

Principales sustancias químicas en los alimentos

Sustancia	Alimentos generalmente relacionados con intoxicación-agente causal	Signos y síntomas
Antimonio	Alimentos ácidos en contacto con recipientes o utensilios de hierro esmaltado. Por su acción desprenden antimonio.	Vómitos, dolores abdominales, espasmos. La enfermedad produce a veces la muerte.
Arsénico	Alimentos accidentalmente contaminados con insecticidas o rodenticidas.	Vómitos, diarreas, llegando a veces la muerte.
Cadmio	Alimentos ácidos (jugos de frutas, cítricos, etc.) en contacto con utensilios de metales de galvanoplastia.	Náuseas, vómitos, calambres, diarreas. Puede causar la muerte.
Cobre	Alimentos ácidos en contacto con utensilios de cobre.	Vómitos. No hay síntomas específicos.
Cianuro	Alimentos accidentalmente contaminados con productos a base de cianuro. (Limpiapiata.)	Náuseas, vómitos, diarrea, sudores fríos, agotamiento. La enfermedad produce con frecuencia la muerte.
Fluoruro	Alimentos accidentalmente contaminados con insecticidas a base de fluoruro de sodio.	Vómitos, calambres, palidez, colapso. Síntomas neurológicos. Puede causar la muerte.

(Continúa)

(Continuación)

Sustancia	Alimentos generalmente relacionados con intoxicación-agente causal	Signos y síntomas
Plomo	Alimentos accidentalmente contaminados con plaguicidas que contengan esta sustancia. Recipientes.	Dolores abdominales, vómitos. La enfermedad puede llegar a la muerte.
Nitritos	Embutidos o productos cárnicos conservados con exceso de nitritos.	Cianosis, metahemoglobinemia.
Fenoltaleína	Confites coloreados con fenoltaleína.	Vómitos y molestias gástricas.
Plaguicidas organofosforados	Alimentos accidentalmente contaminados o productos fumigados (granos, harina).	Dolor de cabeza, náuseas, síntomas neurológicos. (La enfermedad puede causar la muerte.)

Fuente: *Higiene del medio*, Tomo II.

Los servicios de alimentación que se ofrecen en la industria son diversos:

- Restaurantes, en el que se preparan y sirven comidas calientes.
- Cafeterías, donde se sirven emparedados, alimentos envasados, bebidas calientes y frías y otras comidas muy ligeras tipo refrigerio.
- Servicio de comedor, cuando los trabajadores llevan sus comidas o se contrata la preparación con una entidad que lleva los alimentos envasados al establecimiento.
- Carros móviles que suministran refrigerios.

Los principales métodos que se recomiendan en la industria para suministrar alimentos a los trabajadores son:

- Sistema centralizado: es en el cual se dispone de un restaurante o cafetería que se localiza en un punto accesible dentro de la planta. Este sistema es preferible en plantas pequeñas.
- Sistema descentralizado; es en el cual una cocina central provee los alimentos que se transportan por medio de carros hasta sitios o comedores designados en los distintos lugares del establecimiento. Este sistema es apropiado para empresas con gran número de trabajadores que se ubican en un espacio muy amplio.
- Sistema combinado: es en el que hay una cocina central para los empleados de oficina y algunas veces para los trabajadores de la sección principal de la planta, mientras que los trabajadores de las áreas distantes utilizan cafeterías ubicadas en sitios especiales.
- Distribución de alimentos por medio de carros desde la cocina central hasta los comedores instalados en las diferentes secciones. El alimento puede recibirse en envases de cartón.

Por otra parte, las comidas bien planeadas y envueltas convenientemente pueden resolver el problema del suministro industrial de alimentos cuando otras facilidades de preparación no son satisfactorias.

REQUISITOS HIGIENICOS DE LAS INSTALACIONES LOCATIVAS PARA SERVICIOS DE ALIMENTACION

La planta física de un servicio de alimentación se refiere a:

- Cocinas y todas las áreas donde se prepara, almacena y sirve el alimento.

- Áreas donde se guarda y lava el equipo.
- Instalaciones sanitarias para los empleados.

Los locales donde se almacenan, preparan, sirven o se ingieren bebidas o alimentos deberán cumplir los siguientes requisitos:

Ubicación

Deben estar situados en la vecindad de los lugares de trabajo pero separados físicamente de éstos, de servicios sanitarios, de otros locales y focos insalubres que pueden presentar riesgo de contaminación. No deben localizarse en cercanías de afluentes de alcantarillas, ni en sitios propicios para la procreación de insectos y roedores.

Los lugares para almacenamiento de alimentos deben, además, estar distantes de fuentes de calor, natural o artificial y protegidos del ambiente exterior. Se recomienda mantener los alrededores limpios, libres de basura y de estancamientos de aguas.

Aspectos físicos

Cocina, comedores y almacenes o depósitos

Estructura. La construcción será de ladrillo, cemento o algún otro material sólido y a prueba de roedores e insectos. Las aberturas se cubrirán con malla metálica.

Pisos. Los pisos de los locales donde se almacenen, preparen y sirvan alimentos serán lisos e impermeables, parejos, no resbaladizos, sin grietas, durables y de fácil limpieza, con una pendiente mínima de 2% hacia los desagües. Los materiales de los pisos serán baldosín o cemento, mosaicos, preferiblemente de colores claros y que eviten la suciedad y contaminación. Las maderas deben evitarse al máximo, especialmente en las cocinas.

Muros. Serán lisos, de colores claros, impermeables y lavables, sin salientes donde se pueda acumular el polvo.

En los locales donde se preparen alimentos y se laven utensilios, los muros se recubrirán con material lavable (baldosín) hasta una altura de 1.5 metros; las esquinas de los muros y la unión de éstos con los pisos serán cóncavas (media caña) para facilitar la limpieza.

Techos. Los cielos rasos serán de materiales impermeables, lisos y bien unidos. No se permitirán locales sin cielo raso o de materiales tales como telas. El techo

debe terminar en una juntura cóncava con las paredes. Los cielos rasos de las cocinas tendrán una capa aislante que se pueda pintar con esmalte.

Puertas y ventanas. Las aberturas hacia el exterior deben estar provistas de malla metálica o anejo; las puertas abrirán hacia afuera y cerrarán automáticamente. La superficie de las aberturas de las ventanas será por lo menos de un quinto de la superficie del piso del local.

Instalaciones sanitarias

Los lugares donde se procesen, almacenen y preparen alimentos deben contar con servicios sanitarios, separados por sexo, con especificaciones, cantidad y demás requisitos, según se determina en el capítulo 5. Se preferirán los dispositivos higiénicos accionados por pedal, dotados de agua fría y caliente, papel higiénico, jabón líquido y un sistema adecuado para el secado de las manos. Los servicios higiénicos no deben tener comunicación directa con el sitio de preparación de los alimentos o cocina. Se requiere obligatoriamente de lavamanos ubicados en varios sitios: cerca del área de los sanitarios, en los cuartos de vestir y en los locales donde se prepara la comida.

Cuarto de vestir

Se recomienda el empleo de casilleros individuales donde el personal del servicio de alimentos guarde su ropa de calle y demás pertenencias. Las ropas de calle no deben usarse o colgarse en la cocina. Tampoco deberán colgarse en lugares de almacenamiento de alimentos, ni en los cuartos sanitarios. Los cuartos de vestir con los casilleros deben situarse fuera de las áreas donde se preparan, almacenan o sirven comidas, y deben estar provistos de lavamanos.

Ventilación, iluminación y humedad

Los sitios en los cuales se almacenan, manipulan, preparan o se sirven alimentos o bebidas; las salas de vestir; los servicios higiénicos, y los lugares destinados a basura, estarán dotados de ventilación natural o artificial que evite la acumulación de humo, gases y olores; también deberán estar bien iluminados. Adicionalmente, los locales para almacenamiento deben ser secos.

Las parrillas y los hornos de las cocinas deben estar provistos de campanas extractoras diseñadas de forma tal que facilite las operaciones y que garantice la eliminación de humos, vapores y calor.

Las entradas de aire por medio de tubería deben poseer rejillas que impidan el ingreso de insectos.

Los locales, mesas, lavaplatos y demás superficies de trabajo estarán bien iluminados, preferiblemente con luz fluorescente.

Los niveles mínimos de iluminación recomendados para ambiente general son de 200 a 400 lux, y de 400 a 600 lux para la preparación de alimentos y mesas de trabajo, de forma tal que los empleados realicen sus tareas sin fatiga ni deslumbramientos. La humedad relativa en los locales para servicios de alimentación debe oscilar entre 30 y 60%.

Area

Cocinas

El área de las cocinas estará de acuerdo con el número de raciones que se preparen; se sugiere un valor 0.3 m² por empleado. Es deseable disponer de áreas asignadas y específicas para estufas, preparación de carnes, preparación de legumbres y frutas, repostería, panadería, ollas de cocción, lavaplatos, etcétera.

Comedor

Cuando los trabajadores toman sus alimentos dentro de la empresa, ya sea porque se les suministra alimentación o porque el personal lleva su comida, deberá disponerse de un comedor. El área mínima del local depende del número máximo de personas que lo utilizan simultáneamente. La norma *American National Standards* (ANSI Z 4.1 de 1979) sobre los mínimos requerimientos sanitarios para lugares de trabajo establece las siguientes relaciones.

Area mínima para comedores:

No. de personas	m ²
Hasta 25	1.2
26 a 74	1.1
75 a 149	1.0
Más de 150	0.9

Si el espacio fuera insuficiente, sería necesario establecer turnos, para evitar que los trabajadores consuman sus alimentos en los sitios de trabajo.

Cuartos o cámaras frías

Los cuartos fríos en su interior tendrán techos, paredes y pisos de metal, resistentes, impermeables, lisos, de fácil limpieza, en buen estado de conservación y provistos de desagües con rejilla. En el caso de cámaras de congelación, los desagües se construirán de tal forma que se evite la congelación del agua.

Los cuartos fríos deben disponer de ganchos, anaqueles, parrillas y bandejas de metal de acuerdo con la cantidad y el tipo de alimentos que se guarden. Igualmente, con termómetro para registro de la temperatura externa, alarma y sistema de control para evitar que la puerta quede abierta o se cierre mientras los operarios se encuentran en su interior.

Abastecimiento de agua

Para la preparación de alimentos, lavado y esterilización de utensilios, se requiere de agua fría y caliente, de fácil obtención y que reúna las características de calidad para consumo humano.

El consumo total de agua caliente es del orden de 8 litros por cada comida servida, de los cuales la cuarta parte se requiere para la preparación de los alimentos, la mitad para lavado de vajilla y utensilios, y la cuarta parte restante para la limpieza general de la cocina, comedor, y demás necesidades de higiene.

Los lugares para almacenamiento de alimentos también deben estar dotados de agua potable.

REQUISITOS HIGIENICOS DE LOS EQUIPOS Y UTENSILIOS

El equipo y los utensilios deben diseñarse de modo que se evite la acumulación de material y puedan limpiarse completamente.

Cocina. Los equipos y utensilios serán en número suficiente de acuerdo con las raciones que se elaboren, el número de trabajadores que consumen los alimentos y la preparación rápida y adecuada de éstos. Estarán contruidos en material no tóxico de metal inoxidable, durable y de fácil limpieza. No se permiten utensilios contruidos que tengan recubrimiento interior de plomo, cobre, cadmio, antimonio y zinc, o totalmente de estos metales.

Las mesas de trabajo para la preparación de los alimentos serán de material impermeable, resistente, liso y de fácil limpieza. Los materiales recomendables son: acero inoxidable y losa sin uniones. La madera no es conveniente para trabajar con alimentos.

La estufa se instalará en el centro del local para su fácil acceso. La cocina debe contar con suficientes tomas de agua potable fría y caliente, fregaderos, lavaplatos y escurridores para la limpieza de los alimentos y de los equipos y utensilios.

Se dispondrá de estanterías para guardar los utensilios de cocina, desarmables, para su limpieza.

Las estufas y marmitas de cocción deben estar provistas de campanas que recojan los vapores y los humos, y de tuberías de ventilación que los conduzcan al exterior. El sistema de ventilación debe ser construido en lámina metálica; las campanas tendrán las dimensiones adecuadas en largo y ancho correspondientes al aparato o conjunto de aparatos que sirvan.

La cocina debe incluir también equipos contra incendios, ubicados en sitios visibles y de fácil acceso.

Comedores. Deben contar con mesas y sillas dispuestas de tal forma que no interrumpan el tránsito de los usuarios ni de otro personal. Las mesas deben tener una superficie lisa, impermeable, sin grietas, manchas o colores que den una apariencia de suciedad. Las sillas o los bancos serán de material liso y resistente, guardando una distancia adecuada de la mesa y entre ellos mismos. Se dispondrá de depósitos de basura con mecanismo de pedal. Los manteles serán de un solo uso y las servilletas individuales, de preferencia desechables.

Almacenes para alimentos

El local para almacenamiento estará dotado de alacenas, tarimas y repisas de madera resistentes y en número suficiente para ubicar ordenadamente los alimentos a fin de que no entren en contacto con el piso y las paredes. Ningún alimento se colocará directamente sobre el piso. Esta estantería debe ser fácilmente desmontable para su limpieza. La repisa o estiba inferior debe quedar a una distancia de 0.15 m del piso.

Depósitos para desperdicios

Los desperdicios se depositarán en bolsas de plástico desechables o en recipientes de materiales durables que no absorban líquido, cubiertos con tapa y accionados con pedal de pie. Una vez llenos se retirarán de las instalaciones, y después de vaciarse requerirán de una limpieza cuidadosa por dentro y por fuera. Igualmente el área donde se colocan los recipientes debe asearse con regularidad. Asimismo, deben instalar dispositivos mecánicos para triturar y reducir la cantidad de desperdicios.

MENU

Es la base para comprar y preparar los alimentos. Debe comprender diferentes clases de alimentos que contengan todos los factores nutritivos en suficiente cantidad para cubrir las necesidades del organismo humano, y suplir la energía empleada en las actividades de trabajo (cuadro 4.2)

En cuanto a los nutrientes, se estima que la ración calculada cuantitativamente en calorías debe estar repartida en las siguientes proporciones para un trabajador normal: 27% de grasas, 13% de proteínas y 60% de hidratos de carbono.

Selección de los alimentos

Una de las primeras medidas preventivas para elaborar y servir un alimento adecuado consiste en seleccionar productos de calidad, libres de contaminación desde el productor hasta el consumidor.

La cantidad de cada alimento que debe incluir la dieta estará de acuerdo con la energía requerida para realizar un trabajo.

Una práctica sensata es visitar periódicamente los mercados con objeto de hacer una selección en fuentes consideradas satisfactorias por las autoridades sanitarias; de esta forma, las especificaciones para el suministro de los productos se determinan con los proveedores.

En el momento de recepción de los alimentos, debe inspeccionarse su calidad, cantidad, valor y peso, y descartar aquéllos de dudoso estado.

Almacenamiento de los alimentos

Considerando su facilidad de deterioro, los alimentos se clasifican en:

- Estables o no perecederos. Son los que no se alteran si se manipulan adecuadamente. Entre éstos están: azúcar, harina, frijoles secos.
- Semiperecederos. Pueden permanecer sin alteración si se manipulan y almacenan correctamente; ejemplos: papas, frutas secas.
- Perecederos. Son alimentos que se descomponen rápidamente si no se usan métodos especiales de preservación. Ejemplos: leche, carnes, pescados, frutas, huevos, crema, grasas.

Al almacenar alimentos se tendrá en cuenta:

- El tipo y su facilidad de deterioro:
- Las cantidades mínimas necesarias, de tal forma que se disminuya el tiempo de almacenamiento y el riesgo de deterioro.
- El estado, limpieza y temperatura.
- No almacenar junto con ellos materiales tóxicos, plaguicidas ni ningún otro elemento o artículo diferente.
- No almacenar alimentos ni víveres directamente sobre el piso. Deben emplearse estantes, vitrinas, estibas o una plataforma.

Aspectos que deben considerarse por el almacenamiento de alimentos no perecederos:

- Locales limpios, secos, bien iluminados y ventilados.
- Lugares protegidos contra insectos y roedores.
- Una temperatura ambiental que no exceda de 16°C; en climas cálidos son necesarios sistemas de aire acondicionado.
- Ubicación de todos los alimentos en estantes y no sobre el suelo.

Almacenamiento de alimentos perecederos.

- Para el almacenamiento en frío se deben considerar los siguientes aspectos:
 - De acuerdo con el tipo de alimento, se sugieren las siguientes temperaturas de conservación:
 - Para carnes y sus derivados entre 0° y 2°C.
 - Para productos lácteos y huevos: entre 4° y 6°C.
 - Para legumbres frescas: 8°C.
 - Para productos supercongelados: 18°C.
 - Guardar cada tipo de alimento en compartimientos o refrigeradores separados, de tal forma que los productos lácteos, la carne, el pescado, la fruta y la repostería no queden en el mismo lugar.
 - Evitar llenar demasiado los refrigeradores para dejar que el aire circule libremente en su interior.

- Lavar periódicamente el refrigerador sin utilizar detergentes que puedan contaminar los alimentos.
- Para el almacenamiento en congeladores:
 - La temperatura del congelador no debe ser superior a -18°C . En el caso de periodos de almacenamiento largo, se recomienda una temperatura de -40°C .
 - El tiempo de conservación de los alimentos en el congelador, debe estar de acuerdo con el tipo de producto, pero no sobrepasar los 3 meses.
 - Descongelar y limpiar periódicamente el congelador y almacenar los alimentos en otro lugar mientras se realizan estas operaciones.
 - Los alimentos calientes deben enfriarse hasta temperaturas de alrededor de 30°C , antes de guardarlos en refrigeradores o congeladores.

Manipulación de los alimentos

Los procedimientos sanitarios en la manipulación de alimentos incluyen:

- Mantener las manos escrupulosamente limpias, lavándolas con suficiente frecuencia y después de manipular los alimentos crudos o de utilizar los servicios sanitarios. Las uñas deben mantenerse también cortas y limpias.
- Emplear ropa de trabajo apropiada, de color claro, no inflamable y limpia que incluya uniforme, delantal, redcilla para cubrir la cabeza en las mujeres y gorros para los hombres, zapatos cómodos y guantes especiales.
- No tocar con las manos los alimentos cocinados, sino emplear cucharas, tenedores, pinzas o guantes desechables. Tomar siempre estos utensilios por el mango.
- No se debe permitir la manipulación de alimentos al personal que presente cortaduras, rasguños o heridas infectadas, o que padezcan infecciones gastrointestinales o hayan estado en contacto con personas que tengan alguna enfermedad transmitida por el agua o los alimentos.
- Establecer un sistema de vigilancia médica que incluya a todo el personal que manipula los alimentos.
- Capacitar al personal de los servicios de alimentación sobre:
 - Transmisión de enfermedades por conducto de los alimentos.
 - Higiene de los locales destinados al servicio de alimentación.

Manejo higiénico de los utensilios.

Mantenimiento higiénico de utensilios y equipos.

Normas sanitarias para el almacenamiento, preparación, manipulación y transporte de los alimentos.

Normas de higiene del personal.

Condiciones de salud del personal.

- No fumar, y procurar no toser o estornudar mientras se manipulen alimentos.
- Se mantendrán limpias las superficies de trabajo, los equipos y utensilios que entren en contacto con los alimentos.
- Todo equipo o elemento empleado para guardar materiales diferentes a los alimentos deben estar claramente identificados.
- En los casos en que se presta servicio de alimentación durante las 24 horas, debido a que se trabaja en varios turnos se establecerá un sistema de rotación en el equipo para su limpieza.
- Mantener libres de insectos y roedores los locales donde se almacenan, preparan y sirven los alimentos. Para evitar los insectos se colocará tela metálica o anjeo en puertas y ventanas; también podrán emplearse los exterminadores electrónicos.
- Refrigerar los alimentos sobrantes.

HIGIENIZACION DE LA PLANTA FISICA

La higiene de los servicios de alimentación debe ser rigurosa y comprende:

- La limpieza de muros, pisos y techos y su mantenimiento adecuado.
- Desagüe y tuberías apropiados.
- Ventilación e iluminación adecuadas.
- Salas de vestir e instalaciones sanitarias adecuadas y limpias.
- Recolección y disposición higiénica de la basura.
- Control de roedores e insectos.
- Almacenamiento de alimentos, utensilios y otros materiales en áreas separadas.

— Limpieza regular y adecuada de las instalaciones.

Limpieza y desinfección en las cocinas

Por el tipo de trabajo que se realiza en ellas y que genera mayor suciedad, la limpieza debe ser continua.

Local

Diariamente, después de cada jornada de trabajo, se efectuará una limpieza rigurosa del local, que incluya los pisos y zócalos de las paredes, que se lavarán y no se barrerán en seco. Semanalmente, paredes, techos y marcos de las ventanas. Periódicamente, luminarias, ventanas, puertas. Diariamente y cada vez que se llenen retirar los depósitos de desperdicios de la cocina, vaciarlos, limpiarlos y desinfectarlos.

Equipo y utensilios

Diariamente después de cada turno y tantas veces como sea necesario durante las labores, se realizará una limpieza de todos los equipos, utensilios de cocina y superficies de trabajo. El lavado de ollas, sartenes, cacerolas, cucharones y otros utensilios puede efectuarse en forma manual o mecánica. Para el lavado manual se recomiendan fregaderos de tres compartimientos.

Se retirará de los utensilios toda suciedad mediante cepillos y agua con detergentes. Una vez que se ha removido la mugre de la superficie, los utensilios se lavan con agua caliente y detergente, se enjuagan con agua fría y se dejan sumergidos durante 3 a 5 minutos en agua caliente.

La limpieza de platos, tazas, vasos y otros utensilios para comer o beber, los cuales pueden estar directa o indirectamente en contacto con la boca de las personas, puede efectuarse en forma manual o mecánicamente; se realizará en la misma forma que la de los equipos y utensilios de cocina, pero además del agua caliente, se empleará una solución desinfectante.

El material debe estar en buen estado y se retirará del uso todo elemento que presente mellas, esté roto u oxidado.

Limpieza y desinfección en los comedores

Diariamente, después de cada turno de comida, se recogerán los residuos y se lavarán los pisos con agua y detergente; cuando sea necesario se utilizará una solución desinfectante.

Las mesas deberán permanecer siempre limpias, se retirará todo residuo y se levantarán los platos, vasos y cubiertos lo antes posible, posteriormente a su utilización.

Semanalmente se efectuará una limpieza general, que incluya paredes y techos.

Periódicamente, el local debe fumigarse y desratizarse (véase capítulo 8).

Limpieza y desinfección en los almacenes

La limpieza del local de almacenamiento debe realizarse diariamente y retirarse todo tipo de envase vacío. Igualmente y en forma periódica, se inspeccionarán los alimentos envasados para eliminar los que presenten signos de alteración. Cada semana se efectuará una limpieza de techos y paredes. Periódicamente, se realizará una fumigación y desratización.

Limpieza y desinfección de cuartos fríos y refrigeradores

Los equipos de los cuartos fríos y refrigeradores deben mantenerse en excelentes condiciones de limpieza.

Es necesario realizar una inspección diaria con el fin de detectar cualquier alteración de los alimentos, retirar los que se encuentren en mal estado, lo mismo que los envases vacíos, y efectuar la rotación de los alimentos, para emplear primero los que llevan más tiempo guardados.

Cada vez que se descongelen los equipos, se efectuará una limpieza completa y desinfección que incluya pisos, techos y puertas. Permanentemente se supervisarán los controles de temperatura.

TRATAMIENTO BACTERICIDA

Después del lavado, los equipos y utensilios serán sometidos a un tratamiento de desinfección. Existen varios procedimientos, entre los cuales se citan los siguientes:

- Inmersión en agua caliente y limpiar a una temperatura de 80°C o en agua hirviendo medio minuto.
- Inmersión en agua tibia que contenga 50 ppm de cloro. Este tratamiento con cloro es inefectivo si los utensilios no se han lavado previamente; los cubiertos de plata o plateados no podrán desinfectarse con cloro; después del tratamiento con cloro, los utensilios se enjuagan con agua limpia. También podrán utilizarse bactericidas a base de amonio cuaternario catiónico.

Exposición en un gabinete de vapor o de aire caliente durante 15 a 20 minutos a una temperatura de 80°C. Una vez que los utensilios han quedado limpios se almacenarán con cuidado para evitar ser contaminados con las manos de las personas que los manejen y por el polvo del ambiente, en un sitio limpio, seco y protegido contra insectos y roedores.

NORMAS SANITARIAS PARA EL PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS

- Dotar a todo el personal que almacene, manipule y prepare alimentos de ropa de trabajo de color claro, no inflamable y limpia, que incluya overol, delantales, redecillas para cubrir la cabeza en las mujeres, gorros para los hombres, botas o zapatos cómodos y guantes.
- Obligatoriedad en el lavado de manos con agua y jabón, cada vez que se haga uso del sanitario y cuando sea necesario.
- Prohibición de comer, fumar o escupir en las áreas de almacenamiento, preparación y empaque.
- Estar libre de afecciones de la piel o de enfermedades infectocontagiosas.
- Poseer un certificado expedido por la autoridad sanitaria, previo examen médico general, en el que conste la ausencia de afecciones cutáneas y de enfermedades infectocontagiosas, y la realización de un curso corto sobre educación sanitaria. Esta autorización debe ser renovada con cierta periodicidad, con ajuste a las disposiciones legales vigentes en el país.