

## Ejercicio de Reflexión Final

Ya que es responsabilidad de todo el personal asegurar su propia seguridad y la del grupo en todo momento, aplica la siguiente lista de verificación en tu lugar de trabajo.

Este cuestionario es la autoverificación que está contemplada en la Norma de Salud, te recomendamos llenarlo lo más objetivamente posible, eso te permitirá analizar la situación de tu lugar de trabajo. Lo puedes documentar con fotografías y copias de análisis de los laboratorios por el que esté verificado el lugar auditado.

En caso de que no puedas aplicarlo en tu lugar de trabajo, puedes hacerlo de cualquier otro establecimiento de alimentos y bebidas.

Lista de Verificación NMX-F-605-NORMEX-2004 NOM-251-SSA1-2009

Unidad	Fecha
Elaboró	Revisó

✓ = C = Cumple

✗ = NC = No cumple

NA = No aplica

Puntos críticos: En negritas y con mayúsculas

1.	Recepción de alimentos	C	NC	NA	Observaciones
a)	Pisos, paredes y techos de fácil limpieza y en buen estado.				
b)	Coladeras en buen estado y sin estancamientos. Ausencia de malos olores.				
c)	Cuenta con iluminación que permite verificar el estado de las materias primas.				
d)	Báscula completa, limpia y sin presencia de oxidación en la parte de contacto con los alimentos. Se				

	desinfecta antes y después de su uso.				
e)	Envases de alimentos limpios e íntegros y sin presencia de oxidación en la parte de contacto con los alimentos. Se desinfecta antes y después de su uso.				
f)	Envases de alimentos limpios e íntegros, libres de rupturas, abolladuras, sin señales de insectos o materia extraña, con fecha de caducidad o consumo vigente.				
g)	Los termómetros para medir la temperatura interna de los alimentos se ajustan todos los días, cuando se caen o cuando se cambia bruscamente la temperatura. 1. Se verifica su funcionamiento. 2. Se limpian y desinfectan antes de su uso.				
h)	La entrega de productos se planea de antemano y se inspecciona inmediatamente de acuerdo a las características organolépticas establecidas en el inciso 5.8.				
i)	<b>Verifican las temperaturas para cada producto (llevan registros) refrigerados máximo 4°C o inferior/congelados a -18°C o inferior.</b>				
j)	No hay alimentos o recipientes colocados sobre el piso.				
k)	El área del vehículo del proveedor que está en contacto con los alimentos se mantiene limpia.				
l)	Los alimentos congelados se reciben sin signos de descongelación o recongelación.				

m)	Los productos perecederos que se reciben enhielados no están en contacto directo con el hielo.				
----	--	--	--	--	--

Total: 13 puntos

12 normales

1 crítico

2.	Almacenamiento	C	NC	NA	Observaciones
a)	Pisos, paredes y techos de fácil limpieza y en buen estado.				
b)	Coladeras en buen estado y sin estancamientos. Ausencia de malos olores.				
c)	Cuenta con iluminación que permite verificar el estado de las materias primas.				
d)	Cuenta con iluminación. En caso de ser natural, cuenta con mallas de protección de buen estado.				
e)	Focos o fuentes de luz con protección.				
f)	Sin materias primas, alimentos o recipientes colocados sobre el piso,				
g)	Anaqueles de superficie inerte, limpios y en buen estado.				
h)	<b>Se aplica el procedimiento PEPS (alimentos fechados e identificados).</b>				
i)	Recipientes y envases limpios de superficie inerte, en buen estado, cubiertos y en orden.				
j)	Latas sin abombamientos, abolladuras o corrosión.				
k)	Alimentos sin presencia o rastros de plaga o moho.				

I)	Los alimentos rechazados están marcados y separados del resto de los alimentos, teniendo para ello un área específica e identificada.				
----	---	--	--	--	--

Total: 12 puntos

11 normales

1 crítico

3.	Manejo de Productos Químicos	C	NC	NA	Observaciones
a)	Área limpia y seca.				
b)	<b>Plaguicidas identificados, en su envase original y almacenados bajo llave.</b>				
c)	Almacenamiento de productos de limpieza, desinfectantes y otros productos químicos en un lugar delimitado debidamente identificado y separado de cualquier área de manejo o almacenamiento de alimentos.				
d)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Productos químicos en recipientes exclusivos y cerrados.</li> <li>2. Control estricto en la distribución y uso de los mismos.</li> <li>3. Indicar su toxicidad, empleo y medidas en caso de contacto o ingestión.</li> <li>4. Mostrar hojas de seguridad y fichas técnicas.</li> </ol>				

Total: 4 puntos

3 normales

1 crítico

4.	Refrigeración	C	NC	NA	Observaciones
4.1	Refrigeradores				
a)	<b>Temperatura interna de los alimentos máximo a 4°C.</b>				

b)	Los termómetros para medir la temperatura interna de los alimentos se ajustan todos los días, cuando se caen o cuando se cambia bruscamente la temperatura. 1. Se verifica su funcionamiento. 2. Se limpian y desinfectan antes de su uso.				
c)	Termómetro de la unidad limpio, visible, funcionando y en buen estado.				
d)	Equipo limpio y en buen estado, (puertas, empaques, anaqueles y componentes).				
e)	Alimentos en recipientes íntegros, limpios y cerrados, conforme al apéndice normativos. No se guardan diferentes tipos de alimentos en un mismo recipiente.				
f)	<b>Se aplica el procedimiento PEPS (alimentos fechados e identificados).</b>				
g)	Alimentos crudos colocados en la parte inferior del refrigerador.				
h)	Registros de temperatura interna de los alimentos.				
i)	Registros de temperatura de la unidad.				

Total: 9 puntos      7 normales      2 críticos

4.2	Cámaras de Refrigeración	C	NC	NA	Observaciones
a)	<b>Temperatura interna de los alimentos máximo a 4°C.</b>				
b)	Los termómetros para medir la temperatura interna de los alimentos				

	se ajustan todos los días, cuando se caen o cuando se cambia bruscamente la temperatura. 3. Se verifica su funcionamiento. 4. Se limpian y desinfectan antes de su uso.				
c)	Termómetro de la unidad limpio, visible, funcionando y en buen estado.				
d)	Pisos, paredes y techos de fácil limpieza y en buen estado.				
e)	Coladeras en buen estado y sin estancamientos. Ausencia de malos olores.				
f)	Focos o fuentes de luz con protección.				
g)	Puertas, empaques, anaqueles y componentes en buen estado.				
h)	Puertas, empaques, anaqueles y componentes limpios.				
i)	<b>Se aplica el procedimiento PEPS (alimentos fechados e identificados).</b>				
j)	Alimentos en recipientes íntegros, limpios y cerrados, conforme al apéndice normativo. No se guardan diferentes tipos de alimentos en un mismo recipiente.				
k)	Sin alimentos o recipientes colocados directamente sobre el piso.				
l)	Alimentos crudos colocados en la parte inferior o separados.				
m)	En caso de tener producto alimenticio rechazado, debe estar claramente identificado como tal y separado del				

	resto de los alimentos, pudiendo tener para ello un área específica, eliminándose lo antes posible.				
n)	Registros de temperatura interna de los alimentos.				
o)	Registros de temperatura de las unidades.				

Total: 15 puntos

13 normales

2 críticos

5.	Congelación	C	NC	NA	Observaciones
5.1	Congeladores				
a)	<b>Temperatura de los alimentos a -18°C o inferior.</b>				
b)	Los termómetros para medir la temperatura interna de los alimentos se ajustan todos los días, cuando se caen o cuando se cambia bruscamente la temperatura. 1. Se verifica su funcionamiento. 2. Se limpian y desinfectan antes de su uso.				
c)	Termómetro de la unidad limpio, visible, funcionando y en buen estado.				
d)	Equipo limpio y en buen estado.				
e)	Alimentos en recipientes íntegros, limpios y cerrados, conforme al apéndice normativo. No se guardan diferentes tipos de alimentos en un mismo recipiente.				
f)	<b>Se aplica el procedimiento PEPS (alimentos fechados e identificados).</b>				
g)	Alimentos crudos colocados en la				

	parte inferior del congelador.				
h)	De ser un congelador horizontal: orden y acomodo de los alimentos.				
i)	Registros de temperatura de los alimentos.				
j)	Registro de temperatura de la unidad.				

Total: 10 puntos

8 normales

2 críticos

5.2	Cámaras de Congelación	C	NC	NA	Observaciones
a)	<b>Temperatura de los alimentos a -18°C o inferior.</b>				
b)	Los termómetros para medir la temperatura interna de los alimentos se ajustan todos los días, cuando se caen o cuando se cambia bruscamente la temperatura. 3. Se verifica su funcionamiento. 4. Se limpian y desinfectan antes de su uso.				
c)	Termómetro de la unidad limpio, visible, funcionando y en buen estado.				
d)	Sin alimentos o recipientes colocados directamente sobre el piso.				
e)	<b>Se aplica el procedimiento PEPS (alimentos fechados e identificados).</b>				
f)	Alimentos crudos colocados en la parte inferior o separados.				
g)	Alimentos en recipientes íntegros, limpios y cerrados, conforme al apéndice normativo. No se guardan diferentes tipos de alimentos en un				



	mismo recipiente.				
h)	Pisos, paredes y techos de fácil limpieza y en buen estado.				
i)	Coladeras en buen estado y sin estancamientos. Ausencia de malos olores.				
j)	Focos o fuentes de luz con protección.				
k)	Puertas, empaques, anaqueles y componentes en buen estado.				
l)	Puertas, empaques, anaqueles y componentes limpios.				
m)	Los alimentos rechazados están marcados y separados del resto de los alimentos, teniendo para ello un área específica e identificada.				
n)	Registros de temperatura de los alimentos.				
o)	Registro de temperatura de la unidad.				

Total: 15 puntos

13 normales

2 críticos

6.	Área de Cocina	C	NC	NA	Observaciones
a)	Pisos, paredes y techos de fácil limpieza y en buen estado.				
b)	Coladeras en buen estado y sin estancamientos. Ausencia de malos olores.				
c)	Focos o fuentes de luz con protección.				
d)	<b>Superficies de contacto con los alimentos como licuadoras, rebanadoras, procesadoras,</b>				

	<b>mezcladoras, peladoras, molinos, se lavan y desinfectan después de su uso. Se desarman, lavan y desinfectan por lo menos cada 24 horas (cuando aplique) o al final de cada jornada.</b>				
e)	Estufas, hornos, planchas, salamandras, freidoras, marmitas, vaporeras, mesas calientes, etc., limpias en todas sus partes, sin cochambre y en buen estado.				
f)	Campana y/o extractores sin cochambre y en buen estado.				
g)	En caso de contar con instalaciones de aire acondicionado o tuberías en alto, estar libres de goteos.				
h)	Instalaciones exclusivas para el lavado de artículos de limpieza.				
i)	<b>El área de preparación de alimentos cuenta por lo menos con una estación exclusiva para el lavado de manos. Está equipada con jabón líquido antibacteriano, cepillo en solución desinfectante, toallas desechables o secadora de aire de paro automático. En caso de usar toallas desechables, cuenta con un bote para basura con bolsa de plástico y cualquier dispositivo o acción que evite el contacto directo de las manos con el bote de basura.</b>				
j)	Cuenta con ventilación que evita el calor excesivo y la condensación del vapor. En caso de ser natural, cuenta con mallas de protección.				
k)	<b>Tablas de picar de acuerdo al</b>				

	<b>apéndice normativo.</b>				
l)	Sólo se emplean utensilios de superficie inerte.				
m)	<b>Las tablas, cuchillos y utensilios se lavan y desinfectan después de su uso.</b>				
n)	Utilizan trapos exclusivos para limpieza de mesas y superficies de trabajo.				
o)	<b>Los trapos utilizados en el área de preparación de alimentos se lavan y desinfectan después de su uso.</b>				
p)	Carros de servicio, entrepaños, gavetas y repisas limpios y en buen estado.				
q)	Almacenan utensilios en un área específica y limpia.				
r)	Limpian y desinfectan mesas de trabajo antes y después de su uso. En procesos continuos no exceden las dos horas.				
s)	El lavado manual de loza, cubiertos y utensilios se realiza según el procedimiento descrito en los puntos 5.7.9.1 al 5.7.9.5.				
t)	Lavan y desinfectan utensilios.				
u)	Las temperaturas de la máquina lavaloza son las especificadas por el fabricante y/o del proveedor de productos químicos.				
v)	Enjuagan los utensilios antes de introducirlos a la máquina.				
w)	La carga de utensilios es adecuada a				

	la capacidad de la máquina.				
x)	El sistema de secado de utensilios se realiza como lo indican los puntos 5.7.9.5.				
y)	Los botes de basura cuentan con bolsas de plástico y están tapados mientras no estén en uso continuo.				
z)	Realizan la limpieza conforme al programa establecido.				

Total: 26 puntos

21 normales

5 críticos

7.	Preparación de Alimentos	C	NC	NA	Observaciones
a)	<b>Los alimentos de origen vegetal se lavan en forma individual o en manojos pequeños con agua potable, estropajo o cepillo (si es necesario), jabón o detergente, se enjuagan con agua potable y desinfectan.</b>				
b)	<b>Se planean de antemano la descongelación de alimentos por medio de:</b> <b>1. Refrigeración</b> <b>2. Horno de microondas, siguiendo de inmediato la cocción del alimento.</b> <b>3. Como parte del proceso de cocción.</b> <b>En casos excepcionales se descongela a chorro de agua potable, a una temperatura máxima de 20°C evitando estancamientos.</b>				
c)	<b>No se sirven pescados, mariscos ni carnes crudas. En el caso de los establecimientos en los que se sirven alimentos crudos o a base de huevo crudo se especifica</b>				

	<b>en la carta o menú que el platillo se sirve bajo consideración del comensal y el riesgo que esto implica.</b>				
d)	<b>Temperaturas mínimas internas de cocción:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Cerdo y carne molida a 69°C por 15 segundos mínimo.</b></li> <li>• <b>Aves y carnes rellenas a 74°C por 16 segundos mínimo.</b></li> <li>• <b>El resto de los alimentos arriba de 63°C por 15 segundos mínimo.</b></li> </ul>				
e)	Los alimentos son recalentados rápidamente a una temperatura interna mínimas de 74°C por 15 segundos mínimo.				
f)	Los alimentos preparados que no se van a servir de inmediato se someten a un proceso de enfriamiento rápido, máximo 4 horas.				
g)	Los alimentos descongelados no se vuelven a congelar.				
h)	Se usan utensilios que minimizan el contacto directo de las manos con el alimentos, tales como cucharones, pinzas, tenedores, etc.				
i)	El personal se lava las manos antes de manipular alimentos, vajilla limpia y después de cualquier situación que implique contaminación.				
j)	En el caso de usar guantes, se exige el lavado de manos antes de colocárselos. Estos son desechables y se cambian después de cada interrupción.				

Total: 10 puntos

6 normales

4 críticos

8.	Área de Servicio	C	NC	NA	Observaciones
a)	<b>Alimentos fríos listos para servirse y buffet a una temperatura máxima de 7°C o inferior.</b>				
b)	<b>Alimentos calientes listos para servirse y buffet a una temperatura mínima de 60°C.</b>				
c)	Los alimentos preparados y listos para servirse están cubiertos de iniciar el servicio.				
d)	Los utensilios de servicio no se tocan por la parte que entra en contacto con los alimentos o con la boca de comensal.				
e)	Los alimentos envasados en porción individual cumplen con las instrucciones del fabricante para su conservación, y una vez utilizados se desechan.				
f)	Manteles y servilletas limpios y funcionando.				
g)	Área y estaciones de servicio limpios y funcionando.				
h)	El área del vehículo que está en contacto con los alimentos está limpia.				
i)	Los alimentos listos para servirse, se transportan en recipientes cerrados o envases desechables.				
j)	Los alimentos preparados que se transportan no se exponen a la zona de peligro de temperaturas por más de dos horas.				

Total: 10 puntos

8 normales

2 críticos

9.	Agua y Hielo	C	NC	NA	Observaciones
a)	<b>Agua potable con un rango de 0.2 a 1.5 mg/L (PPM) de color residual o análisis microbiológico por lo menos una vez al mes.</b>				
b)	Registros de potabilidad del agua.				
c)	Hielo para consumo humano elaborado con agua purificada y/o potables.				
d)	Se cuenta con registros de mantenimiento de equipo de potabilización y/o purificación de agua y máquina de hielo.				
e)	El depósito del hielo está limpio.				
f)	Utensilios exclusivos para hielo, limpios y desinfectados.				

Total: 6 puntos

5 normales

1 crítico

10.	Servicios Sanitarios del Personal	C	NC	NA	Observaciones
a)	Área limpia.				
b)	Cuentan con: lavabo, agua corriente, jabón líquido antibacteriano, toallas desechables o secadora de aire, bote para basura provisto de una bolsa de plástico y tapa oscilantes, de pedal o cualquier otro dispositivo o acción que evite contaminación.				

Total: 2 puntos

2 normales

0 críticos

11.	Manejo de Basura	C	NC	NA	Observaciones
a)	Área general de basura limpia y				

	separada del área de alimentos. Contenedores limpios, en buen estado con tapa (con bolsa de plástico, según el caso).				
b)	Se evita la acumulación excesiva de basura en las áreas de manejo de alimentos. Los depósitos se lavan y desinfectan al final de la jornada				

**Total: 2 puntos      2 normales      0 críticos**

12.	Control de Plagas	C	NC	NA	Observaciones
a)	<b>Ausencia de plagas.</b>				
b)	Se tiene contratado un servicio profesional para el control de plagas presentando: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Licencia federal sanitaria expedida por la autoridad competente.</li> <li>2. Hoja de seguridad del producto utilizado.</li> <li>3. Programa de control de plagas.</li> <li>4. Registros e informes que amparen el servicio durante los últimos 3 meses.</li> <li>5. Contrato de servicio vigente.</li> </ol>				
c)	Ausencia de trampas con cebos y lámparas de luz ultravioleta de atracción de choque eléctrico, en el área de manejo de alimentos.				

**Total: 3 puntos      2 normales      1 crítico**

13.	Personal	C	NC	NA	Observaciones
a)	Apariencia pulcra.				
b)	Uniforme limpio y completo.				
c)	Cabello completamente cubierto con				



	cofia, red o turbante.				
d)	Manos limpias, uñas recortadas y sin esmalte.				
e)	<b>El personal afectado con infecciones respiratorias, gastrointestinales o cutáneas no labora en el área de preparación y servicio de alimentos.</b>				
f)	El personal no utiliza joyas (reloj, pulseras, anillos, aretes, etc.), u otro objeto ornamental en cara, orejas, cuello, manos ni brazos.				
g)	El personal cuenta con capacitación impartida por un instructor con registro vigente ante la SECTUR.				
h)	El personal no fuma, come, masca o bebe en el brea de preparación de alimentos.				

Total: 8 puntos      7 normales      1 crítico

14.	Bar	C	NC	NA	Observaciones
a)	Área limpia.				
b)	Utilizan cucharón y/o pinzas limpias y desinfectados para servir el hielo.				
c)	<b>Lavan y desinfectan las licuadoras y mezcladoras después de su uso. Al final de la jornada se desarman para lavarlas y desinfectarlas.</b>				
d)	El personal cuenta con las facilidades para lavarse y desinfectarse las manos.				
e)	No enfrían botellas en el hielo con el que se preparan bebidas.				

Total: 5 puntos

4 normales

1 crítico

### Calificación

- Son 150 puntos de los cuales 124 son normales y 26 son críticos.
- Para que el establecimiento cumpla se requiere que cuando menos cumpla con el 90% de los puntos normales y el 100% de los críticos (112 y 26), en el caso de que le apliquen todos los requisitos.
- En el caso de que haya puntos que no apliquen estos se descontarán de los críticos o normales, según sea el caso. Para que el establecimiento cumpla deberá de cumplir el 90% de los requisitos normales que le apliquen y el 100% de los críticos que le apliquen.

Unidad	Fecha
Elaboró	Revisó

No.	Área	Puntos	Normal/Críticos	C	NC	NA	Observaciones
1.	Recepción						
2.	Almacenamiento						
3.	Manejo de Productos Químicos						
4.	4.1 Refrigeradores						
	4.2 Cámaras de Refrigeración						
5.	5.1 Congeladores						
	5.2 Cámaras de Congelación						
6.	Cocina						
7.	Preparación de Alimentos						

8.	Servicio						
9.	Agua y Hielo						
10.	Servicios Sanitarios del Personal						
11.	Manejo de Basura						
12.	Control de Plagas						
13.	Personal						
14.	Bar						
	Total						

Verificador (nombre y firma)	Por la unidad (nombre y firma)

Cálculos: