

Información fundamental sobre el almacenamiento de alimentos



En los Estados Unidos, el código de la Administración de Alimentos y Fármacos (FDA, por la sigla en inglés de Food and Drug Administration) dice que los alimentos no deben almacenarse en los siguientes sitios:

- ✓ en el piso
- ✓ en los cuartos para armarios de empleados
- ✓ en los baños
- ✓ en los cuartos donde los empleados se cambian de ropa
- ✓ en los cuartos donde se guarda la basura
- ✓ en los cuartos de maquinarias
- ✓ en espacios abiertos debajo de escaleras
- ✓ en espacios abiertos debajo de tuberías de desagües
- ✓ debajo de tuberías que estén goteando o donde se condense agua, incluyendo debajo de los regadores automáticos para controlar incendios

He aquí seis reglas para almacenar alimentos de una manera segura y evitar que se estropeen:

1. Los alimentos se deben guardar sólo en lugares de almacenamiento secos, refrigeradoras o congeladoras. No guarde alimentos sobre el piso ni cerca de sustancias químicas o botes de basura.
2. Las áreas de almacenamiento se deben mantener limpias y secas. Los derrames se deben limpiar tan pronto ocurran.
3. Se deben utilizar primero los alimentos cuyas fechas de llegada sean más antiguas ("primero en llegar, primero en salir".) Por ejemplo, los pollos que lleguen hoy se deben colocar en la congeladora detrás de los pollos que hayan llegado ayer.
4. Se deben marcar y fechar los alimentos que se retiren de los recipientes originales. También se deben marcar y fechar todos los alimentos que sobren.
5. Las tapas de todos los recipientes deben permanecer herméticamente cerradas.
6. Los alimentos fácilmente perecederos, tales como leche, carne y huevos, se deben guardar en la refrigeradora o en la congeladora. Mantenga estos alimentos protegidos contra las temperaturas peligrosas (de 45° F a 140° F.)

Verdadero o Falso

Hágase esta prueba para ver si usted sabe cuál es la mejor manera de recibir, almacenar y descongelar alimentos.

	VERDAD	FALSO
1) Se deben retirar todos los alimentos de sus empaques originales y siempre que sea posible, almacenarlos en empaques diferentes.		
2) Si el alimento no está dentro de su recipiente o empaque original, se debe colocar en un recipiente o empaque limpio y marcar de la manera apropiada.		
3) Los alimentos cocinados y los alimentos crudos se deben guardar en diferentes sitios.		
4) Todo los tipos de alimentos crudos se deben guardar juntos.		
5) Las bacterias crecen rápidamente a temperaturas mayores a 40° F.		
6) No es necesario tirar los alimentos cuya fecha de expiración haya caducado hace sólo dos semanas. Pueden guardarse y usarse.		
7) No es necesario desinfectar los cuartos de almacenamiento si las áreas de preparación de alimentos han sido desinfectadas.		
8) Los alimentos se deben guardar a no menos de 6 pulgadas de altura del piso, excepto si se utilizan plataformas o estanterías, o botellas a presión, latas y recipientes para leche en canastas plásticas.		
9) La mejor temperatura para guardar alimentos no perecederos es entre los 50° F y los 70° F.		
10) El pollo y el pavo se deben refrigerar o congelar en sus empaques originales antes de que transcurran cuatro horas desde su llegada.		
11) La leche y el queso deben refrigerarse rápidamente y mantenerse bajo refrigeración.		
12) Las pequeñas porciones de alimentos refrigerados propagan más bacterias que las porciones más grandes.		
13) La temperatura de refrigeración se debe mantener a un mínimo de 40° F y la de la congelación a un máximo de -10° F.		
14) Los alimentos calientes se deben mantener por lo menos a una temperatura de 140° F.		
15) Las bacterias crecen más rápidamente a temperaturas tibias.		
16) Nunca se deben colocar las carnes cocinadas, incluyendo el pollo, en el mismo plato con los alimentos crudos.		
17) Es mejor descongelar los alimentos a la temperatura del medio ambiente que bajo refrigeración.		
18) Los alimentos se deben cocinar rápidamente, luego sellarse en bolsas plásticas y sumergirse en agua fría durante una hora más o menos.		
19) No se debe utilizar un microondas para descongelar alimentos si éstos deben cocinarse inmediatamente.		
20) Para preparar pescado, se debe detener el ciclo de descongelación cuando el pescado esté suficientemente suave pero todavía esté bien frío.		

Respuestas:

- | | | |
|---|--|--|
| 1) Falso. Entre menos se manipule, menor será la posibilidad de contaminación. | 8) Verdad. | 13) Verdad. |
| 2) Verdad. | 9) Verdad. | 14) Verdad. |
| 3) Verdad. | 10) Falso. Se deben refrigerar o congelar antes de dos horas después de su llegada. | 15) Verdad. |
| 4) Falso. | | 16) Verdad. |
| 5) Verdad. | 11) Verdad. | 17) Falso. |
| 6) Falso. | 12) Falso. En las porciones pequeñas crecen menos bacterias porque se enfrían más rápidamente. | 18) Verdad. |
| 7) Falso. Los cuartos de almacenamiento deben limpiarse, secarse y desinfectarse. | | 19) Falso. En el microondas se pueden descongelar alimentos a la temperatura de descongelación, si es necesario. |
| | | 20) Verdad. |