



Programa de
seguridad
alimentaria

Bureau of Environmental Health
and Radiation Protection

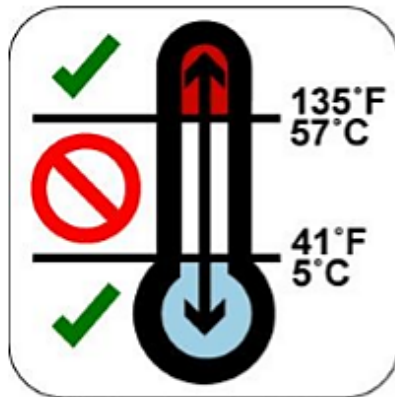
"Para proteger y mejorar la salud de todos los residentes de Ohio"

Seguridad de la comida para compartir

Cualquiera que sea la ocasión, cuando los amigos y la familia se reúnen, generalmente se sirven comidas. Es divertido compartir las comidas favoritas, pero es importante asegurarse de que la comida que se sirve no haga que nadie se sienta mal. El Ohio Department of Health ofrece las siguientes recomendaciones que servirán para verificar que las comidas que se comparten en una reunión social sean seguras para todos.

Control de la temperatura

Uno de los puntos más importantes para asegurarse de que la comida es segura es mantener a los alimentos perecederos fuera de la "zona de riesgo" de temperatura, que incluye un rango de temperaturas que favorece el desarrollo rápido de



Copyright © International Association for Food Protection

bacterias en los alimentos. La zona de riesgo para alimentos perecederos es entre 41° F y 135° F.

Preparación de comidas para compartir

- No prepare comida si tanto usted como cualquier otro habitante de su hogar se encuentra enfermo. Compartir comidas es bueno, pero compartir enfermedades no. Si usted o un familiar está enfermo, considere esperar hasta la próxima reunión para preparar una comida.
- Cuando esté pensando en qué llevar, considere comidas que no requieren un control de la temperatura como productos horneados o bocadillos previamente envasados. Si decide llevar una comida caliente o fría, debe pensar en cómo mantendrá la temperatura de la comida a lo largo del evento.
- Lávese las manos antes de preparar cualquier comida. Use utensilios tanto como sea posible durante la preparación de la comida, para limitar el contacto con las manos.

- Prepare comidas que sean fáciles de servir con utensilios para limitar la necesidad del contacto directo de las manos con la comida preparada.

Traslado de la comida

- Se deben trasladar todas las comidas en contenedores tapados para prevenir su contaminación.
- Las comidas calientes deben mantenerse a una temperatura por encima de los 135° F. Se deben utilizar contenedores herméticos para mantener la comida caliente durante el traslado.
- Las comidas frías deben mantenerse por debajo de los 41° F. Se deben utilizar congeladoras con hielo o bolsas de gel refrigerante para mantener la comida fría durante el traslado.

Compartir la comida

- Suministrar suficientes utensilios limpios para que la comida se pueda servir sin manipularla directamente.
- Usar ollas de cocción lenta, calentaplatos o algún otro tipo de calentador para mantener las comidas calientes a una temperatura superior a 135° a lo largo del evento.
- Mantener las comidas frías en hielo o algún otro tipo de contenedor frío mientras se sirven para mantenerlas a menos de 41° F.

Restos

- Los restos de comida se deben guardar después de que haya terminado la comida. Usar un termómetro con sonda para medir la temperatura de las comidas calientes y frías para determinar si se deben conservar en refrigeración o desechar:
 - Las comidas calientes que se han mantenido a una temperatura inferior a 135° F durante más de dos horas se deben desechar.
 - Las comidas frías que se han mantenido a una temperatura superior a 41° F durante más de dos horas se deben desechar.