

CORE 4

Ayude a Prevenir las
enfermedades transmitidas
por los alimentos
Recuerde limpiar.



Limpiar

- Lávese bien las manos con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos, antes y después de tocar carnes, aves y mariscos crudos.
- Limpie bien las superficies de trabajo, tablas de cortar, platos y utensilios con agua caliente y jabón antes y después de preparar diferentes tipos de alimentos.
- Enjuague bien las frutas y verduras frescas con agua corriendo del grifo, incluidas las que tienen piel y cáscaras que no se consumen.



Obtenga más información sobre las técnicas seguras para lavarse las manos visitando el sitio web bilingüe de la **División de Seguridad Alimentaria y Recursos para el Consumidor**.