

3. **Temperaturas para Cocinar**

La cocción inadecuada es la causa principal de las enfermedades causadas por la contaminación alimenticia. La ley de California requiere ahora una temperatura mínima de cocción para los siguientes alimentos:

Producto de Alimento	Temperatura Mínima de Cocción
• Carne molida, picada, o deshebrada y formada	155° F/15 segundos o 157° F/10 segundos
• Huevos y alimentos que contienen huevos	145° F for 15 segundos
• Carne y productos de cerdo	155° F for 15 segundos
• Pollo, pescado relleno, carne/pollo relleno	165° F for 15 segundos

4. **Recalentando**

Los alimentos potencialmente perjudiciales que fueron previamente calentados deben ser recalentados rápidamente a una temperatura interna mínima de por lo menos 165° F. Los alimentos no deben de recalentarse más de una vez.

5. **El Método de Descongelación**

Descongele alimentos congelados usando uno de los siguientes métodos:

- En el refrigerador a 41° F o menos,
- En el micro-ondas,
- Debajo de un chorro de agua, o
- Como parte del proceso de cocción.

Los alimentos que son potencialmente dañinos **NO** deben de descongelarse afuera del refrigerador a temperatura ambiental.



PREVINIENDO LA CONTAMINACIÓN CRUZADA

La contaminación cruzada es la transferencia de organismos dañinos de un artículo de alimentos a otro y puede ocurrir cuando:

- Una persona no se lava las manos antes de tocar alimentos crudos y luego alimentos cocidos o que están listos-para-comer.
- No se lavan ni esterilizan los mismos utensilios, equipo y/o tablas de cortar que se usan al preparar alimentos que son potencialmente dañinos y que están listos-para-comer.
- Los jugos de los alimentos crudos se ponen en contacto directo con los alimentos que están cocinados o listos-para-comer.

La gente es primordialmente la responsable por la contaminación cruzada. Siempre mantenga el equipo limpio, adecuadamente esterilizado y en buen mantenimiento.

PROGRAMA DE INSPECCIÓN DE VEHÍCULOS MÓBILES DE ALIMENTOS

Las Unidades de Preparación de Alimentos Móviles (Loncheras) y Establecimientos de Alimentos Móviles (Carritos de Helados/Nieves, de Vegetales/Verduras y Frutas) son inspeccionados y requieren permisos para operarlos. Para hacer una cita de inspección de estos vehículos, por favor llame al (562) 570-4193.

PERMISOS PARA ESTABLECIMIENTOS DE ALIMENTOS

Todos los establecimientos de alimentos incluyendo restaurantes, bares, panaderías, cafeterías, y todo tipo de vehículo móvil de alimentos requieren un permiso. Por favor llame al (562) 570-4193 para más detalles.

PROGRAMA DE REVISIÓN DE PLANOS

Este programa revisa planos de todos los establecimientos de alimentos nuevos y remodelados dentro de la Ciudad de Long Beach. El propósito de la revisión de planos es asegurarse que los establecimientos de alimentos estén contruidos de acuerdo con la Ley Uniforme de California de Establecimientos de Alimentos (Código de Salud & Seguridad) y otros requisitos que se aplican.

NÚMEROS DE SERVICIO:

Departamento de Salud & Servicios Humanos
Oficina de Salud Ambiental
(562) 570-4132

Departamento de Epidemiología
Para reportar casos sospechosos de enfermedades causadas por contaminación alimenticia
(562) 570-4301

Programa de Inspección de Vehículos Móviles de Alimentos
Para hacer una cita de inspección
(562) 570-4193

Permisos
(562) 570-4193

Guía de Personas que Preparan Alimentos
Para recibir una copia
(562) 570-4193

Página de Internet
Para más información, visítenos en
www.ci.long-beach.ca.us/health

Esta información está disponible en un formato alternativo. Por favor llame a Michael Johnson al **(562) 570-4012**.



Departamento de Salud & Servicios Humanos
OFICINA DE SALUD AMBIENTAL
Programa de Inspección de Establecimientos De Alimentos
2525 Grand Avenue
Long Beach, CA 90815



Programa De Inspección De Establecimientos De Alimentos



Trabajando Juntos
Para Servir

Departamento de Salud & Servicios Humanos
OFICINA DE SALUD AMBIENTAL

El Programa de Inspección de Establecimientos de Alimentos es uno de siete programas dentro de la Oficina de Salud Ambiental.

El Programa de Inspección de Alimentos refuerza las regulaciones estatales y locales de seguridad en más de 2,000 establecimientos de alimentos de la Ciudad de Long Beach. La meta del programa de alimentos es asegurarse que los alimentos que se venden y se sirven estén seguros, etiquetados y producidos apropiadamente bajo condiciones sanitarias.

Un componente clave del programa incluye la educación de preparadores y operadores de los alimentos.

Los Establecimientos de Alimentos incluyen:

- Restaurantes
- Mercados
- Panaderías
- Cafeterías Escolares
- Vehículos Móviles de Preparación de Alimentos (Loncheras)
- Salvamentos de Alimentos
- Procesadores de Alimentos
- Cafeterías de Hospitales
- Bares
- Comisarías
- Bodegas de Alimentos
- Camiones de Alimentos empaquetados
- Carritos de Comida

PROCESO DE INSPECCIÓN

El Programa de Inspección de Alimentos tiene una frecuencia aproximada de tres inspecciones rutinarias por año para todos los establecimientos de alimentos, con una meta óptima de cuatro por año. Durante las inspecciones rutinarias, los inspectores recalcan la prevención de enfermedades causadas por contaminación alimenticia y educación. Los inspectores también enfatizan las siguientes áreas durante las inspecciones:

- Control de temperatura de los alimentos
- Prácticas de los empleados (incluyendo la higiene personal y prácticas seguras de preparación de los alimentos)
- Higiene apropiada y educación del operador sobre los alimentos
- Verificación de certificación en prácticas seguras de la preparación de alimentos de por lo menos una persona por establecimiento.

REPORTE SUMARIO DE INSPECCIÓN

Efectivo en enero de 1999, la Ciudad de Long Beach, adoptó el Reporte Sumario de Inspección

(ISR-en inglés), un sistema diseñado localmente, para informar al público acerca de los resultados de la inspección de salud en los restaurantes y otros comedores locales.

Después de cada inspección rutinaria, un sumario de la inspección o ISR, se coloca en todos los establecimientos de alimentos de la ciudad en un lugar claramente visible al público. Cada violación que se encuentra durante una inspección es asignada a una categoría, la cual se marca en el ISR. Las categorías de violaciones son las siguientes:

- Preparación y Manejo de los Alimentos
- Temperatura de los Alimentos
- Almacenamiento de los Alimentos
- Fuente y Etiquetado de los Alimentos
- Abastecimiento de Agua y Temperatura
- Lavado y Esterilización de Utensilios
- Prácticas de los Empleados
- Esterilización del Equipo
- Mantenimiento del Equipo
- Higiene del Establecimiento
- Mantenimiento del Establecimiento
- Baños
- Control de Pestes
- Manejo de los Desperdicios

Cada establecimiento que requiere acción correctiva recibe una reinspección. Después de la reinspección, si todas las violaciones se corrigen, una etiqueta adhesiva transparente que dice, "acción correctiva completa," ("corrective action completed," en inglés) se coloca diagonalmente encima de las categorías listadas en el ISR. El Reporte Sumario de Inspección original, con la etiqueta adhesiva correctiva, permanece hasta la próxima inspección rutinaria.



Una Guía para Personas que Preparan Alimentos, que cubre pasos de seguridad básicos e higiene, está disponible, en inglés y español, en la Oficina de Salud Ambiental para todos los operadores de alimentos de los establecimientos de la Ciudad de Long Beach. Las copias están disponibles llamando al (562) 570-4193.

INVESTIGACIONES DE ENFERMEDADES CAUSADAS POR CONTAMINACIÓN ALIMENTICIA

Las enfermedades causadas por contaminación alimenticia son transmitidas a los seres humanos por los alimentos. Las bacterias causan el mayor número de enfermedades debido a la contaminación alimenticia. Algunos de los envenenamientos que se reportan con más frecuencia resultan de las bacterias de Salmonela, Estafilococos, y Clostridio. Todas estas bacterias son capaces de causar enfermedades y molestias en las personas afectadas. Algunos de los síntomas mayores incluyen vómitos, diarrea, debilidad, deshidratación, fiebre, y escalofríos. En instancias raras, estas enfermedades causadas por contaminación alimenticia pueden resultar en la muerte. Las personas que corren riesgo incluyen los más jóvenes, la gente mayor, y gente no saludable o con condiciones médicas específicas, como diabetes o inmunidad deteriorada.

El Programa de Alimentos, el Laboratorio de Salud Pública y el Programa de Epidemiología, son responsables de investigar todos los reportes sospechosos de enfermedades causadas por contaminación alimenticia dentro de la Ciudad de Long Beach. Cuando se recibe un reporte, un Especialista de Salud Ambiental conduce una inspección en el establecimiento de alimentos en cuestión, enfocándose en las siguientes áreas:

- Fuentes de Alimentos
- Técnicas de Procesamiento de Alimentos
- Preparación y Manejo de Alimentos
- Prácticas de Almacenamiento
- Prácticas de los Empleados

Cualquier epidemia de enfermedades causadas por contaminación alimenticia es un problema serio!

Por favor póngase en contacto con el Programa de Epidemiología para reportar cualquier caso sospechoso de enfermedades causadas por contaminación alimenticia en la Ciudad de Long Beach. Refiérase a los números de servicio al dorso de este panfleto.



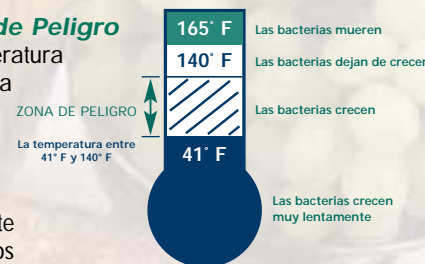
PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CAUSADAS POR CONTAMINACIÓN ALIMENTICIA

Una de las mejores maneras de mantener alejados los agentes causantes de enfermedades es la práctica de buena higiene personal. La buena higiene personal incluye lavarse las manos correctamente para protegerse a usted mismo y a otros. Las manos deben lavarse bien con jabón y agua tibia, y secarse con toallas de papel desechables o con secadores de aire caliente.

El control de temperatura es otra manera de prevenir enfermedades causadas por contaminación alimenticia. El control de temperatura se logra al tomar en consideración lo siguiente:

1. La Zona de Peligro

es la temperatura en la cual la bacteria dañina crece y se multiplica rápidamente en alimentos potencialmente perjudiciales (carne, pescado, pollo, productos lácteos, huevos, vegetales/verduras cocidas y granos). Esto ocurre entre las temperaturas de 41° F y 140° F.



Para evitar la zona de peligro, los alimentos afectados por temperaturas calientes y frías deben de mantenerse:

- **Frías** – a 41° F, o menos, o
- **Caliente** – a 140° F o más.

2. Técnicas de Enfriamiento

Los alimentos calientes deben enfriarse rápidamente usando uno de los siguientes métodos:

- Separando los alimentos en porciones más pequeñas o más delgadas;
- Colocando los alimentos en recipientes más pequeños;
- Colocando el recipiente de alimentos en un baño de hielo y moviendo frecuentemente.

Un Recordatorio Rápido: Los alimentos deben de protegerse de la contaminación y estar sueltamente cubiertos o descubiertos para permitir que se enfríen más rápidamente.