



# **TÉCNICA DEL LAVADO DE MANOS DESAYUNOS ESCOLARES**

# TÉCNICA DEL LAVADO DE MANOS

El lavado de manos es un punto crucial para evitar la contaminación de alimentos.

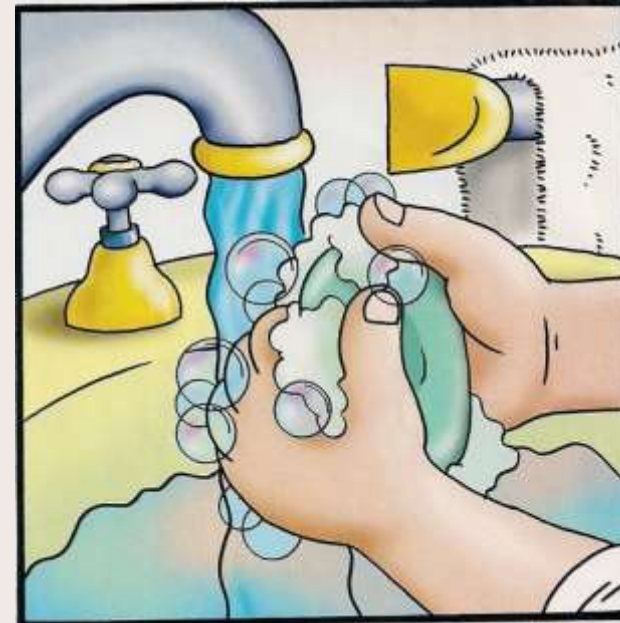
Ya que las manos con frecuencia transportan microorganismos de un lugar a otro.

Por lo que es de suma importancia utilizar una técnica correcta al momento de realizar esta acción.



Lavarse las manos es un acto que hacemos a diario, sin embargo no siempre se hace de la manera adecuada.

La técnica del correcto lavado de manos debe hacerse de la siguiente manera:



# Primer Paso

Enjuagarse las manos con agua limpia, aplicar jabón-detergente.

En caso de que el jabón o detergente sea líquido, debe aplicarse mediante un dosificador y no estar en recipientes destapados.



# Segundo Paso

Frotarse vigorosamente la superficie de las manos y cada uno de los dedos por la parte interna y externa y, entre los dedos.



# Tercer Paso

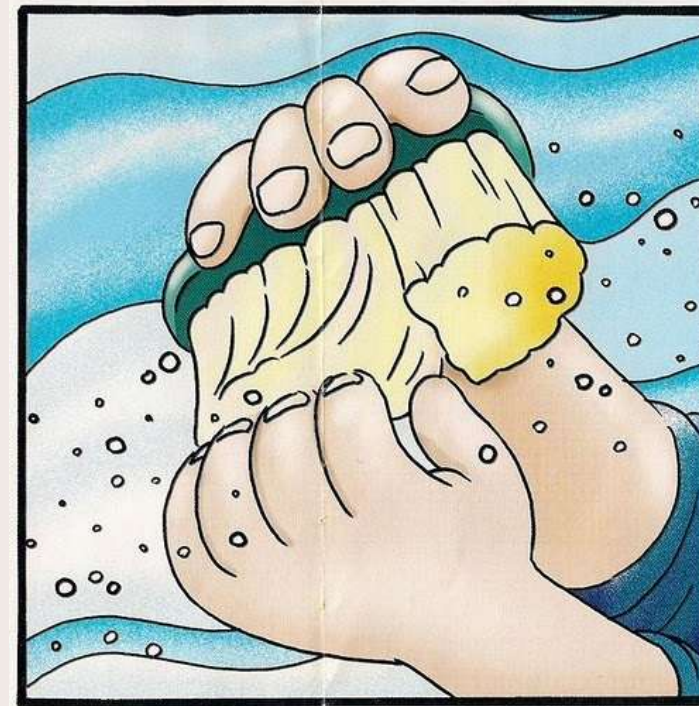
Cuando se utilice ropa con mangas cortas, el tallado será desde la altura de los codos hasta la punta de los dedos.



## Cuarto Paso

Frotar las uñas en un sólo sentido.

Utilizar un cepillo destinado únicamente para tal fin.





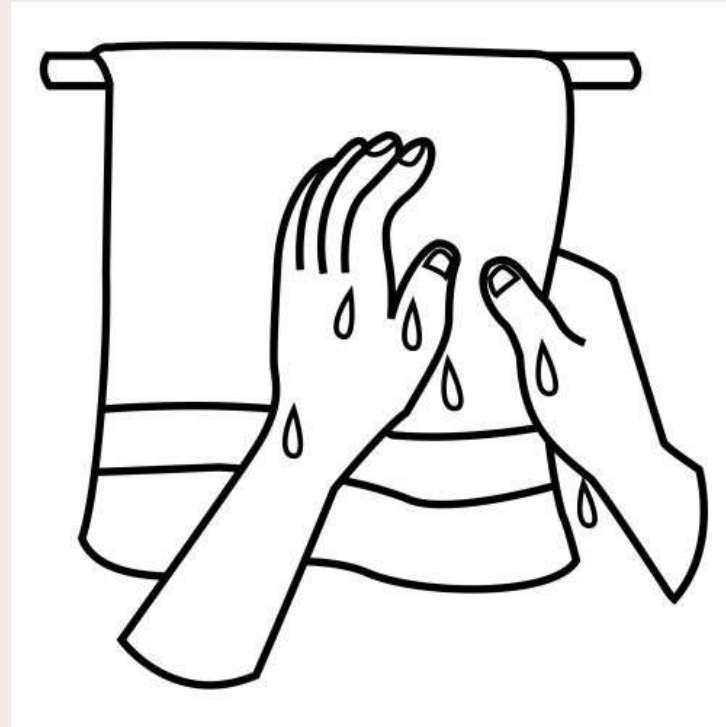
# Quinto Paso

Enjuague con agua limpia, cuidando que no queden restos de jabón o detergente.



## Sexto Paso

Secar con toallas limpias y exclusivas para el secado de manos o al aire caliente.



Todos los pasos anteriores deben realizarse para minimizar el riesgo de contaminación.



# EL LAVADO DE MANOS DEBERÁ PRACTICARSE

## 1. Antes de iniciar labores

ya que las manos están en contacto con múltiples cosas que contienen una gran cantidad de microorganismos.

## 2. Después de ir al baño

por esto puedes expulsar huevecillos de parásitos o bacterias que podrían transmitirse fácilmente a los alimentos.

## 3. Después de tocar alimentos crudos

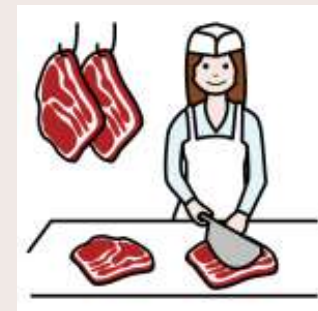
Así se evitara o al menos se reducirá el riesgo de contaminación cruzada.

## 4. Después de tocar

heridas, cortaduras, rascarse el cuerpo, cabeza, nariz, ojos, boca ya que los microorganismos se pueden quedar en las manos y transmitirse a los alimentos.

## 5. Después de cada interrupción

sobre todo si se tocan los objetos que normalmente se manejan en el área de trabajo como botes de basura, cajas o algún compuesto químico, incluidos los que se utilizan para limpiar, incluso el saludar de mano.



# REGLAS BÁSICAS DE HIGIENE PERSONAL

Los preparadores de alimentos deben llevar a cabo las siguientes reglas básicas de higiene personal:

## 1. Aseo y presentación

Presentarse con cabello recogido utilizando mandil cofia y cubre boca.

## 2. Ropa y calzado limpios

No se permite fumar, comer, beber, escupir o mascar en las áreas donde se entra en contacto directo con alimentos, bebidas o suplementos alimenticios, materias primas y envase primario. Evitar estornudar o toser sobre el producto

## 3. Estado de Salud

Los preparadores que presenten enfermedades deberán abstenerse de manipular los alimentos.

## 4. Sin accesorios

Es fundamental que los preparadores no porten durante la jornada aretes, anillos, cadenas, pulseras, relojes, lapiceros o cualquier objeto que pueda desprenderse durante la preparación de los alimentos.



**Referencia bibliográfica:**

Manual de buenas practicas de higiene y sanidad emitido por la secretaria de salud 2010.

Manual de higiene y seguridad Secretaria de Turismo

**Sistema para el Desarrollo Integral de la  
Familia del Estado de Jalisco**

**Av. Alcalde No. 1220**

**Col. Miraflores C.P 44270**

**Guadalajara, Jal.**

**Tel: (0133) 30303800 ext. 138 y  
632.**







**Jalisco**

GOBIERNO DEL ESTADO