

Checklist: Basic Food Safety Practices That Might Get Overlooked

As a food handler, it can be easy to forget some of the basic practices that help protect customers from pathogens and prevent food contamination. No matter whether you're a buser, server, host, or cook—if you handle food at your place of work in any way, you risk transferring pathogens over to your customers.

Keep in mind these fundamental practices for when to wash your hands and preventing cross-contamination when handling food.



When to Wash Your Hands

It is easy to contaminate your hands while doing everyday activities, and contaminated hands can spread pathogens. To keep food safe, wash your hands before you start work and after any of these activities:

- ✓ Using the restroom
- ✓ Touching your hair, face, or body
- ✓ Handling raw meat, poultry, or seafood (before and after)
- ✓ Touching clothing or aprons
- ✓ Taking out garbage
- ✓ Sneezing, coughing, or using a tissue
- ✓ Handling chemicals that can make food unsafe
- ✓ Clearing tables or busing dirty dishes
- ✓ Handling money
- ✓ Before putting on gloves at the start of a new task
- ✓ Handling service animals
- ✓ Smoking
- ✓ Eating or drinking
- ✓ Chewing gum or tobacco
- ✓ Leaving and returning to the kitchen/prep area
- ✓ Touching anything else that may contaminate your hands. Examples include dirty equipment, work surfaces, and cloths

Preventing Cross-contamination

Surfaces that touch food are called food-contact surfaces. Many of the utensils and equipment you use have food-contact surfaces. Plates, glasses, forks, and tongs are examples. You can contaminate these surfaces if you are not careful when handling them.



Follow these cross-contamination prevention practices to avoid contamination when serving food:

✓ Handling Dishes

- Do NOT touch the parts of dishes or glassware that come in contact with food
- Hold dishes by the bottom or edge
- Hold glasses by the middle, bottom, or stem

✓ Handling Glasses

- Do NOT stack glasses when carrying them
- Carry glasses in a rack or tray

✓ Handling Utensils

- Do NOT hold utensils by the parts that come in contact with food
- Hold utensils by the handle

✓ Handling Ready-to-Eat Food

- Do NOT use bare hands to handle ready-to-eat food
- Use tongs, deli sheets, or gloves

✓ Handling Ice

- NEVER scoop ice with your bare hands or a glass
- Use ice scoops or tongs to get ice

✓ Handling Towels

- NEVER store towels in your apron or uniform pocket
- Store towels for cleaning food spills in a sanitizer solution when you are not using them
- NEVER use towels that you use for cleaning food spills for any other purpose

✓ Handling Serving Utensils

- NEVER use the same utensils when handling:
 - Ready-to-eat food and raw meat, poultry, or seafood
 - Different food items
- Use separate utensils when serving different food items
- Store serving utensils in food with the handles extended above the rims of their containers

Lista de verificación: Prácticas básicas de seguridad alimentaria que podrían pasarse por alto

Como manipulador de alimentos, puede resultarle fácil olvidar algunas de las prácticas básicas que ayudan a proteger a los clientes de los patógenos y a prevenir la contaminación alimentaria. Sin importar si es mesero, ayudante, anfitrión o cocinero: si manipula alimentos en su lugar de trabajo de alguna manera, corre el riesgo de transferir patógenos a los clientes.

Tenga en cuenta estas prácticas fundamentales para saber cuándo lavarse las manos y prevenir la contaminación cruzada al manipular alimentos.



Cuándo lavarse las manos

Es fácil contaminar sus manos mientras hace las actividades cotidianas y las manos contaminadas pueden propagar patógenos. Para mantener la seguridad de los alimentos, lávese las manos antes de comenzar a trabajar y después de hacer cualquiera de estas actividades:

- ✓ Usar el baño
- ✓ Tocar su cabello, rostro o cuerpo
- ✓ Manipular carnes, aves o mariscos crudos (antes y después)
- ✓ Tocar la ropa o los delantales
- ✓ Sacar la basura
- ✓ Estornudar, toser o usar un pañuelo
- ✓ Manipular productos químicos que pueden hacer que los alimentos no sean seguros
- ✓ Limpiar mesas o recoger los platos sucios
- ✓ Manipular dinero
- ✓ Antes de ponerse los guantes al comienzo de una nueva tarea
- ✓ Entrar en contacto con animales de servicio
- ✓ Fumar
- ✓ Comer o beber
- ✓ Mascar chicle o tabaco
- ✓ Salir y regresar a la cocina/ área de preparación
- ✓ Tocar cualquier otra cosa que pueda contaminar sus manos. Por ejemplo, equipos, superficies de trabajo o paños sucios

Prevención de la contaminación cruzada

Las superficies que tocan los alimentos se llaman superficies que tienen contacto con alimentos. Muchos de los utensilios y equipos que utiliza tienen superficies que tienen contacto con alimentos. Algunos ejemplos son los platos, los vasos, los tenedores y las pinzas. Puede contaminar estas superficies si no tiene cuidado al manipularlas.



Siga estas prácticas de prevención de contaminación cruzada para evitar la contaminación al servir:

- ✓ **Manipulación de platos**
 - NO toque las partes de los platos o la cristalería que entren en contacto con los alimentos
 - Sostenga los platos por el fondo o el borde
 - Sostenga las copas por el centro, la base o el tallo
- ✓ **Manipulación de vasos**
 - NO apile los vasos cuando los lleve
 - Lleve los vasos en una bandeja
- ✓ **Manipulación de utensilios**
 - NO sostenga los utensilios por las partes que entran en contacto con los alimentos.
 - Sostenga los utensilios por el mango
- ✓ **Manipulación de alimentos listos para consumir**
 - NO utilice las manos descubiertas para manipular la comida lista para consumir
 - Utilice tenazas, papel para fiambre o guantes
- ✓ **Manipulación de hielo**
 - NUNCA saque hielo con las manos descubiertas o con un vaso
 - Use cucharones o pinzas para hielo
- ✓ **Manipulación de paños**
 - NUNCA guarde paños en su bolsillo del delantal o del uniforme
 - Guarde los paños para limpiar los derrames de alimentos en una solución desinfectante cuando no los esté usando
 - NUNCA use paños para limpiar derrames de alimentos para cualquier otro propósito
- ✓ **Manipulación de utensilios para servir**
 - NUNCA use los mismos utensilios al manipular:
 - Alimentos listos para consumir y carnes, aves o mariscos crudos
 - Diferentes alimentos
 - Use utensilios separados cuando sirve diferentes alimentos
 - Mantenga los utensilios para servir dentro de los alimentos con los mangos extendidos por encima de los bordes de sus recipientes