

Higiene personal

- Usar ropa limpia.
- Usar zapato cerrado.
- Bañarte diariamente.
- Tener las uñas cortas y limpias.
- Lavarse las manos perfectamente.
- No use joyas (anillos, cadenas, aretes).
- Use red o gorra para el pelo (bien colocado).
- Cabello recogido.
- Usar el uniforme completo (filipina o mandil de color claro).
- Sano y sin herdias en las manos.



Exigimos que el personal se lave las manos!

- Ir al W.C..
- Comer o beber.
- Tocar utensilios sucios.
- Tocarse el cuerpo.
- Limpiar derrames.
- Recoger algo del piso.
- Toser.
- Tocar basura.
- Manejar alimentos crudos.
- Después de contestar el teléfono.
- Tocar perilla.

Manejo de basura

- Mantener area limpia.
- Usar bolsa de plástico.
- Retirar con prontitud.
- Eliminar fauna nociva.
- Mantener contenedor externos cubiertos.
- Lava y desinfecta con cloro los trapos o esponjas que utilices para limpieza.



PARA CUALQUIERA INFORMACIÓN ACUDA A NUESTRAS UNIDADES DE CONTROL SANITARIO DEL ESTADO

UCS Agua Prieta, Calle 5 No. 1050 entre Av. 10 y 11, Tel: (633)338-73-98; **UCS Caborca**, Calle 4 No. 181 int 3 Centro, Tel: (637)372-80-80; **UCS Cananea**, Calle Sexta Este No. 9 Tel: (645)332-46-55; **UCS Guaymas**, Av. 6 s/n / Calles 15 y 16 Tel: (622)224-00-66; **UCS Hermosillo**, Gastón Madrid No. 10 entre Matamoros y Juárez, Col. Centro. Tel: (662)213-70-77; **UCS Huatabampo**, Av. Tecnológico s/n Col. la Cuchilla Tel: (647)426-34-85; **UCS Magdalena**, Av. 5 de Mayo y Morelos No. 100-A Col. Centro, Tel: (632)322-42-67; **UCS Moctezuma**, Calle Pesqueira s/n Col. Reforma Tel: (634) 243-06-15; **UCS Navojoa**, Jiménez No. 202, entre Pesqueira y Otero, Tel: (642)422-75-30; **UCS Nogales**, Obregón No. 1552, Col Bolivar Tel: (631)313-36-16; **UCS Obregón**, Mlchoacan s/n /Rodolfo E.C. y 6 de Abril, Tel: (644)415-61-38; **UCS Puerto Peñasco**, Blvd. Fremont y Prol. Chihuahua No. 142-A, Tel: (638)383-19-52; **UCS San Luis Rio Colorado**, Av. 5 de mayo No. 615, Local 2, entre calles 6 y 7, Tel: (653)536-42-30; **UCS Santa Ana**, Obregón No. 200, Local 9, Plaza Kassandra, Tel: (641)324-20-38;

COMISIÓN ESTATAL DE PROTECCIÓN CONTRA RIESGOS SANITARIOS DEL ESTADO DE SONORA

Paseo del Canal y Comonfort, Planta Baja,
Ala Norte. Centro de Gobierno
Hermosillo, Sonora

Tel. (01 662) 212 60 93, 212 08 36

Sin Costo 01 800 4 RIESGO (74 37 40)

01 800 4 RIESGO (74 37 46)

www.saludsonora.gob.mx/rsanitaria

Unidos logramos más



Secretaría
de Salud Pública

COESPRISSON
Comisión Estatal de Protección Contra
Riesgos Sanitarios del Estado de Sonora

COMISIÓN ESTATAL DE PROTECCIÓN CONTRA RIESGOS SANITARIOS DE SONORA

Norma Oficial Mexicana NOM - 251 - SSA - 2009

Prácticas de Higiene para el proceso de Alimentos, Bebidas o Suplementos Alimenticios



Unidos
logramos más

Si es propietario de un establecimiento de productos y servicios debe cumplir con estos requisitos

- Licencia Sanitaria. (Ambulante)
- Aviso de Funcionamiento. (Establecimientos Fijos)
- Portar uniforme completo: filipina blanca, red y cubre boca.
- Asistencia a cursos de buenas prácticas de higiene y sanidad.

Equipo y Utensilios

- Depósito con agua limpia.
- Cajas de plástico para pan.
- Tablas de acrílico (no madera).
- Bote de basura con tapa y bolsa.
- Implementos de limpieza (escoba, recogedor, trapos). Utensilios de acero inoxidable o plástico (no barro, no peltre).



Cuidado del puesto o local

- Asea las vitrinas.
- No coloques alimentos en el piso.
- Mantener limpio tu puesto (lavar con jabón el área).
- Vigila el buen estado de los tanques e instalación de gas.
- Evita se acumule cochambre en pasillos y vehículos.
- Usa acero inoxidable; es más térmico, duradero e higiénico.
- Coloca en orden y protegidos los alimentos preparados que vendas.

Descongele

- A chorro de agua.
- Directo a cocción.
- Dentro del refrigerador.
- En horno de microondas.



Aplique enfriamiento rápido y seguro a los alimentos

- Tape y guarde en el refrigerador.
- Sumerja los recipientes en agua fría o con hielo y mueva constantemente.
- Mantenga cubiertos ollas y alimentos, evite contaminación por polvo y moscas.
- Mantenga los alimentos calientes arriba de los 60°C y los fríos a los 7°C o menos.

Buenas prácticas de higiene y sanidad

- Limpie y desinfecte los utensilios.
- Verifique temperatura en perecederos 4°C.
- Lave las manos antes de iniciar con sus labores.
- Lave y desinfecte frutas y verduras antes de procesarlas.
- Utilice platos, vasos y cubiertos desechables (no recicle).
- Utilice alimentos frescos y de buena calidad (olor, color, textura)

- Realizar exámenes microbiológicos de los alimentos preparados.
- Utilice agua y hielo purificados para preparar bebidas o aguas frescas.
- Almacene los condimentos cátsup, mayonesa en hielo después de abrir.
- Evite colocar alimentos cocidos en el mismo lugar donde pone los crudos.
- No mezcle porciones viejas con porciones nuevas (causan intoxicaciones).
- Limpia y desinfecta tu área de preparación (mesa, cuchillo) con agua clorada.
- Utilice guantes desechables para alimentos cocinados, si requiere contacto directo con manos.
- Lava y desinfecta la tabla, alimentos y utensilios que vas a utilizar para cortar, picar y preparar alimentos.
- Prueba tus guisos con una cuchara diferente a las que utilizas para cocinar y no la vuelvas a meter al guiso.
- Expende alimentos preparados protegidos (bolsa de plástico, servilletas de papel, vitafilm, papel aluminio).

