

## DISTINTIVO "H"

El "Distintivo H" contempla cumplir con la normatividad establecida por la Secretaría de Salud, tomando en cuenta las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), para que los prestadores de servicios mejoren su calidad a través de la higiene de los alimentos, y de una manera voluntaria se sometan a una verificación de las operaciones en cuanto a protección de alimentos se refiere, desde la compra y recepción de estos, el almacenamiento, descongelación, cocción, conservación y servicio para finalmente reconocer sus esfuerzos al otorgarles un incentivo promocional como el Distintivo H, que otorga la Secretaría de Turismo y que es avalado por la Secretaría de Salud. La Secretaría de Turismo, a través del "Programa H" fue precursora y promotora de esta tendencia internacional, homologando conceptos con Estados Unidos y Canadá.

El programa "Distintivo H" tiene como propósitos fundamentales:

1. Disminuir la incidencia de las Enfermedades Transmitidas por los Alimentos (ETA's) en los turistas nacionales y extranjeros.
2. Mejorar la imagen internacional de nuestro país en materia de prevención y control de las ETA's.
3. El 23 de mayo de 2001 el programa "H" se eleva a Norma Mexicana la cual se publica en el Diario Oficial, bajo la denominación: NMX-F-605-NORMEX-2000, con la ventaja de que mantiene su carácter voluntario, y establece un marco jurídico y criterios uniformes para su obtención.

El "Distintivo H" es el reconocimiento que se entrega a los prestadores de servicios de alimentos y bebidas que manejan los alimentos con altos niveles de estándares de higiene; y que, de manera voluntaria, lo solicitan y cumplen con los siguientes requisitos:

1. Contar como mínimo con el 80% del personal operativo y del 100% del personal de mandos medios capacitados en el curso "Manipulación Higiénica de los Alimentos" impartido por instructores registrados por la Secretaría de Turismo. (Relación de Capacitadores)
2. Cumplir con los requisitos de higiene de alimentos que están definidos en la Norma Mexicana NMX-F-605-NORMEX-2000, y detallados en la lista de verificación de la propia norma.

Esta lista de verificación agrupa los requisitos en dos categorías:

1. Requisitos no críticos, que deben cumplir el 90%.
2. Requisitos críticos, que deben cumplir el 100%

Una vez obtenido, el Distintivo “H”, este tiene una vigencia de un año, por lo que deberá solicitarse su renovación al término del mismo.

La Secretaría de Turismo cuenta con un grupo de instructores registrados en un padrón, distribuidos en todo el país. Cuando un establecimiento ha tomado la determinación de participar en el programa, la Secretaría de Turismo le envía la relación de instructores a fin de que seleccione el que más le convenga.

El instructor registrado se encarga de impartir el curso de capacitación y de desarrollar las estrategias de implementación para cumplir con los requisitos.

La Secretaría de Turismo diseñó los cursos de capacitación que se requieren en tres niveles:

1. **Nivel Operativo**, para personal de cocina, el cual dura 10 horas.
2. **Mandos Medios**, para chefs y supervisores dueños, gerentes directores, con una duración de 6 horas.
3. **Instructores**; que se imparte en 24 horas que va dirigido a personas con una carrera terminada en el área químico-medico-biológico.

Los requisitos que debe cumplir un establecimiento están descritos en la lista de verificación que se presenta a continuación. Los requisitos críticos que deben cumplir el 100%, se encuentran en negrita.

Para su comodidad y rápida consulta, la lista siguiente se encuentra relacionada con los requisitos explicados.

#### LISTA DE VERIFICACIÓN.

1. RECEPCIÓN DE ALIMENTOS.
2. ALMACENAMIENTO.
3. MANEJO DE SUSTANCIAS QUÍMICAS.
4. REFRIGERACIÓN.
5. CÁMARA DE REFRIGERACIÓN.
6. CONGELADORES.
7. CÁMARA DE CONGELACIÓN.
8. ÁREA DE COCINA.
9. PREPARACIÓN DE ALIMENTOS.
10. ÁREA DE SERVICIO.
11. AGUA Y HIELO.
12. SERVICIOS SANITARIOS PARA EMPLEADOS.
13. MANEJO DE BASURA.
14. CONTROL DE PLAGAS.
15. PERSONAL.
16. BAR.

### 1. RECEPCIÓN DE ALIMENTOS.

- Área de recepción limpia. Pisos, paredes y techos en buen estado. Ausencia de malos olores. Cuenta con iluminación que permite verificar el estado de los insumos.
- Báscula completa limpia y sin presencia de oxidación.
- Envases de alimentos limpios e íntegros: libres de ruptura, abolladuras, sin señales de insectos o materia extraña con fecha de caducidad o consumo preferente vigente.
- Los termómetros para medir la temperatura de los alimentos se ajustan todos los días, cuando se caen o cuando se cambia bruscamente de temperatura. Se verifica el funcionamiento de los termómetros. Se lava y desinfecta antes de su uso.
- La entrega de los productos se planea de antemano y se inspecciona inmediatamente de acuerdo a las características organolépticas establecidas para cada alimento.
- **Verifican las temperaturas recomendadas para cada producto (llevan registros). Refrigeradores máximo 4°C, congeladores -18°C.**

### 2. ALMACENAMIENTO.

- Área seca y limpia. Ventilada e iluminada.
- Piso, techo y paredes limpias. Sin cuarteaduras o grietas.
- Sin alimentos o recipientes colocados directamente sobre el piso.
- Anaqueles de superficie inerte limpios y en buen estado. Sin presencia de oxidación y/o descarapelamiento.
- Sistema establecido de PEPS (alimentos fechados e identificados). Verificar que el proceso sea completo, para su adecuada rotación.
- Recipientes y envases limpios, íntegros y cerrados (apéndice normativo A).
- Latas sin abombamientos, abolladuras o corrosión.
- Granos y productos secos sin presencia o rastros de plagas ni hongos. Envases íntegros.
- Los alimentos rechazados están identificados con etiquetas y separados del resto de los alimentos, teniendo para ello en área específica y marcada para productos rechazados.

### 3. MANEJO DE SUSTANCIAS QUÍMICAS.

- Plaguicidas almacenadas en gabinete bajo llave.
- Almacenamiento de detergentes y desinfectantes, separados de los alimentos y utensilios de cocina. Puede o no ser dentro del mismo almacén.
- Sustancias químicas en recipientes etiquetados y cerrados. Control estricto en el uso de los mismos. Indicar su toxicidad, empleo y medidas en caso de contacto o ingestión. Mostrar hojas de seguridad en su caso.

#### 4. REFRIGERACIÓN.

- Alimentos dentro del refrigerador máximo a 4°C.
- Termómetro limpio, visible y funcionando.
- Charolas de superficie inerte o rejillas limpias y en buen estado.
- Alimentos en recipientes íntegros, limpios y en buen estado.
- Sistema establecido de PEPS (alimentos fechados y etiquetados). Verificar que el proceso sea completo, para su adecuada rotación.
- Puertas limpias y empaques en buen estado.
- Alimentos rudos colocados en la parte inferior del refrigerador.
- Se llevan registros de las temperaturas de los alimentos.
- Se llevan registros de las temperaturas de las unidades.

#### 5. CÁMARA DE REFRIGERACIÓN.

- Alimentos dentro de la cámara de refrigeración máximo a 4°C.
- Termómetro limpio, visible y funcionando.
- Alimentos en recipientes íntegros, limpios y cerrados.
- Piso, techo y paredes limpias y en buen estado. Ausencia de malos olores. Focos con protección.
- Sistema establecido PEPS (alimentos fechados e identificados). Verificar que el proceso sea completo, para su adecuada rotación.
- Puertas limpias y empaques en buen estado.
- Sin alimentos o recipientes colocados directamente sobre el suelo.
- Anaqueles de superficie inerte y tarimas limpias y en buen estado.
- Los alimentos rechazados están identificados con etiquetas y separados del resto de los alimentos, pudiendo tener para ello un área de producto no conforme.
- Se llevan registros de las temperaturas de los alimentos.
- Se llevan registros de las temperaturas de las unidades.

#### 6. CONGELADORES.

- La temperatura de los alimentos mínimo a -18°C.
- Termómetro limpio, visible y funcionando.
- Charolas de superficie inerte y rejillas limpias y en buen estado.
- Puertas limpias y empaques en buen estado.
- Alimentos en recipientes o envolturas íntegras y limpias.
- Sistema establecido de PEPS (alimentos fechados e identificados). Verificar que el proceso sea completo para su adecuada rotación.
- De ser un congelador horizontal: orden y acomodo de alimentos y materia prima. Estar tapados en recipientes adecuados. No guardar diferentes tipos de alimentos en un mismo recipiente.
- Temperatura de helados mínimo a -14°C.
- Se llevan registro de las temperaturas de los alimentos.
- Se llevan registro de temperaturas de las unidades.

## 7. CÁMARA DE CONGELACIÓN.

- Temperatura de los alimentos dentro de la cámara de congelación mínimo a -18°C.
- Sin alimentos ni recipientes colocados directamente sobre el piso.
- Termómetro limpio, visible y funcionando.
- Sistema establecido PEPS (alimentos fechados e identificados). Verificar que el proceso sea completo, para su adecuada rotación.
- Alimentos en recipientes o envolturas íntegras y limpias.
- Puertas limpias y empaques en buen estado.
- Anaqueles de superficie inerte, piso, techo y paredes limpias. En buen estado. Ausencia de olores.
- Los alimentos rechazados están identificados con etiquetas y separados del resto de los alimentos, pudiendo tener para ello un área de productos de rechazo.
- Se llevan registro de las temperaturas de los alimentos.
- Se llevan registro de las temperaturas de las unidades.

## 8. ÁREA DE COCINA.

- Piso, techo y paredes lisos y sin cuarteaduras o grietas. Limpios.
- Coladeras con rejillas, en buen estado y sin estancamientos.
- Focos y fuentes de luz con protección.
- Equipo como licuadoras, rebanadoras, procesadoras, mezcladoras, peladoras, molinos y similares lavados y desinfectados después de su uso. Desarmado, lavado y desinfectado al final de cada jornada, de accesorios o partes en contacto con alimentos.
- Estufas, hornos, planchas, salamandras y freidoras limpias en todas sus partes sin cochambre y en buen estado.
- Marmitas, vaporeras y mesas calientes limpias sin cochambre y en buen estado.
- Campanas o extractores sin cochambre y funcionando.
- En caso de contar con instalaciones de aire acondicionado o yuberias en alto deben estar libres de goteos.
- Tablas de picar de acuerdo al apéndice normativo. No se permiten tablas de madera.
- Solo se emplean utensilios de superficie inerte.
- Empleo de cuchillos, tablas y utensilios distintos para alimentos crudos que para alimentos cocidos y/o se lavan y desinfectan después de su uso con productos específicos para dicho fin aprobados por la Secretaría de Salud, o mediante inmersión en agua caliente a una temperatura de 75 a 82°C por lo menos durante medio minuto.
- Utilizan trapos diferentes para alimentos crudos y para los alimentos preparados.
- Lavan y desinfectan los trapos utilizados en el área de preparación de alimentos.
- Carros de servicio limpios y en buen estado.
- Almacenan utensilios en un área específica y limpia.
- Mesas de trabajo limpias y desinfectadas después de su uso.
- Uso de detergentes y desinfectantes en el lavado de utensilios.
- Lavado con detergente y desinfección de cubiertos, vasos y vajillas.
- Las temperaturas de la máquina lavalozas deberán ser las que especifica el proveedor.
- Escamoteo previo al lavado de la loza.
- Enjuagan los trastes antes de introducirlos a la máquina.
- La carga de trastos es adecuada a la capacidad de la máquina.

- Sistema de secado de cubiertos, vajillas, vasos y utensilios debe ser a temperatura ambiente, con aire caliente, toallas de papel o trapos que cumplan con las siguientes características: limpios, de colores claros y exclusivos para ese fin, lavarse y desinfectarse, además deben ser de tamaño suficiente para que las manos no toquen los utensilios y deben cambiarse por trapos limpios y secos una vez mojados.
- Entrepaños, gavetas y repisas limpias.
- Instalaciones exclusivas dentro del área para el lavado de manos equipada con: jabón antibacteriano, cepillo en solución desinfectante, toallas desechables o secadora de aire, bote de basura con bolsa de plástico y tapa oscilante, de pedal o cualquier otro dispositivo que evite el contacto directo.
- Los botes de basura cuentan con bolsa de plástico y están tapados mientras no estén en uso.
- Se cuenta con programa de limpieza.

## 9. PREPARACIÓN DE ALIMENTOS.

- El lavado y desinfección de frutas, verduras y hortalizas, se lleva a cabo de la siguiente manera: se lavan con agua potable y jabón, una por una o en manojos pequeños. Se enjuagan perfectamente, asegurándose que no queden residuos de detergente. Se sumergen en una solución desinfectante aprobada por la Secretaría de Salud, adecuada para este uso siguiendo las instrucciones del fabricante.
- Se planea de antemano la descongelación, por medio de refrigeración, horno de microondas, siguiendo de inmediato la cocción del alimento, como parte del proceso de cocción. En casos excepcionales se descongela a chorro de agua potable, a una temperatura máxima de 20°C evitando estancamientos.
- No se sirven pescados, mariscos ni carnes crudas. En caso de los establecimientos en los que se sirven alimentos crudos, o a base de huevo crudo deberán especificar en la carta o menú que el paltillo se sirve bajo consideración del consumidor y el riesgo que esto implica.
- La mayonesa que se emplea para la preparación de los alimentos son las industrializadas a fin de asegurar que no implican un riesgo a la salud. En caso de que la mayonesa sea elaborada en el establecimiento se especifica en la carta o menú y el riesgo que esto implica.
- Temperaturas mínimas internas de cocción: cerdo y carne molida a 69°C por 15 segundos mínimo, aves o carnes rellenas a 74°C por 15 segundos mínimo y el restote los alimentos arriba de 63°C por 15 segundos mínimo.
- Los alimentos son recalentados rápidamente a una temperatura interna mínima de 74°C por 15 segundos mínimo.
- Los alimentos preparados que no se van a servir de inmediato se someten a un proceso de enfriamiento rápido.
- Se usan utensilios que minimizan el contacto directo de las manos con los alimentos tales como cucharones, pinzas, tenedores, etc.
- El personal se lava las manos después de cada interrupción de actividad.
- En caso de usar guantes, el personal se lava las manos antes de ponérselos y se los cambia después de cada interrupción de actividad.

## 10. ÁREA DE SERVICIO.

- Alimentos fríos listos para servirse y buffet a una temperatura máxima de 7°C.
- Alimentos calientes listos para servirse y buffet a una temperatura mínima de 60°C.
- Los alimentos calientes preparados y listos para servirse están tapados antes de iniciar el servicio.
- Área y estaciones de servicio limpias y funcionando.

#### 11. AGUA Y HIELO.

- Agua potable con un mínimo de 0.5 ppm de cloro residual.
- Registros e control de cloro residual en agua de suministro.
- Hielo para consumo humano elaborado con agua purificada y/o potable.
- Se cuenta con registro de mantenimiento de equipo.
- Uso de pala, pinzas o cucharón exclusivo, limpio y desinfectado.

#### 12. SERVICIOS SANITARIOS PARA EMPLEADOS.

- Los sanitarios cuentan con: agua corriente, jabón líquido antibacteriano, toallas de papel desechable o secadora de aire, papel sanitario, bote de basura provista de bolsa de plástico y tapa oscilante, de pedal o cualquier otro dispositivo que evita el contacto directo y se vacía frecuentemente.
- Puertas preferentemente sin picaporte, con cierre automático o sistema de laberinto.
- Cuenta con vestidores y lockers para el personal.

#### 13. MANEJO DE BASURA.

- Área general de basura, limpia y lejos de zona de alimentos.
- Contenedores limpios, en buen estado con tapa o bolsa de plástico según el caso.

#### 14. CONTROL DE PLAGAS.

- Ausencia de plagas.
- Se tiene contratado un servicio profesional para el control de plagas, con Licencia federal sanitaria, hojas de seguridad del producto utilizado, programa de control de plagas, registros que amparen el servicio durante los últimos tres meses

#### 15. PERSONAL.

- Apariencia pulcra.
- Uniforme limpio y completo
- Cabello completamente cubierto con cofia, red o turbante.
- Manos limpias y uñas recortadas y sin esmalte.
- El personal afectado con infecciones respiratorias, gastrointestinales o cutáneas no labora en el área de preparación y servicio de alimentos.
- El personal no utiliza joyas ni adornos.

#### 16. BAR.

- Área limpia.
- Utiliza cucharón o pinzas limpio y desinfectado para servir el hielo.
- No enfrían las botellas en el hielo con el que se preparan las bebidas de los consumidores.
- Lavan y desinfectan las licuadoras y mezcladoras después de su uso. Al final de la jornada se desarmen para lavarlas y desinfectarlas.
- Las frutas y verduras que se utilizan como adorno o en la preparación de las bebidas, se lavan, enjuagan y desinfectan.