

Explicando Términos

- BACTERIA: Gérmenes.
- FDA: Administración de Alimentos y Drogas de Los Estados Unidos.
- ENFERMEDADES CAUSADAS POR ALIMENTOS CONTAMINADOS: Enfermedades causadas por los gérmenes o toxinas en alimentos, también llamado intoxicación.
- El lavado de manos debe hacerse solamente en los lavabos designados para eso. Si el lavado de manos ocurre en fregaderos donde se lavan los alimentos, o en los fregaderos para lavar utensilios o limpiadores de piso, entonces podemos contaminar los alimentos y el equipo para prepararlos. Nota: Es aceptable lavarse las manos en el primer tanque (pre-wash sink o pre-lavado) de los fregaderos de trastes que son cuatro juntos.
- Nunca bloquee o use los lavabos para ningún otro propósito mas que para lavarse las manos.
- Siempre mantenga los lavabos para manos abastecidos con jabón y toallas de papel. Los empleados deben saber donde se encuentra guardado el jabón y toallas y como llenar los botes cuando se vacían.
- LAS BACTERIAS pueden esconderse en las uñas y alhajas. Un buen lavado de manos requiere uñas cortas y sin pintura. No se debe usar nada de alhajas, excepto las bandas sencillas de matrimonio (anillo o sortija sin piedras).
- Las manos deben lavarse por lo menos por 20 segundos para remover BACTERIAS dañinas.
- Use un cepillo para uñas para ayudarse a limpiar por debajo de las uñas.
- Use toallas de papel desechables para secarse las manos. Si usa una toalla cualquiera o su delantal para secarse las manos, tal vez las contamine nuevamente.
- Los desinfectantes aprobados por la FDA pueden ser usados como un paso mas en el procedimiento de lavado de manos. Los desinfectantes no deben reemplazar un buen lavado de manos.

Módulo 1, Actividad:

Demostración de Lavado de Manos

ENTRENADOR: Reparta copias de la Hoja de Actividad y la Hoja correspondiente de Hechos. Haga que los participantes completen individualmente o en grupo.

1. Localicen todos los lavabos para manos en su local.

2. Demuestre como abastecer jabón, toallas y desinfectante.

3. Revise y discutan la Hoja de Hechos: Lavado de Manos (Pág. M1-3).

4. Demuestre lavado de manos:

   a. Abra el grifo, enjabónese las manos y parte de los brazos, frote por lo menos por 10-15 segundos. Para ayudarse ponga la alarma para que suene en 10-15 segundos, o, cante la canción de Feliz Cumpleaños.
   b. Enjuáguese.
   c. Séquese las manos con toallas desechables.
   d. Cierre el grifo con una toalla desechable u otra forma de cerrar sin las manos (por ejemplo: los grifos que se abren y cierran con los pies)

5. Si usan desinfectantes, revise y discutan la hoja con información para usar Desinfectantes para Manos. (Pág. M1-7).

Hoja de Hechos:

Lavado de Manos

Lavándose las manos bien y a menudo previene la propagación de enfermedades. Los empleados deben lavarse las manos antes de tocar, preparar, o servir alimentos, o limpiar utensilios para cocinar.

5 Pasos Para Tener Manos Limpias

1. Mójese las manos con agua tibia
2. Enjabónelas
3. Frótese las manos vigorosamente por 10-15 segundos
4. Enjuáguelas bien
5. Séquese las manos con una toalla limpia

Lávese las manos después de:

Fumar, Comer o Beber

Tocar Alimentos Crudos

Limpiar o Tocar basura

Usar un pañuelo

Ir al baño

Los Gráficos son cortesía del Departamento Ambiental y de Salud de Kansas

City of Wauwatosa Health Department (06/08)

Hoja de Hechos:

Desinfectante Para Manos

- Los desinfectantes no deben reemplazar el lavado de manos.
- Las leyes no requieren que se use desinfectante para manos, pero si se usa después de haberse lavado las manos correctamente, puede reducir la cantidad de gérmenes que hay en las manos.
- Instale el desinfectante cerca de la pileta para lavarse las manos.

Siga estos pasos fáciles:

1. Use desinfectantes aprobados por la FDA solamente.
2. Lávese las manos muy bien con agua y jabón, luego séquese.
3. Aplique un poco de desinfectante en las manos y frótelas juntas hasta que absorban el desinfectante.

City of Wauwatosa Health Department (06/08)

ENTRENADOR: Comparta una o más de estas "Historias de Cocinas."

Historias de Cocinas

Estos son algunos ejemplos de violaciones observadas en las inspecciones.

1. Un empleado estornudó y se sopló la nariz en un pañuelo, y solo se enjuago las manos con agua. El empleado regresó a trabajar rebanando jamón listo para comer.

   Problema: Las BACTERIAS que viven en los canales nasales pueden causar INTOXICACIONES.

   Solución: Un buen lavado de manos con jabón reduce el número de BACTERIAS en sus manos.

2. Un empleado se lavó las manos en el fregadero para preparar alimentos, en vez de usar el lavabo designado para lavarse las manos.

   Problema: Lavándose las manos en el fregadero para preparar alimentos puede contaminar los alimentos y los utensilios.

   Solución: Use solamente lavabos para lavarse las manos para prevenir contaminación de alimentos y utensilios.

3. Un empleado se enjuagó sus manos sucias con pescado en un balde con desinfectante en vez de lavarse las manos en el lavabo con agua y jabón.

   Problema: Enjuagarse las manos con desinfectante no es lo mismo que lavarse las manos, y puede recontaminar las manos.

   Solución: Lávese las manos por lo menos por 20 segundos bajo el grifo abierto para remover las BACTERIAS correctamente.

Módulo 1, Preguntas:

Revisión del Lavado de Manos

ENTRENADOR: Pida que los participantes contesten estas preguntas:

1. ¿Por qué es importante lavarse las manos?

   Respuesta: Porque es una forma efectiva para prevenir la propagación de BACTERIAS e INTOXICACIONES.

2. ¿Dónde debe lavarse las manos?

   Respuesta: Deben lavarse las manos en lavabos designados. Nunca se lave las manos en fregaderos para preparar alimentos, ni en los de lavar trastes* o el de lavar el trapo de piso (mop).

3. ¿Cuándo deben lavarse las manos?

   Respuesta: Después de ir al baño, tocar carne de animales cruda, fumar, comer o beber, soplarse la nariz / estornudar, o sacar la basura.

4. ¿Por cuánto tiempo debe lavarse las manos? ¿Por qué?

   Respuesta: Las manos deben lavarse por lo menos 20 segundos para remover las BACTERIAS apropiadamente.

*Se acepta lavarse las manos en el primer compartimiento de los fregaderos de 4-compartimientos (pre-wash sink) utilizado para lavar trastes.

Post Examen

Módulo 1: Lavado de Manos

Lavándose las manos bien y a menudo previene la propagación de enfermedades. Los empleados deben lavarse las manos antes de tocar, preparar, o servir alimentos.

Llene los espacios en blanco

5 Pasos Para Tener Manos Limpias

1. Mójese las manos con agua tibia
2. _____
3. Frótese las manos vigorosamente por _____ segundos
4. Enjuáguelas bien
5. _____

Lávese las manos después de:

Liste tres:

1. _____

2. _____

3. _____

Post Examen Respuestas

Módulo 1: Lavado de Manos

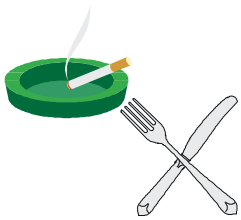
Lavándose las manos bien y a menudo previene la propagación de enfermedades. Los empleados deben lavarse las manos antes de tocar, preparar, o servir alimentos.

5 Pasos Para Tener Manos Limpias

1. Mójese las manos con agua tibia
2. **Enjabónelas**
3. Frótese las manos vigorosamente por **10-15** segundos
4. Enjuáguelas bien
5. **Séquese las manos con una toalla limpia**

Lávese las manos después de:

Fumar, Comer o Beber



Tocar Alimentos Crudos

Limpiar o Tocar basura

Usar un pañuelo

Ir al baño

Los Gráficos son cortesía del Departamento Ambienta

Módulo 1, Continuación:

Para Gerentes / Entrenadores

ENTRENADOR: No lea en voz alta. Estos son sus próximos pasos, otras actividades y recursos.

Después del Entrenamiento

- Haga que los participantes firmen en la hoja: Verificación de Entrenamiento (Pág.9), porque lo requiere el Programa `Tripulación de Alimentación Segura`.
- Complete la hoja: Evaluación del Entrenador (Pág. 10), porque lo requiere el Programa `Tripulación de Alimentación Segura`.
- Entregue los certificados a los participantes (Pág. 12).
- Anote los entrenamientos que cada empleado recibió en la hoja: Registro de Asistencia (Pág. 13).
- Coloque como cartel la Hoja de Hecho (Pág. M1-6) y Lavado de Manos (última página del Módulo 1) cerca de todos los lavabos, incluyendo los del baño.
- Actividad: Glo Germ™ (Gérmenes Incandescentes) o GlitterBug™ (Insecto Brillante) (Pág. M1-13)
- Actividad: Lavado de Manos con Especies (Pág. M1-14)
- Revise los lavabos regularmente para asegurarse que tienen todo lo necesario para el lavado de manos apropiado.
- Compruebe que los empleados siguen los pasos para un buen lavado de manos.

Recursos

- Código Alimenticio de FDA 2001 y Código Alimenticio de Wisconsin: 2-3, Limpieza Personal; 5-202.12, y Lavabos para Manos; 6-301.
- Glo Germ™ – Productos para el entrenamiento del Lavado de manos www.glogerm.com*
- GlitterBug™ - Productos para el entrenamiento del Lavado de manos www.brevis.com*

*Referencia de nombres o marcas comerciales no quiere decir que el Public Health – Madison & Dane County los endorsa o que discrimina en contra de los productos no mencionados.

Módulo 1, Actividad:

Glo Germ™ o GlitterBug™

El propósito de esta actividad es mostrar la importancia del buen lavado de manos. Estos productos usan una luz ultravioleta negra para ver los gérmenes que pueden permanecer en las manos cuando una persona no se lava bien las manos.

Materiales Necesarios:

1. Glo Germ™ or GlitterBug™ en aceite, polvo o gel.
2. Luz ultravioleta negra– el Public Health – Madison & Dane County tiene 2 disponibles, y usted puede pedirlas prestadas.
3. Lavabos designados con jabón y toallas.

Instrucciones:

1. Varios voluntarios.
2. Agite el liquido vigorosamente antes de usar.
3. Vierta un poco en la palma de una mano de cada voluntario.
4. Haga que los voluntarios se froten las manos por 10-20 segundos.
5. Miren las manos de los voluntarios bajo la luz negra. Explique al grupo que: *"Si pudiéramos ver las* BACTERIAS *y los virus en nuestras manos, se verían así."*
6. Mande a los voluntarios a lavarse las manos.
7. Cuando regresen, miren las manos de cada voluntario bajo la luz negra. Cualquier parte de las manos o brazo que no se laven bien, se verán bajo la luz. Revise alrededor y debajo de las uñas, entre los dedos y en el antebrazo, porque usualmente son las partes más difíciles de limpiar.

Temas para Discutir:

- ¿Que tan bien se lavaron las manos?
- ¿Cómo se lavaron alrededor de las uñas, anillos y las muñecas?
- ¿Cómo pueden mejorar el lavado de manos?
- Discutan acerca de la importancia del lavado de manos apropiado. Explique que no es inusual permanecer con gérmenes en las manos después de lavarse bien las manos. Explique que el buen lavado de manos no siempre remueve todos los gérmenes, por eso no se permite el contacto de las manos con los alimentos listos para comer.

Módulo 1, Actividad:

Lavado de Manos con Especias

Si no tiene disponible: Glo Germ™ o GlitterBug™ pruebe con esta mezcla.

1. Mezcle especias como pimentón, canela o curry en polvo con aceite. Agregue menta o peperina si tienen disponible para cambiar el olor.

2. Frote un poco de la mezcla en las manos para imitar los gérmenes.

3. Lávese las manos.

4. Examinen las manos para ver si quedó algo de olor o especies.

Temas para Discutir:

- ¿Que tan bien se lavaron las manos?
- ¿Cómo se lavaron alrededor de las uñas, anillos y las muñecas?
- ¿Cómo pueden mejorar el lavado de manos?
- Discutan acerca de la importancia del lavado de manos apropiado. Explique que no es inusual permanecer con gérmenes en las manos después de lavarse bien las manos. Explique que el buen lavado de manos no siempre remueve todos los gérmenes, por eso no se permite el contacto de las manos con los alimentos listos para comer.

LOS EMPLEADOS DEBEN

LAVARSE LAS MANOS

PUBLIC HEALTH – MADISON & DANE COUNTY

LOS EMPLEADOS DEBEN

LAVARSE LAS MANOS

PUBLIC HEALTH – MADISON & DANE COUNTY

LOS EMPLEADOS DEBEN

LAVARSE LAS MANOS

PUBLIC HEALTH – MADISON & DANE COUNTY

LOS EMPLEADOS DEBEN

LAVARSE LAS MANOS

PUBLIC HEALTH – MADISON & DANE COUNTY