

# Acuerdo de Política de Salud del Empleado

## Informar: Síntomas de enfermedad

Me comprometo a informar al gerente cuando tenga:

1. Diarrea
2. Vómito
3. Ictericia (coloración amarillenta de la piel y/o ojos)
4. Dolor de garganta con fiebre
5. Cortes o heridas infectados, o lesiones que contengan pus en la mano, muñeca, una parte expuesta del cuerpo (por ejemplo, furúnculos y heridas infectadas, aunque sean pequeñas).

## Informar: Enfermedades diagnosticadas

Me comprometo a informar al gerente cuando tenga:

1. Norovirus
2. Salmonella entérica (fiebre tifoidea)
3. Infección por shigella
4. Infección por E. coli (Escherichia coli O157:H7 u otra infección EHEC/STEC)
5. Hepatitis A

*Nota: El gerente debe informar al Departamento de Salud cuando un empleado tiene una de estas infecciones.*

## Informar: Exposición a Enfermedades

Me comprometo a informar al gerente cuando haya estado expuesto a cualquier enfermedad mencionada anteriormente, a través de:

1. Un brote de norovirus, fiebre tifoidea, infección por shigella, infección por E. coli, o Hepatitis A.
2. A un miembro de su hogar con norovirus, fiebre tifoidea, infección por shigella, infección por E. coli, o hepatitis A.
3. A un miembro de su hogar que asista o trabaje en un lugar con un brote de norovirus, fiebre tifoidea, infección por shigella, infección por E. coli, o hepatitis A.

## Exclusión y restricción del trabajo

Si usted tiene cualquier síntoma o enfermedad mencionada anteriormente, usted puede ser excluido\* o restringido\*\* del trabajo.

\*Si usted es excluido del trabajo usted no puede venir a trabajar.

\*\*Si usted es restringido del trabajo, usted puede venir al trabajo pero sus labores pueden ser limitadas.

## Al volver al trabajo

Si usted es excluido de su trabajo por tener diarrea y/o vómito, usted no podrá volver a trabajar hasta 24 horas después de los últimos síntomas de diarrea y/o vómito.

Si usted es excluido del trabajo por presentar síntomas de dolor de garganta con fiebre o por tener ictericia (coloración amarillenta en la piel y/o ojos), norovirus, salmonella entérica (fiebre tifoidea), infección por shigella, infección por e. coli, y/o hepatitis A, usted no podrá volver a trabajar hasta que lo apruebe el Departamento de Salud.

## Acuerdo

Entiendo que debo:

1. Informar cuando tenga o he estado expuesto a cualquier síntoma o enfermedad listadas anteriormente; y
2. Cumplir con las restricciones de trabajo y/o exclusiones que se me asignen.

Entiendo que si no cumplo con este acuerdo, puedo poner mi trabajo en riesgo.

Nombre del Empleado de Alimentos (letra imprenta, por favor) \_\_\_\_\_

Firma del Empleado \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

Gerente (Persona a cargo) Nombre (letra impresa, por favor) \_\_\_\_\_

Firma del Gerente (Persona a cargo) \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

## Estas son algunas bacterias y virus propagados desde los manipuladores de alimentos a los alimentos

### E. coli

**Resumen:** Una bacteria que puede producir una toxina mortal y causa unos 70.000 casos estimados de enfermedades transmitidas a través de los alimentos cada año en los EE.UU.

**Fuentes:** Carne, especialmente carne molida cruda o que no está cocida completamente, productos agrícolas y leche cruda.

**Periodo de incubación:** 2 a 10 días

**Síntomas:** Diarrea severa, retorcijones, deshidratación

**Prevención:** Cocinar los alimentos implicados hasta 155 °F, lavarse las manos adecuada y frecuentemente, enjuagarse correctamente y desinfectar todas las superficies que estuvieron en contacto con alimentos.

### Shigella

**Resumen:** Shigella es una bacteria que causa unos 450.000 casos estimados de enfermedades diarreicas cada año. Una higiene deficiente hace que la shigella sea fácilmente transmitida de persona a persona.

**Fuentes:** Ensalada, leche, y productos lácteos, y agua sucia.

**Periodo de incubación:** 1 a 7 días

**Síntomas:** Diarrea, retorcijones estomacales, fiebre, escalofríos y deshidratación

**Prevención:** Lavarse las manos adecuada y frecuentemente, especialmente después de usar el baño, lavar las verduras completamente.

### Salmonella

**Resumen:** Salmonella es una bacteria responsable por millones de casos de enfermedades transmitidas a través de los alimentos al año. Los adultos mayores, los infantes y personas con sistemas inmunes disminuidos están en riesgo de que enfermedades severas y la muerte puedan ocurrir si la persona no es tratada a tiempo con antibióticos.

**Fuentes:** Los huevos crudos o semicrudos, productos avícolas y carnes casi crudas, productos lácteos, mariscos, frutas y verduras

**Periodo de incubación:** 5 a 72 horas (hasta 16 días se ha documentado para dosis bajas)

**Síntomas:** Nauseas, vómito, retorcijones y fiebre

**Prevención:** Cocinar todos los alimentos a las temperaturas adecuadas, enfriar los alimentos rápidamente, y eliminar las fuentes de contaminación cruzada (ejemplo: almacenamiento adecuado de carnes, lavado, enjuague y procedimiento de desinfección adecuado)

### Hepatitis A

**Resumen:** Hepatitis A es una enfermedad al hígado causada por el virus de la hepatitis A. La hepatitis A puede afectar a cualquier persona. En los Estados Unidos, la hepatitis A puede ocurrir en situaciones que van desde casos aislados de la enfermedad hasta epidemias.

**Periodo de incubación:** 15 a 50 días

**Síntomas:** Ictericia, náuseas, diarrea, fiebre, fatiga, pérdida del apetito, retorcijones

**Prevención:** Lavarse las manos adecuada y frecuentemente, especialmente después de usar el baño.

### Norovirus

**Resumen:** Este virus es la causa líder de diarrea en los Estados Unidos. Cualquier alimento puede estar contaminado con norovirus si es manipulado por una persona que está infectada con el virus. Este virus es altamente infeccioso.

**Periodo de incubación:** 6 a 48 horas

**Síntomas:** Náuseas, vómito, diarrea, y retorcijones

**Prevención:** Lavarse las manos adecuada y frecuentemente, especialmente después de usar el baño: obtener alimentos de una fuente alimentaria respetable: y lavar completamente las verduras.

### Estafilococo (Estafilococo dorado)

**Resumen:** El estafilococo contaminador de alimentos es una enfermedad gastrointestinal. Es causada por comer alimentos contaminados con toxinas producidas por el estafilococo dorado. El estafilococo se puede encontrar en la piel, en la boca, en la garganta y en la nariz de muchos empleados. Las manos de los empleados pueden estar contaminadas por tocar sus narices, cortes infectados u otras partes del cuerpo. El estafilococo produce toxinas que son extremadamente estables con el calor y no son inactivadas por temperaturas de recalentamiento normales. Es importante que la contaminación alimentaria sea minimizada.

**Periodo de incubación:** Las toxinas del estafilococo son de acción rápida, algunas veces causando enfermedades en tan poco tiempo como 30 minutos después de comer alimentos contaminados, pero los síntomas usualmente se desarrollan dentro de una a seis horas.

**Fuentes:** Los alimentos listos para comer tocados con las manos sin protección. Los alimentos que están expuestos a altos riesgos de producir toxinas son aquellos que son hechos a mano y no requieren cocción.

**Síntomas:** Los pacientes típicamente experimentan varios tipos de los siguientes: náuseas, vómito, retorcijones de estómago, y diarrea. La enfermedad dura de uno a tres días. En una pequeña minoría de los pacientes la enfermedad puede ser más severa.

**Prevención:** Ningún contacto con las manos con los productos listos para comer. Lávese las manos adecuadamente. No prepare alimentos si usted tiene una infección en la nariz u ojos. No prepare o sirva alimentos a otros si usted tiene heridas o infecciones en la piel de sus manos o muñecas. Si el alimento va a ser almacenado por un periodo de tiempo superior a dos horas, mantenga los productos calientes, calientes (más de 135 °F) y las comidas frías, frías (41 °F o menor). Enfríe todos los alimentos de manera adecuada.

## **Formas de Prevención**

1. El lavado de las manos es el paso de control MÁS CRÍTICO en la prevención de la enfermedad

Invierta 20 segundos para seguir estos 6 simples pasos:

1. Moje sus manos y brazos con agua corriente tibia.
2. Aplique jabón y forme espuma abundante.
3. Restriegue sus manos y brazos vigorosamente por 10 a 15 segundos (limpie bajo las uñas y entre los dedos).
4. Enjuague sus manos y brazos completamente bajo el agua corriente.
5. Seque sus manos y brazos con una toalla de papel o un secador de manos con aire tibio.
6. Use la toalla para cerrar los grifos y abrir las manijas de la puerta de modo que no recontamine sus manos

**2. No vaya a trabajar cuando esté enfermo**

**3. No use sus manos sin protección al tener contacto con alimentos listos para comer.**