



Cómo prevenir el abuso de tiempo-temperatura

La mayoría de las enfermedades transmitidas por los alimentos ocurren porque se ha abusado de los alimentos TCS con el tiempo y la temperatura.

Se ha abusado de los alimentos TCS en el tiempo y la temperatura cada vez que permanecen entre:

- 41°F y 135°F (5°C y 57°C). A esto se le llama la Zona de Peligro: los patógenos crecen en este rango.
- Los patógenos crecen mucho más rápido entre 70°F y 125°F (21°C y 52°C).

Se abusa de los alimentos a la temperatura del tiempo cada vez que se manipulan de las siguientes maneras:

- Cocinado a las temperaturas internas incorrectas
- Se mantiene a la temperatura incorrecta
- Se enfrió o recalentó incorrectamente

Cuanto más tiempo permanezcan los alimentos en la zona de peligro de temperatura, más tiempo tendrán los patógenos para crecer. Para mantener los alimentos seguros, reduzca el tiempo que pasan en este rango de temperatura. Si los alimentos se mantienen en este rango durante cuatro o más horas, debe desecharlos.

Los manipuladores de alimentos deben evitar el abuso de tiempo-temperatura siguiendo buenas políticas y procedimientos:

- Controlar el tiempo y la temperatura
 - Aprenda qué alimentos deben revisarse y con qué frecuencia. Asegúrese de que los manipuladores de alimentos entiendan qué hacer, cómo hacerlo y por qué es importante
- Asegúrese de que los tipos correctos de termómetros estén disponibles
 - Dale a los manipuladores de alimentos sus propios termómetros. Deben usar temporizadores en las áreas de preparación para verificar cuánto tiempo están los alimentos en la zona de peligro de temperatura.
- Registre regularmente las temperaturas y las horas en que se toman
 - Haga que los manipuladores de alimentos registren las temperaturas y los tiempos tomados regularmente. Asegúrese de que estén documentando esta información.
- Minimice el tiempo que los alimentos pasan en la zona de peligro de temperatura
 - Contar con procedimientos para limitar el tiempo que los alimentos TCS pasan en la zona de peligro de temperatura.
 - Esto incluye limitar la cantidad de comida que se puede sacar de una hielera al preparar la comida.
- Tomar medidas correctivas si no se cumplen los estándares de tiempo y temperatura
 - Asegúrese de que los manipuladores de alimentos sepan qué hacer cuando no se cumplan los estándares de tiempo y temperatura.
 - Por ejemplo, si la temperatura del chile en una mesa de vapor cae por debajo de 135°F (57°C) después de dos horas, puede recalentarlo a la temperatura correcta o tirarlo.