

Una de las acciones más importantes que se puede hacer para prevenir la extensión de las enfermedades transmitidas por alimento es lavar sus manos.

¿Cuándo se debe lavarse las manos?

Debe lavarse sus manos con frecuencia. Probablemente con más frecuencia que haces ahora. No puede ver bacteria a simple vista, ni oler la, pues no sabe dónde está oculta. Empleadas de comida deben lavarse sus manos:

- Después de usar el baño;
- Después de tocar partes del cuerpo aparte de manos limpias y partes del brazos limpias desprotegidos;
- Después de manejar animales o animales acuáticos como pez en acuarios, los mariscos, o crustáceos en casos de exhibición;
- Después de toser, estornudar, usar una pañuelo de papel; usar tabaco, comer o beber;
- Después de manejar equipo o utensilios;
- Durante preparación de comida, tan a menudo como necesario para remover tierra y contaminación y para prevenir contaminación cruzada cuando cambia tareas;
- Cuando cambiar entre trabajar con comidas caldas y trabajar con comidas listas para comer; y
- Después de participar en actividades que contaminan las manos, como limpiar mesas, manejar platos sucios o sacar la basura

¿Qué es el modo correcto para lavarse sus manos?

Es estimado que uno de cada tres personas no lava sus manos frecuentemente, incluso después de usar el baño. Estas instrucciones te ayudan conocer que sus manos son lavadas buenas.

1. Moja sus manos abajo agua corriente y añada jabón
2. Frota sus manos con enérgicamente y frota todo del área. Limpia debajo de las uñas, y entre los dedos
3. Continúa frotar para 20 segundos o tan largo como cantar "Feliz Cumpleaños a ti." Es el acción con el jabón que ayudan remover la tierra y bacteria.
4. Enjuaga abajo del agua corriente y seca sus manos por una manera correcta, por ejemplo: pañuelos desechables; un sistema de disponible para pañuelos limpias; o un secador de manos