Módulo 5, Resumen:

Higiene Personal

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

LOS PARTICIPANTES APRENDERAN:

1. Acerca de la relación entre la mala higiene personal y las INTOXICACIONES.
2. A explicar cuales son los buenos hábitos de una buena higiene personal.

TIEMPO: 15 minutos

LUGAR DE ENSEÑANZA: Comedor

COPIAS REQUERIDAS:

- Pre Examen y Post Examen
- Explicando Términos (Pág. M5-4)
- Actividad: Cruzadas de Higiene Personal (Pág. M5-5)
- Hoja de Hecho: Higiene Personal (Pág. M5-7)

GLOSARIO DE TERMINOS:

- ENFERMEDADES CAUSADAS POR ALIMENTOS CONTAMINADOS

Pre Examen

Módulo 5: Higiene Personal

1. ¿Un empleado puede llevar cuáles de los siguientes durante la manipulación de alimentos?

   Marque con círculo la respuesta correcta

Uñas articificiales	Sí	No
Esmalte de uñas	Sí	No
Anillo de boda simple	Sí	No

Módulo 5, Presentación:

Higiene Personal

ENTRENADOR: Lea en voz alta para preparar a los participantes.

Hoy Aprenderemos Sobre La Higiene Personal. 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?

La mala higiene personal de los empleados que trabajan preparando alimentos, es uno de los contribuyentes más comunes en los brotes de INTOXICACIONES. La mala higiene personal puede afectar negativamente en la forma que los clientes piensan del establecimiento. Los buenos hábitos de higiene personal previenen las INTOXICACIONES y hacen que los clientes regresen.

ENTRENADOR: Lea en voz alta.

¿Cuál es la ley?

Los empleados deben seguir buenos hábitos de higiene personal para prevenir la propagación de enfermedades.

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

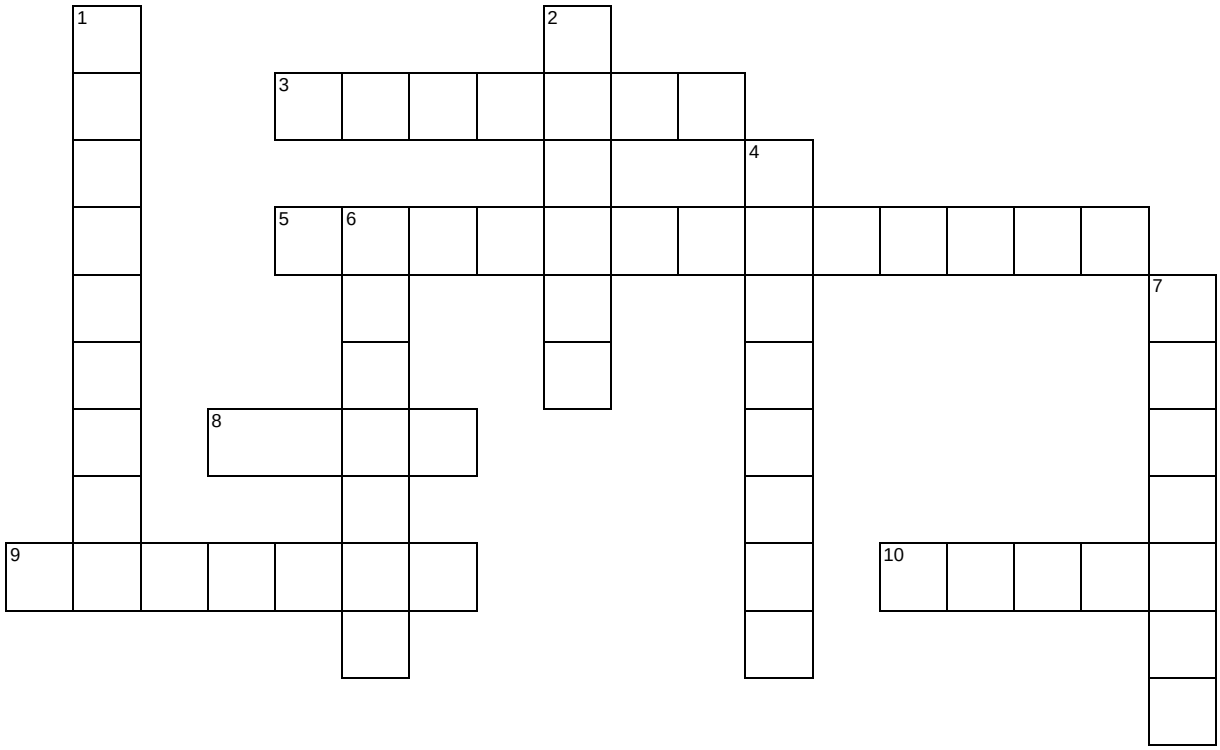
Explicando Términos

- ENFERMEDADES CAUSADAS POR ALIMENTOS CONTAMINADOS: Enfermedades causadas por gérmenes o toxinas en los alimentos, también llamadas intoxicaciones.
- Si esta enferma / o, es importante que le reporte a la persona a cargo.
- Lávese las manos siguiendo el procedimiento apropiado.
- Mantenga las uñas cortas y despintadas para poder limpiarlas mejor y que los guantes entren apropiadamente.
- No use uñas postizas porque pueden desprenderse y caerse en la comida mientras las están preparando.
- Heridas o cortes abiertos en las manos o muñecas deben ser reportados a la persona a cargo. Los empleados pueden trabajar con alimentos si el corte se cubre con una venda y usa guantes desechables.
- Las alhajas en las manos o muñecas pueden colectar partículas de alimentos que son difíciles de limpiar. Quítese todas las alhajas antes de ir al trabajo. La sortija simple de matrimonio se puede usar.
- Deben fumar, beber, comer, o mascar chicle solo en áreas designadas como áreas de descanso para prevenir contaminación en áreas de preparación de alimentos.
- Los empleados pueden beber en las áreas de preparación de alimentos solamente de un recipiente con tapa. Los recipientes tapados previenen la contaminación de sus manos y superficies en contacto con alimentos en caso de un derrame.
- Sombreros, pañuelos, redecillas, gorras, son todos efectivos para retener el cabello en su lugar. Hay redecillas para barbas y la ropa restringe los bellos del cuerpo. Usen algunos de estos productos para prevenir que los empleados se acomoden el cabello, o que cabellos se caigan en los alimentos.
- Para prevenir la propagación de gérmenes, no se toque la cara, el pelo, u otras partes del cuerpo, mientras esté preparando alimentos.
- Cuando pruebe la comida use el utensilio una vez solamente. No use el mismo utensilio para probar nuevamente.
- La ropa sucia puede contener bacterias que se pueden pasar a los alimentos. Manteniéndose limpios, los empleados pueden prevenir la transmisión de enfermedades.
- Si es necesario, establezca un código de vestimenta para todos los empleados. Los clientes aprecian la buena higiene personal.

Módulo 5, Actividad:

Higiene Personal, Crucigrama

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



Horizontales

3. Los clientes aprecian una buena _____ personal.
5. Haga esto para prevenir diseminar enfermedades.
8. Manténgalas cortas y limpias.
9. Las bebidas de los empleados deben estar _____.
10. Esto se permite solo en áreas designadas.

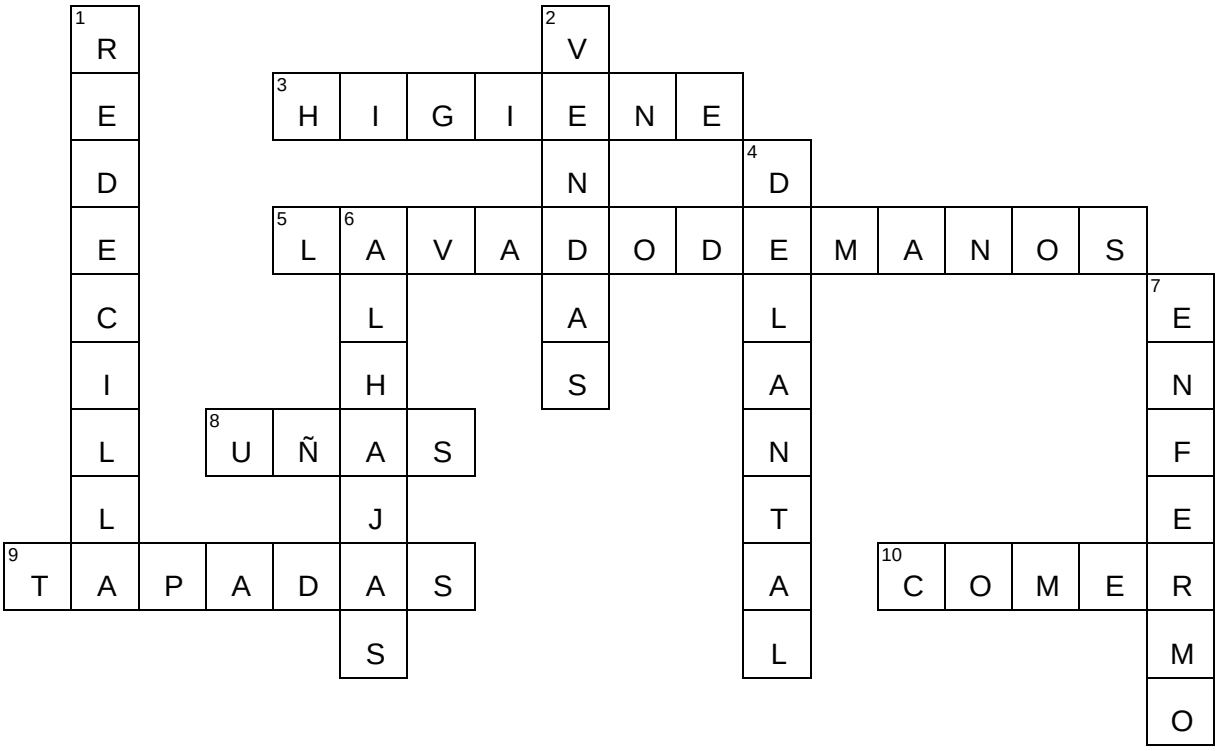
Verticales

1. Es necesario para mantener el pelo fuera de los alientos.
2. Se deben poner para cubrir cortes o heridas.
4. No se seque las manos en su _____.
6. Quítese estas antes de ir al trabajo.
7. Reporte al gerente cuando se siente así.

Módulo 5, Actividad:

Higiene Personal, Solución del Crucigrama

ENTRENADOR: Use para comparar y discutir con los participantes.



Horizontales

3. Los clientes aprecian una buena _____ personal.
5. Haga esto para prevenir diseminar enfermedades.
8. Manténgalas cortas y limpias.
9. Las bebidas de los empleados deben estar _____.
10. Esto se permite solo en áreas designadas.

Verticales

1. Es necesario para mantener el pelo fuera de los alientos.
2. Se deben poner para cubrir cortes o heridas.
4. No se seque las manos en su _____.
6. Quítese estas antes de ir al trabajo.
7. Reporte al gerente cuando se siente así.

Hoja de Hechos:

Higiene Personal

City of Wauwatosa Health Department (06/08)

ENTRENADOR: Comparta uno o más de “estos sucesos” con los participantes.

Historias de Cocinas

Los siguientes son ejemplos de violaciones observadas durante inspecciones.

1. Un empleado se secó las manos en su delantal sucio después de haberse lavado las manos apropiadamente.

   Problema: Secándose las manos en el delantal o ropa sucia, puede fácilmente recontaminar las manos recién lavadas.

   Solución: Toallas de papel desechables o de tela deben usarse para el secado de manos.

2. Una empleada tenia uñas postizas pintadas

   Problema: Las uñas largas pintadas se pueden romper o descascarar la pintura y caer en los alimentos.

   Solución: Manteniendo las uñas cortas y despintadas es más fácil para limpiarlas y prevenir que se rompan, y que se caigan en los alimentos.

3. Las pertenencias personales de un empleado fueron depositadas directamente arriba de bolsas abiertas de harina y azúcar.

   Problema: Bacterias y suciedad presentes en las pertenencias personales pueden contaminar los alimentos almacenados.

   Solución: Designe un área separado para guardar las pertenencias personales de los empleados, lejos de los alimentos, utensilios o materiales desechables para servir.

Módulo 5, Preguntas:

Higiene Personal, Revisión

ENTRENADOR: Pida que los participantes contesten estas preguntas:

Conteste: Cierto o Falso.

1. Los empleados pueden comer en las áreas de preparación de alimentos siempre que se laven bien las manos.

   Respuesta: Falso – Los empleados deben comer en áreas designadas para recreos y así prevenir contaminar los alimentos y equipo usado para prepararlos.

2. El anillo o sortija de matrimonio sin piedras es la única alhaja que se le permite usar a los empleados en sus manos y brazos.

   Respuesta: Cierto – Esto es para poder lavarse las manos apropiadamente. Otras alhajas pueden retener partículas de alimentos y gérmenes.

3. Una empleada que tiene un dedo quemado puede seguir trabajando mientras este vendada y use guantes desechables.

   Respuesta: Cierto – Los empleados pueden preparar y tocar alimentos con cortes y heridas abiertas en las manos o muñecas, siempre y cuando estén vendados con una venda impermeable y usen guantes desechables.

Post Examen

Módulo 5: Higiene Personal

1. ¿Un empleado puede llevar cuáles de los siguientes durante la manipulación de alimentos?

   Marque con círculo la respuesta correcta

Uñas articificiales	Sí	No
Esmalte de uñas	Sí	No
Anillo de boda simple	Sí	No

Post Examen: Respuestas

Módulo 5: Higiene Personal

1. ¿Un empleado puede llevar cuáles de los siguientes durante la manipulación de alimentos?

Uñas articificiales	**No**
Esmalte de uñas	**No**
Anillo de boda simple	**Sí**

Módulo 5, 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 de Empleados (Pág. 13).
- Desarrolle o revise su póliza escrita acerca de la higiene personal de los empleados.
- Desarrolle un procedimiento a seguir cuando acontecen problemas o quejas acerca de la higiene personal de empleados.
- Coloque como cartel la Hoja de Hechos: Higiene Personal (Pág. M5-6) en la cocina para que todos los empleados la lean.

Recursos

- Código Alimenticio de FDA 2001 y Código Alimenticio de Wisconsin: 2-302.11, Uñas; 2-303.11, Joyas; 2-304.11, Vestimenta; 2-4, Prácticas Higiénicas.