

Universidad Del Sureste

Campus Tapachula

Asignatura:

Toxicología Alimentaria

Alumno:

Ozuna López Fernando

Cuatrimestre:

3°A

Carrera:

Licenciatura en Nutrición

LN:

Johana Guadalupe Leal Lopez



N O M



Medidas de higiene

Lavado frecuente de manos para la preparación de alimentos y suplementos:

- Antes de iniciar labores.
- Después de ir al baño.
- Antes de manipular alimentos.
- Después de manipular basura, equipo sucio, o dinero.
- Después de estornudar o toser.

Así como el uso de ropa y equipo de protección personal, tener las uñas cortas, quitarse aretes y piercing en la preparación de los alimentos



Temperatura

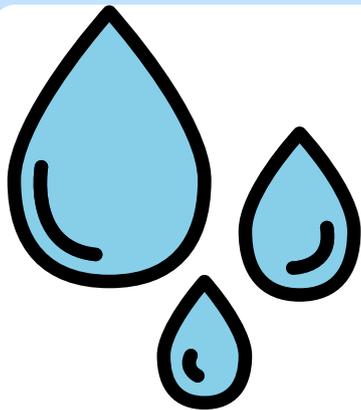
- Los equipos de refrigeración deben mantenerse a una temperatura máxima de 7°C, mientras que la congelación lo mínimo es de -18°C - -15°C
- Para la carne de res en trozo, pescado y huevo quebrado, la temperatura mínima es de 63°C
- carnes molidas, cerdo en trozo y huevo quebrado para buffet, la temperatura debe ser de 68°C

2 5 1



Uso de tablas

- Es importante usar utensilios y superficies distintos para manipular alimentos crudos y cocidos y asegurar una limpieza y desinfección adecuada después de cada uso
- Carnes--> Tabla Rojo
- Frutas y verduras--> Tabla verde



Agua potable Norma

251

Se deben realizar chequeos progresivamente para verificar la potabilidad del agua, especialmente si proviene de pozos y pipas debe de contar:

- No tenga contaminantes químicos o físicos en concentraciones peligrosas.
- Es apta para consumo humano.
- NO tenga moho
- El hielo debe producirse con agua potable si se va a usar en alimentos o bebidas.
- Capacitar al personal sobre el uso correcto del agua

D I S T I N T I V O

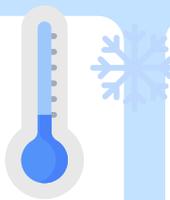


Medidas de Higiene

El personal debe recibir formación en higiene alimentaria, incluyendo técnicas de lavado de manos antes, durante y después de manipular alimentos

- Uñas cortas, limpias y sin esmalte.
- Uso de cubrebocas, cofia/red para el cabello y uniforme limpio.

Temperatura



Refrigeración:

- Alimentos: máximo 4°C.
- Alimentos congelados: -18°C o inferior.

El rango de temperaturas entre 4°C y 60°C se considera "Zona de Peligro" porque las bacterias proliferan rápidamente

Mantenimiento de alimentos calientes: 60°C o más

H



Uso de tablas

- Rojo: Carnes rojas crudas (res, cerdo, etc.)
- Verde: Frutas y verduras
- Azul: Pescados y mariscos crudos
- Blanco: Panadería, lácteos y quesos
- Amarillo: Aves crudas
- Marrón/Beige: Alimentos cocinados

Agua potable

- Si el agua proviene de la red pública, se debe medir diariamente el cloro residual en un rango donde el agua también no esté suficientemente clorada
- Si el agua pasa por un sistema de filtración, realizar análisis microbiológicos



DIFERENCIAS

NORMA 251	Distintivo H
Norma Obligatoria Mexicana para practicas de higiene en alimentos	Reconocimiento de la Secretaria de Turismo y la Salud
Se aplica a cualquier puesto: produccion, elaboracion y servicios de alimentos	Hoteles, restaurantes, cafeteria, comedor industrial
Protege la salud de toda la poblacion	Protege solo a los clientes en lugares turisticos
Busca minimizar contaminaciones cruzadas (fisicas, quimicas y biologicas)	Busca aumentar la confianza de los clientes/ consumidores y mejorar la imagen del negocio

LINKS

De Alimentos, I. (2025, 23 mayo). TODO SOBRE LA NOM 251 la-nom-251-higiene
(Distintivo H: Qué Es, Para Qué Sirve Y Cómo Obtenerlo, n.d.)