

# Food Safety Hand Hygiene

## Higiene para manos en el manejo seguro de alimentos



**Wet hands under warm running water.**

Mójese las manos con agua corriente caliente.



**Dispense soap.**

Distribuya el jabón.



**Rub hands and exposed portions of arms together, including fingernails, fingertips, and in between fingers, for 10–15 seconds.**

Frote sus manos y las partes expuestas de sus brazos entre sí, incluyendo las uñas, las puntas de los dedos y los espacios entre los dedos, durante 10–15 segundos.



**Rinse thoroughly with clean, warm running water.**

Enjuague con abundante agua corriente, limpia y tibia.



**Dry hands with paper towels and use towels to turn off water.**

Séquese las manos con toallas de papel y use las toallas para cerrar el agua.

**The total process should take approximately 20 seconds.**

### According to the FDA Food Code, wash your hands and exposed portions of arms:

- During food preparation to prevent cross-contamination when changing tasks
- After touching any part of the body other than clean hands and clean exposed portions of arms
- After restroom use
- After coughing, sneezing, or using a tissue
- After smoking, eating, or drinking
- When switching between working with raw food and working with ready-to-eat food
- After handling soiled equipment or utensils
- Before putting on clean, single-use gloves for working with food
- After handling shellfish or crustacea in display tanks

### De acuerdo con el código de alimentos de la Administración Federal de Alimentos (FDA), lávese las manos y las partes expuestas de los brazos:

- Durante la preparación de alimentos para impedir la contaminación cuando se cambien las tareas
- Después de tocarse cualquier parte del cuerpo, excepto las manos limpias y las partes expuestas de los brazos que estén limpias
- Después de ir al baño
- Después de toser, estornudar o sonarse la nariz
- Después de fumar, comer o beber
- Cuando este cambiando entre trabajos con comidas crudas y trabajos con comidas listas para comer
- Después de manejar el equipo o utensilios sucios o contaminados
- Antes de ponerse guantes limpios desechables para trabajar con alimentos
- Después de manipular mariscos o crustáceos en tanques de exhibición