

Enfriamiento adecuado de los alimentos

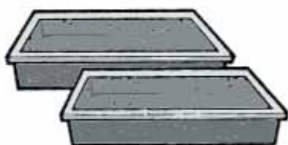
El Departamento de Salud Pública de Alabama requiere que los alimentos calientes se enfríen de 135° F a 70°F dentro de un período de 2 horas y se enfríen de 70°F a 41°F dentro de otras 4 horas. Para cumplir con estos requisitos, los establecimientos deben estar equipados con un termómetro preciso para $\pm 2^\circ\text{F}$, a fin de controlar la temperatura de los alimentos a medida que se enfrían. Los alimentos pueden enfriarse correctamente mediante uno de los siguientes métodos:

- Enfriar rápidamente alimentos de gran volumen o preparados en grandes cantidades cortándolos en trozos grandes o en porciones más pequeñas o dividiendo grupos grandes en varios más pequeños.



- Colocar la cacerola dentro de cacerolas más grandes con hielo y batir mientras se enfría. Esta técnica se conoce como Baño de agua y hielo.

- Coloque los alimentos en fuentes poco profundas de acero inoxidable. Los alimentos espesos como el picante y el guiso deben colocarse en fuentes donde la profundidad del producto no supere las dos pulgadas. Los líquidos más finos, como el caldo pueden colocarse en fuentes de tres pulgadas de profundidad.



Recuerde:

NUNCA use refrigeradores exhibidores o freezers para enfriar alimentos. Los alimentos calientes pueden aumentar la temperatura de la unidad y poner en peligro otros alimentos que estén almacenados allí.

Mantenga caliente los alimentos calientes; Mantenga fríos los alimentos fríos.

La temperatura de los alimentos potencialmente peligrosos debe ser de 41°F o menos, o de 135°F o más en todo momento. Siga estas pautas para garantizar que los alimentos no se mantengan en temperaturas favorables para el desarrollo de bacterias.

Conservación en caliente:

- Deben proporcionarse depósitos de alimentos calientes para garantizar la conservación de los mismos a una temperatura indicada durante su almacenamiento.
- Mantenga los alimentos cubiertos para conservar la temperatura adecuada.
- Utilice un termómetro para controlar frecuentemente la temperatura de los alimentos.
- Nunca agregue alimentos frescos a los viejos.
- Utilice utensilios limpios y esterilizados.
- Si la temperatura de los alimentos calientes desciende a menos de 135°F, vuelva a calentarlos a 165°F dentro de las 2 horas siguientes por única vez.

Conservación en frío:

- Utilice sólo equipos para conservación en frío que puedan mantener los alimentos a 41°F o menos.
- Nunca coloque alimentos listos para comer en contacto directo con el hielo.

Para obtener información adicional, comuníquese con:

Departamento de Salud Pública de Alabama
Oficina de Servicios Medioambientales

Oficina de Servicios Medioambientales
Oficina 1250
The RSA Tower, 201 Monroe Street
Montgomery, Alabama 36130
Teléfono: 334-206-5375 • Fax: 334-206-5788
ADPH-FLP-176S-8-98-RO/PK

PREVENCIÓN

TOXINFECCIÓN ALIMENTARIA

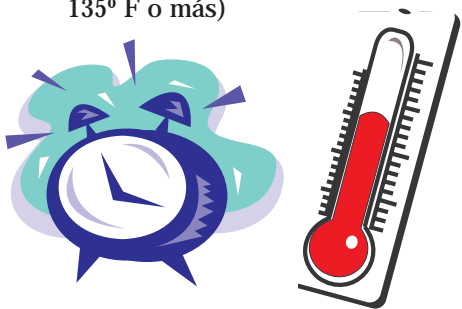
MEDIANTE EL CONTROL DE TEMPERATURA



Departamento de Salud Pública de Alabama
Oficina de Servicios Medioambientales

Los centros de Estados Unidos para el control y la prevención de enfermedades enumeran las siguientes razones como **CAUSAS PRINCIPALES** de las toxiinfecciones alimentarias bacterianas:

- Al no enfriar adecuadamente los alimentos
- Al no cocinar o recalentar adecuadamente los alimentos (como las hamburguesas poco cocidas)
- Al no mantener los alimentos calientes a la temperatura indicada (alimentos fríos a 41°F o menos y alimentos calientes a 135° F o más)



El tiempo y la temperatura son los factores más importantes que los administradores de servicios gastronómicos pueden utilizar para controlar el desarrollo de bacterias en los alimentos.

Es importante que los **alimentos potencialmente peligrosos** (generalmente alimentos húmedos con gran contenido proteico donde las bacterias se desarrollan fácilmente) no permanezcan en la zona de peligro de temperatura por más de cuatro horas durante todo el proceso de preparación de la comida.

La **zona de peligro en la temperatura** se define como la temperatura que va desde los 41°F a los 135°F. Los alimentos que permanecen durante mucho tiempo en esta zona de peligro pueden causar toxiinfección alimentaria.

Para controlar los factores de tiempo y temperatura es importante que los administradores de servicios gastronómicos cumplan con las técnicas adecuadas de descongelado, cocción, conservación, enfriado y recalentado para reducir periodo de tiempo durante el cual los alimentos se encuentran en la zona de peligro.

El departamento de salud pública exige que los alimentos se descongelen de la forma adecuada mediante alguno de los siguientes métodos.



1. En unidades refrigeradas a una temperatura que no exceda los 41°F. Colocando los alimentos en cacerolas debajo de alimentos cocidos o listos para comer.

2. Debajo de agua potable de la llave a 70°F de temperatura o menos.



3. En un horno microondas sin interrupciones en el proceso de cocción.

4. Como parte del convencional.



Con la siguiente guía puede cerciorarse de que los alimentos estén debidamente calentados o cocidos.

Temperaturas mínimas de cocción

ALIMENTOS	TEMPERATURA	TIEMPO
Alimentos potencialmente peligrosos, a menos que se especifique lo contrario, entre ellos huevos para consumo inmediato	145°F	15 seg.
Animales de caza inspeccionados y aprobados, ratites (emú, avestruz, ñandú)	155°F	15 seg.
Ave, relleno para ave, carnes rellenas y rellenos que contengan carne	165°F	15 seg.
Carnes molidas, pescado molido, carnes inyectadas y otros huevos que no corrspondan a la Parte 1 anterior	158°F 155°F 150°F 145°F	< 1 seg. 15 seg. o 1 min o 3 min

El bife asado puede cocerse a 130°F.

Para la cocción en microondas:

- Cocine los alimentos de forma uniforme a mínimo de 165°F.
- Rote o bata a mitad de la cocción para que se esparza el calor.

La única forma de verificar que los elementos que cocina hayan alcanzado las temperaturas mínimas es utilizar un termómetro para controlar la comida.

No es necesario que controle cada elemento, pero debe verificar dos veces al día o una por turno, que se cumplan con las condiciones de tiempo y de temperatura preestablecidos para el equipo de cocina.



SUGERENCIA PARA LA SEGURIDAD DE LOS ALIMENTOS

NUNCA descongele los alimentos a temperatura ambiente