

ESTAMOS EN
INTERNET!!
WW.GPTX.ORG



CREANDO
ADMIRADORES
FANATICOS AL
ENTREGAR SERVICIO
DE
CATEGORIA MUNDIAL

EN ESTA EDICION:

Consejos Para Trampas de Grasa	2
La Zona de Peligro Excluyendo Empleados Del Lugar de Trabajo	2
Tarjeta de Manipulación de Alimentos	3
Horario de Clases de Tarjeta de Manipulación de Alimentos	3
Métodos Seguros de Descongelación	3
La Gripe y Tú	4
Protección de Drenajes Pluviales	4

ALGO PARA PENSAR

Primavera 2012, Edición 5

Población de Alto Riesgo



Población de alto riesgo son grupos de individuos que están a un mayor riesgo de enfermarse por patógenos en los alimentos. Estos grupos incluyen niños, ancianos, embarazadas, y personas con el sistema inmune suprimido. Al preparar comidas para estos grupos siga algunos pasos clave de seguridad:

- Practique buena higiene personal: Lávese las manos con jabón y agua caliente antes, durante, y después de la preparación de alimentos. Use guantes.
- Cocine los alimentos adecuadamente: use un termómetro para asegurarse que

las carnes y aves están cocinadas a temperaturas seguras. Los huevos deben cocinarse hasta que las claras y yemas estén firmes. A 160° F, la mayoría de patógenos en los alimentos están muertos.

- Evite la contaminación cruzada: Lávese las manos, cuchillos, y tablas de cortar después de cortar carnes ó aves. Mantenga los productos listos para comer separados de comidas crudas, y limpie las superficies de preparación con sanitizantes aprobados.
- Mantenga los alimentos en temperaturas seguras: Mantenga los alimentos fríos a ó por debajo de 40° F, los productos calientes a ó por arriba de 135° F, use un termómetro para asegurarse que el equipo de enfriamiento trabaja adecuadamente, y descongele las comidas en el refrigerador, bajo agua potable corriendo, ó en un microondas.
- Evite comidas ó agua riesgosa: Leche y jugos no pasteurizados, mariscos crudos, comidas con huevos crudos, vegetales sin lavar, y agua que pueda estar contaminada.



Enfermedades Alimenticias por Químicos

Una enfermedad alimenticia por químicos es causada por contaminación de alimentos con químicos tales como los pesticidas, agentes de limpieza, ó el uso de recipientes inadecuados para cocinar ó almacenar alimentos. Drogas y pesticidas son usados en la agricultura para controlar plagas en frutas y

vegetales. Estos químicos, cuando se ingieren en gran cantidad, pueden causar serios problemas de salud. Todo los químicos y agentes de limpieza deben ser etiquetados y guardados en áreas separadas de los alimentos. Recipientes galvanizados no deben usarse para guardar productos ácidos como limonadas y to-

mates. Para prevenir la posibilidad de contaminación con pesticidas, las frutas y vegetales deben lavarse bien. Algunos químicos son inofensivos en pocas cantidades, pero pueden causar hasta la muerte en cantidades mayores. Preste atención al preparar alimentos. Y recuerde: **Si lo Duda tirelo a la Basura!!!!**

Consejos para Trampas de Grasa

- Trampas de grasa en la Ciudad de Grand Prairie deben limpiarse de acuerdo a la frecuencia establecida.
- La frecuencia de limpieza se muestra en el permiso de salud emitido a cada establecimiento.
- Solo use empresas permitidas en la ciudad.
- La copia dorada (recibo de transporte) deberá ser entregada al encargado del establecimiento.
- La copia rosada (recibo de desecho) deberá ser retornada por el transportador dentro de 15 días.
- El establecimiento debe guardar ambas copias por al menos dos años y deberán estar disponibles para inspección todo el tiempo.



La Zona de Peligro

Bacteria y otros gérmenes necesitan tiempo, comida, temperatura adecuada, y humedad para crecer, pero no crecerán cuando la temperatura de los alimentos es **más fría de 40° F ó más caliente de 140° F**. El rango entre estas temperaturas es conocido como la “Zona de Peligro” En esta zona la bacteria crece más rápido, duplicándose cada 20 minutos. Por eso, el FDA y USDA aconsejan nunca dejar los alimentos sin refrigeración más de 2 horas. Si la temperatura esta arriba de 90 °F, los alimentos no deben dejarse afuera más de una hora.

Manipulando Alimentos

- Lave las manos.
- No toque alimentos sin barreras. Use barreras como tenazas, papel, cucharas, ó guantes para preparar y servir comida lista para comer.
- Obtenga los alimentos para preparar de la alacena, estufa, enfriador ó congelador. Tome solo lo necesario a la vez, y mantenga el resto caliente ó frío hasta que este listo a trabajar con ello. Prepare alimentos potencialmente peligrosos just antes de que los necesite.
- No permita que la temperatura de los alimentos este en la “Zona de Peligro”.

Está Ya Cocinado?

No se puede saber mirando. Use un termómetro para estar seguro.

Temperaturas Internas Mínimas Recomendadas por el USDA

						
Res 145 °F	Pescado 145 °F	Puerco 160 °F	Molidas 160 °F	Con Huevo 160 °F	Pollo 165 °F	Ave Entera 165 °F

Excluyendo Empleados del Lugar de Trabajo

Es importante cerciorarse que los empleados esten sanos para preparar alimentos y servirlos. Ocasionalmente un empleado debe ser excluido de la manipulación de alimentos. En el estado de Texas, es la responsabilidad de la persona a cargo del establecimiento solicitar a los empleados que reporten cualquier enfermedad potencialmente transmisible por alimentos como el Norovirus, hepatitis A, Salmonela typhi, Shigela, ó E. coli productor de toxina shiga. También, si un empleado tiene vómitos, diarrea, ictericia (coloración amarillenta de la piel ú ojos), ó dolor de garganta con fiebre, ese empleado no debe trabajar hasta que reciba orden médica. Empleados con heridas abiertas ó granos en la piel no deben trabajar con alimentos a menos que la lesión este cubierta por una banda seca, durable, y de buena adhesión.



Tarjetas de Manipulación de Alimentos

Empleados que manipulan alimentos ó utensilios deben obtener una tarjeta de manipulación de alimentos. Las tarjetas deben obtenerse dentro de 45 días del inicio de empleo.

Certificados de manipulador de alimentos de otras ciudades y de cursos aprobados por el estado son aceptados, pero esos certificados deben ser reemplazados por certificados de la Ciudad de Grand Prairie. Una cuota de \$15.00 es requerida cuando se presenta documentación adecuada como la licencia de manejo, certificado de nacimiento, identificación estatal, identificación consular, y prueba de entrenamiento en manejo de alimentos. Si necesita duplicados debe pagar \$5.00 por cada copia.

Pre-registro is requerido. Para poder atender a la clase de Manipulación de Alimentos usted debe pre-registrarse. El espacio para la clase es limitado. Aquellos que deseen asistir, pero no se pre-registren no podrán entrar a la clase. Para pre-registrarse llamar a la División de Calidad Ambiental al 972-237-8055.

Se ofrecen clases el 1^{er} y 3^{er} Jueves de cada mes a las 9:00 a.m. y 3:30 p.m., en las oficinas de la División de Calidad Ambiental, 206 W. Church Street, 2^{do} Nivel, Edificio Development Center. Una clase, el 3^{er} Jueves de cada mes, será ofrecida en Español. Por favor llegue al menos 15 minutos antes para registrarse. La clase inicia a la hora exacta. Personas sin el pago, sin identificación, ó que lleguen tarde no serán admitidos. Aceptamos efectivo y cheques con identificación adecuada.

Para mas información visite: <http://www.gptx.org/index.aspx?page=108>

2012

HORARIO DE CLASES DE MANIPULADOR DE ALIMENTOS

Marzo 1	9:00 AM	3:30 PM
Marzo 15	9:00 AM	3:30 PM*
Abril 5	9:00 AM	3:30 PM
Abril 19	9:00 AM*	3:30 PM
Mayo 3	9:00 AM	3:30 PM
Mayo 17	9:00 AM	3:30 PM*
Junio 7	9:00 AM	3:30 PM
Junio 21	9:00 AM*	3:30 PM
Julio 5	9:00 AM	3:30 PM
Julio 19	9:00 AM	3:30 PM*
Agosto 2	9:00 AM	3:30 PM
Agosto 16	9:00 AM*	3:30 PM
Septiembre 6	9:00 AM	3:30 PM
Septiembre 20	9:00 AM	3:30 PM*
Octubre 4	9:00 AM	3:30 PM
Octubre 18	9:00 AM*	3:30 PM
Noviembre 1	9:00 AM	3:30 PM
Noviembre 15	9:00 AM	3:30 PM*
Diciembre 6	9:00 AM	3:30 PM
Diciembre 20	9:00 AM*	3:30 PM

*Solo Español.

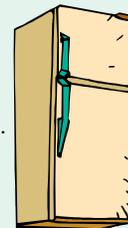
Pre-Registrarse es necesario.

Métodos Seguros de Descongelación

Para mantener la comida **SEGURA** durante la descongelación asegurese de usar uno de los siguientes métodos:

EN EL REFRIGERADOR:

Descongele la comida en el refrigerador manteniendo la temperatura a 41°F ó menos. Planifique con tiempo porque trozos grandes de comida pueden tomar varios días.



BAJO AGUA CORRIENDO:

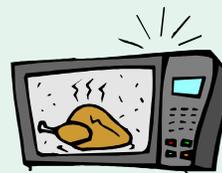
Descongele comida sumergida en agua corriendo a una temperatura de 70°F ó menos. Use suficiente velocidad de agua para agitar y remover partículas flotantes de comida por un periodo que no permita que las partes descongeladas pasen de los 41°F.

Cuando descongele alimentos de origen animal bajo agua corriendo que requieran cocción, la temperatura no puede exceder los 41°F por un periodo de cuatro horas. Esto incluye el tiempo necesario de preparación de cocimiento de los alimentos ó el tiempo que toma bajar la temperatura a los 41°F bajo refrigeración.



EN EL MICROONDAS:

Descongele en el microondas si la comida será cocinada inmediatamente.



COCINANDO SIN DESCONGELAR:

Cuando no hay tiempo para descongelar alimentos congelados, ó usted esta de prisa, solo recuerde: es seguro cocinar alimentos congelados. Cocinarlos tomará alrededor de 50% más tiempo que lo recomendado para alimentos como carne ó aves descongelados.



CIUDAD DE GRAND PRAIRIE
DEPARTAMENTO DE SERVICIOS AMBIENTALES

Division de Calidad Ambiental
206 W. Church St. 2nd Floor
Grand Prairie, TX 75050
Phone: 972-237-8055
Fax: 972-237-8228

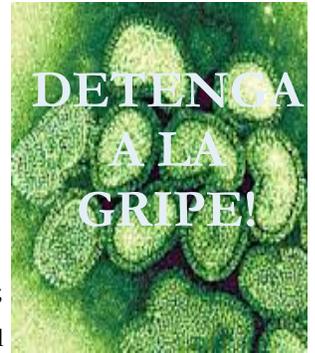


Una publicación de:
Environmental Services Department
Environmental Quality Division
Envíe comentarios y sugerencias a:
Editor: Werner Rodriguez
Phone: 972-237-8056
Fax: 972-237-8228
Email: wrodriguez@gptx.org

La Gripe y Usted

La mejor forma de reducir el riesgo de exposición al virus de la gripe en su trabajo es el uso de precauciones básicas de higiene, descritas abajo, y evitar contacto cercano con personas enfermas.

- Siga los pasos adecuados de higiene de manos y etiqueta al toser, y fomente en sus compañeros de trabajo, clientes, y familiares a que las sigan también;
- Quedese en casa si esta enfermo y anime a sus compañeros de trabajo enfermos a obtener permiso para quedarse en casa;
- Siga estrictamente las prácticas de control de infecciones en el trabajo;
- Use guantes, batas, máscaras, y otros equipos protectivos que su empleador le de y siga las instrucciones para ponerselos y quitarselos adecuadamente, y
- Vacúnese contra la gripe cada año.



Una pandemia de gripe aún mantiene con preocupación a empleadores y trabajadores; puede ocurrir en cualquier momento y ser leve, moderada ó severa. La pandemia en el 2009 fué considerada por HHS/CDC leve, pero aún así creó retos para los empleadores. Los empleadores deben de tener un plan de pandemia de gripe basado en el peor de los casos. Al planificar para lo peor asegura que la estrategia ideal este disponible para proteger a los trabajadores. Usted podría tener planes adicionales también. Por ejemplo, usted podría planear que hacer si las escuelas y centro de cuidado de niños estan cerrados. Para información adicional en planificación para pandemias, lea Como Protegerse a uno Mismo en el Sitio de Trabajo Durante una Pandemia y los recursos de planificación para individuos y sus familias en Flu.gov.



Protección de Drenajes Pluviales

Los drenajes pluviales llevan directamente a riachuelos, rios, y lagos. Desechos peligrosos como fluidos hidráulicos, aceite de motor, anticongelante, y otros materiales son vertidos en el suelo cada día y llevados por la lluvia al drenaje mas cercano. Muchos materiales y químicos vertidos en el suelo son dañinos a los peces, plantas, y vida salvaje. En algunas comunidades la única fuente de agua proviene de los rios y lagos cercanos. Para proteger los drenajes pluviales siga los consejos siguientes:

- No tire nada en los drenajes. Solo agua de lluvia limpia debe de ir allí.
- Limpie derrames inmediatamente para reducir su impacto y no deje que entren en los drenajes pluviales.

- Mantenga el agua con que lava su vehiculo lejos de los drenajes, aún cuando los agentes limpiadores digan que son biodegradables.
- Todo los drenajes afuera son drenajes pluviales.
- No lave alfombras de cocina afuera, en la calle, ó banquetas.
- No lave botes de basura ó grasa afuera.
- No lave edificios a presión usando jabones ó agentes limpiadores.

Recuerde, es ilegal permitir que contaminantes entren a los drenajes pluviales.