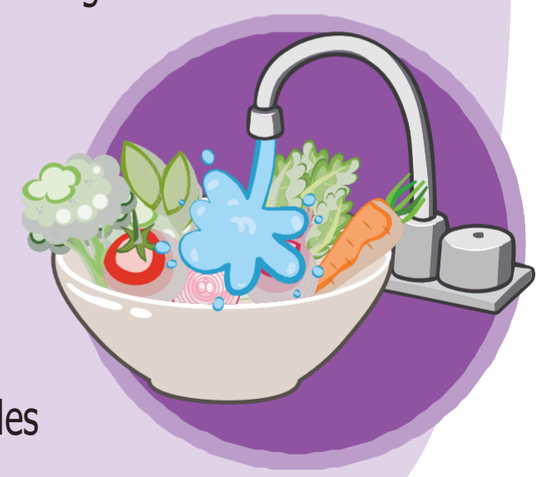
CINCO CLAVES
PARA LA INOCUIDAD DE LOS ALIMENTOS



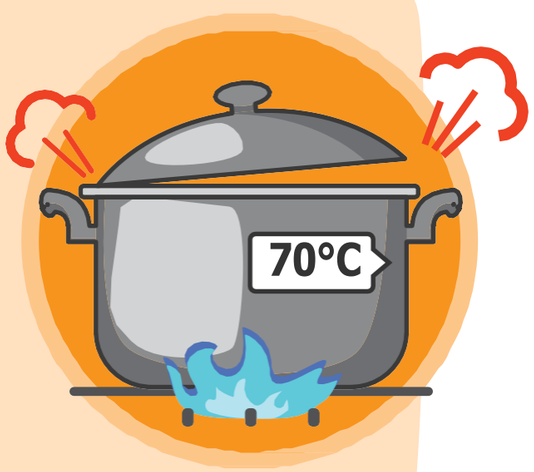
USE AGUA Y MATERIAS PRIMAS SEGURAS

- Use agua tratada para que sea segura.
- Seleccione alimentos seguros y frescos.
- Lave las frutas y las hortalizas, especialmente si se comen crudas.
- Para su inocuidad, elija alimentos ya procesados, tales como leche pasteurizada.



COCINE COMPLETAMENTE

- Cocine completamente los alimentos, especialmente carne, pollo, huevos y pescado.
- Hierva los alimentos como sopas y guisos para asegurar que alcanzan 70°C (158°F).
- Recaliente completamente la comida cocinada.



MANTENGA LA LIMPIEZA



- Lávase las manos antes y durante preparación de alimentos.
- Lávese las manos después de ir al baño.
- Lave y desinfecte todas las superficies y equipos usados en la preparación de alimentos.
- Proteja los alimentos de insectos u otros animales.

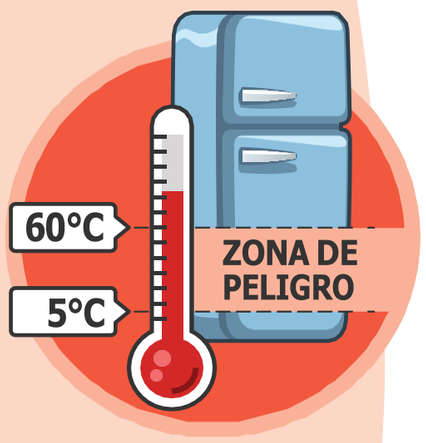
SEPARE ALIMENTOS CRUDOS Y COCINADOS

- Use equipos y utensilios diferentes, como cuchillos o tablas de cortar, para manipular carne, pollo y pescado y otros alimentos crudos.
- Conserve los alimentos crudos y cocidos en recipientes separados.



MANTENGA LOS ALIMENTOS A TEMPERATURAS SEGURAS

- No deje alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 horas.
- Refrigere lo más pronto posible los alimentos cocinados y los perecibles (preferiblemente bajo los 5°C (41°F)).
- Mantenga la comida caliente (arriba de los 60°C (140°F)).
- No descongele los alimentos a temperatura ambiente.



OPS

Organización Panamericana de la Salud

Organización Mundial de la Salud
OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas

PANAFTOSA
Centro Panamericano de Fiebre Aftosa y Salud Pública Veterinaria

MUNICIPIO DE VITERBO
CALDAS