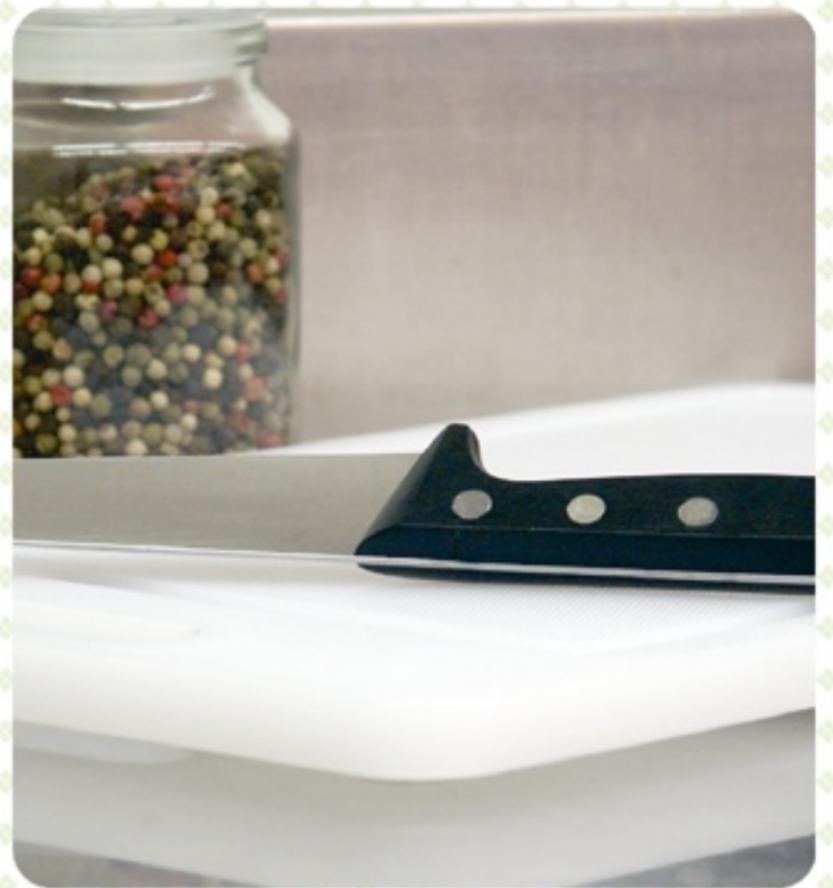


La higiene personal

- Mantén las manos siempre limpias.
- Cuando tengas heridas protégelas con apósitos impermeables.



Las superficies y útiles

- Para una buena limpieza retira primero todos los restos de comida y usa agua caliente y detergente.
- Utiliza paños de cocina limpios. Lávalos frecuentemente o mejor sustitúyelos por papel de cocina.
- Lava y desinfecta la tabla de corte y el cuchillo después de preparar cada alimento.





Basura

- Deposita la basura en lugar adecuado para que no contamine alimentos ni utensilios.
- Retira la basura diariamente y desinfecta el cubo.



y siempre...

- Evita tocar los alimentos ya cocinados tras manipular los crudos sin lavarte las manos.
- Evita la entrada en la cocina de insectos y animales domésticos.
- Evita reutilizar envases de bebidas y alimentos para contener detergentes, desinfectantes y otros productos químicos.



***La higiene pasa
por tus manos***

Reglas de Oro

- 1. Comprar y consumir alimentos seguros.**
- 2. Conservar adecuadamente los alimentos.**
- 3. Evitar el contacto entre alimentos crudos y cocinados.**
- 4. Cocinar bien los alimentos.**
- 5. Consumir los alimentos inmediatamente después de cocinar.**
- 6. Recalentar bien los alimentos.**
- 7. Lavarse las manos con tanta frecuencia como sea necesario.**
- 8. Mantener escrupulosamente limpias todas las superficies de trabajo en la cocina.**
- 9. Proteger los alimentos de roedores y otros animales.**
- 10. Utilizar agua potable.**

Reglas de Oro para la preparación de alimentos recomendados por la Organización Mundial de la Salud (OMS).



GENERALITAT
VALENCIANA

CONSELLERIA DE SANITAT
DIRECCIÓ GENERAL DE SALUT PÚBLICA

<http://dgsp.san.gva.es>