

Lavado de las Manos para los Empleados

Handwashing for Employees

Spanish

Cómo lavarse las manos

1. Mójese las manos
2. Enjabónese las manos
3. Frótese las manos durante 10 a 15 segundos
4. Enjuáguese las manos
5. Séquese las manos
6. Mantenga las manos limpias

Todo el proceso debe durar, cuando menos, 20 segundos. Ni los guantes, los pañitos húmedos, o el gel antiséptico para las manos son sustitutos del lavado de manos.

Cuándo lavarse las manos

Lávese las manos cuantas veces le sea posible. Es importante que se lave las manos:

- Antes de empezar a manipular alimentos, utensilios o equipo
- Antes de ponerse guantes
- Antes de pasar de los alimentos crudos a los alimentos listos para consumir
- Después de haber tocado utensilios y equipos sucios
- Después de toser, estornudar, usar un pañuelito descartable o algún producto de tabaco
- Después de comer e ingerir líquidos
- Después de tocarse la piel, la cara o el cabello
- Después de haber tocado a algún animal

English

How to wash your hands

1. Wet your hands
2. Apply soap
3. Rub your hands for 10 to 15 seconds
4. Rinse your hands
5. Dry your hands
6. Keep hands clean

The entire process must last at least 20 seconds. Gloves, wet-wipes or hand antiseptics are not substitutes for handwashing.

When to wash your hands

Wash your hands as often as possible. It is important to wash your hands:

- Before starting to work with food, utensils, or equipment
- Before putting on gloves
- When switching between raw foods and ready-to-eat foods
- After handling soiled utensils and equipment
- After coughing, sneezing, using a tissue or using tobacco products
- After eating and drinking
- After touching skin, face or hair
- After handling animals
- After using the bathroom

- Después de haber usado el baño
- Con la frecuencia necesaria durante el proceso de preparación de comida y cuando cambia de una tarea a otra en la cocina.

Dónde lavarse las manos

Lávese las manos únicamente en los fregaderos designados para lavado de manos. No se lave las manos en los fregaderos de servicio destinados a lavado de utensilios y preparación o servicio de comida.

No bloquee el área que rodea los fregaderos de lavado de manos, ni apile utensilios dentro de los mismos, por ejemplo utensilios sucios. No utilice los fregaderos de lavado de manos para ningún otro propósito.

Mantenga limpios y bien organizados los fregaderos de lavado de manos. Los fregaderos de lavado de manos deben tener:

- Agua corriente tibia
- Jabón
- Toallas desechables, sistema de toallas de papel multifoliadas, dispositivos de secado con aire caliente
- Algún aviso o pancarta que le recuerde a los empleados que deben lavarse las manos.

Antisépticos para las manos

Los antisépticos para las manos vienen en la forma de gel o líquido que se puede frotar a manos limpias y secas después de haberlas lavado.

Los antisépticos para las manos pueden reducir el número de bacterias que causan enfermedades en las manos limpias, aunque

As often as needed during food preparation and when changing tasks

Where to wash your hands

Only wash your hands in sinks designated for handwashing. Do not wash your hands in utensil, food preparation or service sinks.

Do not block the area around handwashing sinks or stack items, such as soiled utensils, in them. Do not use handwashing sinks for any other purpose.

Keep handwashing sinks clean and well stocked. Handwashing sinks must have:

- Warm running water
- Soap
- Disposable towels, a continuous towel system, or a heated-air hand drying device
- Sign or poster reminding employees to wash their hands

Hand antiseptics

Hand antiseptics are usually gels or liquids that can be rubbed on clean, dry hands after handwashing. Hand antiseptics can reduce the number of disease causing bacteria on clean hands, but are not a replacement for proper handwashing.

When used after proper handwashing, hand antiseptics can provide additional food

no pueden sustituir el buen lavado de manos.

Cuando se aplican luego de lavarse bien las manos, los antisépticos pueden garantizar una protección adicional para los alimentos. Lávese muy bien las manos antes de aplicarles un antiséptico.

Los antisépticos con base de alcohol para las manos no son efectivos contra el norovirus, que es el que más ocasiona las enfermedades derivadas de los alimentos.

protection. Wash hands properly before using a hand antiseptic.

Alcohol based hand antiseptics are not effective against norovirus, the most common cause of foodborne illness.

Recursos (Resources)

[Minnesota Department of Health Food Business Safety](http://www.health.state.mn.us/foodbizsafety)
(<http://www.health.state.mn.us/foodbizsafety>)

Minnesota Department of Health
Food, Pools, and Lodging Services
PO Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
651-201-4500
health.foodlodging@state.mn.us
www.health.state.mn.us

ENERO DE 2019

*Para obtener esta información en otro formato,
llame al 651-201-4500 or 651-201-6000.*

Minnesota Department of Agriculture
Food and Feed Safety Division
625 Robert Street N
St. Paul, MN 55155-2538
651-201-6027 or 1-800-697-AGRI
MDA.FFSD.Info@state.mn.us
www.mda.state.mn.us

JANUARY 2019

*To obtain this information in a different format, call:
651-201-4500 or 651-201-6000.*