

Información para los trabajadores y administradores de servicios alimentarios



La bacteria *Shigella* puede causar diarrea, fiebre y dolor de estómago. Esta bacteria se propaga muy fácilmente cuando una persona toma agua o come alimentos contaminados con heces de una persona infectada.

Preparación de alimentos

Los alimentos preparados por alguien infectado con *Shigella* pueden contaminarse y enfermar a otras personas.

Los brotes de *Shigella* se han vinculado con alimentos contaminados preparados por empleados enfermos. Los brotes de *Shigella* transmitida por alimentos generalmente ocurren porque un empleado que trabaja con alimentos, infectado por *Shigella*:

- sigue trabajando mientras está enfermo;
- no se lava las manos correctamente luego de ir al baño y
- toca alimentos directamente con las manos.

Consejos para empleados que trabajan con alimentos

Prevenga la propagación de enfermedades transmitidas por alimentos, incluidas aquellas causadas por *Shigella*:

- **Avísele a su jefe** si está enfermo.
- **Quédese en casa** desde el momento en que comience a sentirse enfermo hasta al menos dos días después de que deje de tener diarrea.
- Cuando regrese a trabajar, **lávese las manos** antes, durante y después de preparar alimentos, después de usar el baño y después de tocar basura.
- **Complete las capacitaciones de seguridad de los alimentos y siga las prácticas de seguridad de los alimentos**, las cuales incluyen:
 - » Usar guantes, pinzas u otros utensilios de cocina para evitar tocar alimentos listos para comer, como ensaladas, sándwiches y frutas, directamente con las manos.
 - » Limpiar y desinfectar superficies y utensilios que se usan en la preparación de alimentos.
 - » Cocinar, tocar y almacenar alimentos a las temperaturas adecuadas.

Consejos para administradores de servicios alimentarios

Los administradores de servicios alimentarios pueden trabajar con las personas que tocan alimentos para prevenir la propagación de enfermedades transmitidas por alimentos.

- **Exija que las personas que tocan alimentos** le informen a la administración cuando estén enfermas y que se queden en casa desde que comiencen a sentirse enfermas hasta al menos dos días después de que dejen de tener diarrea.
- **Obtenga una certificación a través de un programa de certificación de gerente de cocina acreditado.**
- **Cree calendarios y políticas** que alivien la presión de las personas que tocan alimentos de trabajar cuando estén enfermas. Los ejemplos incluyen tener empleados que trabajen con alimentos listos para cubrir a otros para todas las jornadas, capacitar a los empleados en todas las áreas para cubrir necesidades y encontrar un reemplazo para el trabajador enfermo.
- **Exija que las personas que tocan alimentos** se laven las manos correctamente antes, durante y después de preparar alimentos, después de usar el baño y después de tocar basura.
- **Asegúrese de que las personas que tocan alimentos** estén capacitadas en las **prácticas de seguridad de los alimentos** y de que las sigan, lo cual incluye:
 - » **Lavarse las manos** con jabón durante momentos clave de la jornada.
 - » Usar guantes, pinzas u otros utensilios de cocina para evitar tocar alimentos listos para comer, como ensaladas, sándwiches y frutas, directamente con las manos.
 - » Limpiar y desinfectar superficies y utensilios que se usan en la preparación de alimentos con blanqueador con cloro (bleach); una taza de bleach de uso doméstico (concentración de entre un 5 % y 9 %) por cada cinco galones de agua.
 - » Cocinar, mantener y almacenar alimentos a las temperaturas adecuadas.

Más información

- [Sitio web de los CDC sobre la seguridad de los alimentos](#)



U.S. Department of
Health and Human Services
Centers for Disease
Control and Prevention

