

Para obtener más información sobre la Shigella o para informar sobre personas con vómitos, diarrea o fiebre asociados al consumo de alimentos, póngase en contacto con:  
 Correo electrónico: [fhdepi@sdcounty.ca.gov](mailto:fhdepi@sdcounty.ca.gov)  
 Teléfono: (858) 505-6814  
 Página web: [www.sdcdehq.org](http://www.sdcdehq.org)



## PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA INFECCIÓN POR SHIGELLA

La shigelosis suele producirse directa o indirectamente por contaminación fecal-oral. La mayoría de las infecciones por Shigella se propagan a través de las heces o los dedos sucios de una persona infectada a otra por contacto directo o por el consumo de alimentos contaminados por un manipulador de alimentos infectado que puede ser sintomático o no. Las personas pueden estar infectadas y no mostrar ningún síntoma y, por lo tanto, acudir al trabajo sin saberlo y diseminar la bacteria.

El método más importante para evitar la contaminación de los alimentos con enfermedades víricas, bacterianas y/o parasitarias es que todos los manipuladores de alimentos se laven las manos con regularidad y sigan las orientaciones que figuran a continuación.

### Lavado de manos

Los empleados del sector alimentario se lavarán a fondo las manos y los brazos con jabón y agua tibia durante al menos 10 o 15 segundos; se enjuagarán a fondo con agua corriente limpia y se secarán adecuadamente las manos y los brazos. Los empleados prestarán especial atención a las zonas bajo las uñas y entre los dedos.

Asegúrese de que se coloquen carteles de lavado de manos en los lugares adecuados.

#### Los empleados deberán lavarse las manos en **todos** los casos siguientes (y más):

- Después de tocarse la cara u otras zonas de la piel desnuda, incluyendo cortes o llagas, y después de tocarse el cabello.
- Después de usar el baño.
- Después de limpiar el baño.
- Después de tocar animales.
- Después de toser, estornudar, usar un pañuelo de papel o desechable.
- Después de consumir tabaco, comer o beber.
- Después de manipular equipos o utensilios sucios.
- Inmediatamente antes de realizar preparaciones de alimentos, incluyendo el trabajo con alimentos no preenvasados, con equipos y utensilios limpios y con recipientes y utensilios de un solo uso sin envolver.
- Durante la preparación de los alimentos, tantas veces como sea necesario para eliminar la suciedad y la contaminación.
- Antes de cambiar de tarea para evitar la contaminación cruzada.
- Al pasar de trabajar con alimentos crudos a trabajar con alimentos listos para consumir.
- Después de recoger y sacar la basura.
- Después de tocar ropa sucia, paños de limpieza sucios, etc.
- Antes de ponerse los guantes desechables para empezar a trabajar con los alimentos.
- Antes de dispensar o servir alimentos o de manipular vajilla y utensilios de servicio limpios en el área de servicio de alimentos.
- Después de realizar otras actividades que contaminen las manos.

### Prevención de la propagación de enfermedades

- Todos los empleados del sector alimentario deben practicar un lavado de manos diligente y una buena higiene personal (véase el reverso de la página).
- Utilice utensilios o guantes para eliminar el contacto de las manos desnudas con los alimentos listos para comer. Evite el contacto de las manos desnudas con los alimentos listos para el consumo durante al menos dos semanas después de que haya cesado la enfermedad.
- Limpie y desinfecte con frecuencia las instalaciones y las áreas de alimentos según las directrices (véase la página siguiente).
- Excluya a los empleados del sector alimentario de trabajar con alimentos, utensilios y equipos durante al menos 48 horas después de que hayan cesado los síntomas.

## Métodos de limpieza específicos

### Limpieza de derrames de diarrea, vómito o heces:

1. Utilice equipo de protección personal (EPP), como guantes, mascarillas y batas para protegerse a sí mismo y a su ropa de la contaminación.
2. Bloquee la zona inmediatamente.
3. Limpie los restos visibles utilizando material absorbente desechable (toallas de papel u otros paños desechables) y minimice los aerosoles.
4. Deseche los artículos sucios cuidadosamente en una bolsa de plástico impermeable.
5. Limpie y desinfecte abundantemente la zona y los objetos que rodean la contaminación con un desinfectante adecuado.
6. Quítese los guantes, la bata y la mascarilla, en ese orden, y deséchelos antes de salir del área de limpieza contaminada.
7. Coloque el EPP desechado en una bolsa de plástico impermeable.
8. Vuelva a ponerse los guantes y transporte la bolsa a un contenedor de basura seguro; no permita que la bolsa toque su ropa.
9. Lávese siempre las manos después de manipular cualquier material contaminado, basura o desechos.

### Desinfección del equipo y los utensilios

- Nota: Las superficies del equipo que entran en contacto con los alimentos y los utensilios de servicio múltiple deben lavarse antes del paso de desinfección.
- Utilice una de las siguientes soluciones:
  - 1) Contacto con una solución de 100 ppm de cloro disponible durante al menos 30 segundos.
  - 2) Contacto con una solución de 25 ppm de yodo disponible durante al menos un minuto.
  - 3) Contacto con una solución de 200 ppm de amonio cuaternario durante al menos un minuto.
  - 4) Contacto con cualquier desinfectante químico que cumpla los requisitos de la Sección 180.940 del Título 40 del Código de Reglamentos Federales cuando se utilice de acuerdo con las instrucciones de uso del fabricante.

### Otras formas de evitar que la Shigella entre en su cocina

- Asegúrese de que las frutas y verduras se lavan correctamente antes de utilizarlas.
- Limpie y desinfecte las superficies que entran en contacto con los alimentos.
- Evite la entrada de moscas domésticas en el establecimiento.
- Cierre las instalaciones cuando las aguas residuales se desborden. Una vez que las reparaciones se hayan completado y las superficies se hayan limpiado y desinfectado, puede volver a las actividades normales de la cocina.
- Asegúrese de que todos los dispositivos de prevención de reflujo están en buen estado.

## Directrices de salud para los empleados

Todos los empleados del sector alimentario deben conocer la relación entre la salud e higiene personal y la seguridad alimentaria. La información sobre este tema se puede encontrar en el Código de Alimentos para Minoristas de California, Capítulo 3 Artículo 3 – Salud de los empleados.

### Los empleados son responsables de notificar a la persona encargada

- Notifique a la Persona Encargada (PIC) si se le ha diagnosticado una infección por Shigella. Tenga en cuenta que el empleado también está obligado a informar de lo siguiente: Salmonella, Shigella, E. coli enterohemorrágica o productora de toxina shiga, Hepatitis A o Entamoeba histolytica. Recuerde que no debe trabajar con los alimentos ni con los utensilios si padece una enfermedad gastrointestinal, especialmente diarrea, calambres abdominales, fiebre y vómitos.

### La persona encargada es responsable de cumplir con los siguientes requisitos

- **Informe** al Condado de San Diego - Departamento de Salud y Calidad Ambiental cuando un empleado de la industria alimentaria sea diagnosticado con Shigella; llame al (858) 505-6814. Recuerde que las siguientes enfermedades también deben ser reportadas: Salmonella, Shigella, E. coli enterohemorrágica o productora de toxina shiga, Hepatitis A o Entamoeba histolytica.
- **Informe** al Departamento de Salud y Calidad Ambiental si **dos o más personas** están enfermas con una enfermedad gastrointestinal aguda; llame al (858) 505-6814. La enfermedad gastrointestinal aguda es la diarrea, sola o con vómitos, fiebre o calambres abdominales.
- **Excluya** a un empleado del establecimiento alimentario si se le diagnostica Salmonella, Hepatitis A, Shigella, E. coli enterohemorrágica o productora de toxina shiga, Shigella o Entamoeba histolytica. Solo el Departamento de Salud y Calidad Ambiental del Condado de San Diego o la Agencia de Salud y Servicios Humanos pueden autorizar a un empleado excluido a volver al trabajo.
- **Restrinja** a un empleado de alimentos de trabajar con alimentos expuestos, equipos limpios, mantelería limpia, utensilios limpios y artículos de un solo servicio sin envolver si el empleado de alimentos está sufriendo síntomas de una enfermedad gastrointestinal aguda o experimentando tos persistente, estornudos o descargas nasales. Las restricciones pueden ser eliminadas por la persona a cargo cuando el empleado de alimentos declare que ya no tiene síntomas de enfermedad.