

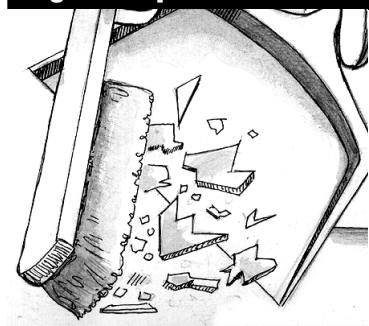
Lista para verificar la seguridad en el sitio de trabajo

Higiene y aseo personal



- Dúchese y lleve ropa limpia al comienzo de cada turno de trabajo.
- Mantenga las uñas cortas, sin esmalte y sin uñas postizas, si maneja alimentos.
- No use perfume ni colonia si maneja alimentos.
- Quítese todas las joyas antes de tocar los alimentos.
- Utilice guantes para manejar alimentos listos a servir.
- No coma, beba, fume, masque tabaco o chicle ni use palillos para dientes en los sitios donde se preparen alimentos.
- Lávese las manos con agua tibia y jabón.

Seguridad personal



- Mantenga ordenado el sitio de trabajo.
- Utilice zapatos que no se deslicen con facilidad.
- Evite llevar ropa suelta o con mangas colgantes.
- Cuando levante objetos, haga el esfuerzo con sus piernas, no con su espalda.
- Las cargas se deben empujar, no halar.
- Siempre que sea posible, utilice ayudas mecánicas para trasladar cargas.
- Séquese las manos antes de enchufar o conectar equipo eléctrico.
- Cierre las puertas a la hora de marcharse.
- Si utiliza sustancias químicas, colóquese el equipo personal que lo proteja.

Seguridad en la cocina



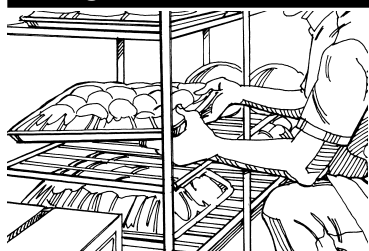
- Retire todos los artículos inflamables de las cocinas.
- Tenga una tapa disponible para las ollas o sartenes en que esté cocinando para cubrir las en caso de necesidad.
- Mantenga las estufas y los hornos limpios.
- Apague los aparatos que no estén en uso.
- Sepa dónde están los extinguidores de incendio y para qué tipo de incendio se utiliza cada uno de ellos.

Higiene en la cocina



- Mantenga limpios y desinfectados los sitios donde se preparen alimentos.
- Mantenga siempre abastecidas de jabón y toallas de papel las estaciones de lavado de manos.
- Cierre las puertas para evitar que entren plagas.
- Mantenga los pisos limpios.
- Deshágase de la basura y los desechos de la manera apropiada.

La seguridad de los alimentos



- Mantenga secos y a la temperatura correcta los sitios donde se almacenen alimentos.
- Guarde los diferentes tipos de alimentos en diferentes sitios.
- Descongele durante la noche en la refrigeradora los alimentos que deban ser descongelados.
- Mantenga los alimentos calientes a una temperatura de 140° F o mayor.
- Mantenga los alimentos fríos a una temperatura de 40° F o menor.
- Lave, enjuague y desinfect los utensilios entre uno y otro uso.
- Almacene los productos químicos lejos de los alimentos, dentro de recipientes que estén correctamente etiquetados.