PROCESO DIRECCIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

IDENTIFICACIÓN DE GUIA DE APRENDIZAJE AUXILIAR COCINA FUNDAMENTACION Y CONCEPTUALIZACION 2.

- Denominación del Programa de Formación: AUXILIAR COCINA.
- Código del Programa de Formación: 662121
- Nombre del Proyecto: ALISTAMIENTO Y PRODUCCION DE PRODUCTOS ALIMENTICIOS EN LAS DIFERENTES AREAS DE PRODUCCION DE ALIMENTOS DE COIBA -PICALENA, CUMPLIENDO CON ORDENES DE PRODUCCIÓN, PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD POR COVID-19
- Fase del Proyecto: PLANEACION
- Actividad de Proyecto: FUNDAMENTACION Y CONCEPTUALIZACION
- Competencia: 260201036 - APOYAR LA PRODUCCIÓN Y EL SERVICIO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS.
- Resultados de Aprendizaje Alcanzar:
    - CONTROLAR EL ESTADO FÍSICO DE LOS EQUIPOS Y UTENSILIOS EN LOS PROCESOS DETERMINADOS.
- Duración de la Guía: 48 horas.

2. PRESENTACIÓN

Señor Aprendiz!

La cocina constituye una de las expresiones culturales más contundentes de lo que se ha denominado el patrimonio intangible de las sociedades y las comunidades. Dicho patrimonio intangible u oral se distingue por su capacidad de evocar valores, sabores, modos, estilos, sazones que en cada ocasión se materializan en un platillo o una manufactura para el paladar y la celebración. Por ello en torno a las cocinas, históricamente se han organizado las sociedades dando forma a una gama inmensa de estilos de vida relacionadas con la producción en el campo, los sistemas de abasto y comercialización de alimentos, las técnicas y procedimientos de prepararlos, los artefactos y objetos de uso y los modos de compartir la mesa. Es decir que los alimentos forman parte fundamental de las economías regionales y locales y su conservación, preservación y aprecio posibilitan estimular su potencial e impacto sobre otras vertientes de la vida material y simbólica de cada lugar.

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

1. **Aplicar normas de higiene y manipulación de alimentos y bebidas. recibir materias primas e insumos para la producción.**

2. **Realizar el pre alistamiento para el mise en place teniendo en cuenta los requerimientos solicitados**.

Ambiente Requerido: Ambiente o espacio de cocina.

Materiales: Devolutivo (Muebles y equipos), Papeleria, guias de aprendizaje, lápiz, libros.

ACTIVIDADES DE CONTEXTUALIZACIÓN E IDENTIFICACIÓN DE CONOCIMIENTOS NECESARIOS PARA EL APRENDIZAJE.

PROCESOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCION

Ponemos en vuestras manos esta Guía de prácticas correctas de higiene dirigida especialmente a los responsables de los establecimientos de restauración de Cataluña y a todas las personas que trabajan preparando platos y sirviéndolos al público. La restauración es uno de los sectores con más tradición, y en Cataluña ha alcanzado un amplio y sólido reconocimiento y prestigio internacional, basado no solo en la creatividad y la innovación, sino también en el orden, el rigor y la pulcritud, cualidades que esta guía quiere contribuir a hacer totalmente transversales en el sector. Esta guía pretende ayudar a los responsables de los restaurantes y también a los trabajadores (cocineros, camareros, etc.) a interpretar la diversidad de normativas legales de seguridad e higiene de los alimentos que provienen de la Unión Europea, del Estado español y de Cataluña específicamente. La guía ha sido elaborada por un grupo de trabajo formado por profesionales del sector de la restauración y técnicos de los gremios y asociaciones de restaurantes, y por la Agencia Catalana de Seguridad Alimentaria de la Generalitat de Catalunya, con la intención de conseguir un texto consensuado y muy práctico para todas las personas implicadas en el cumplimento de las normativas higienicosanitarias aplicables y vigentes en los restaurantes. Aquellos que sigáis y cumpláis los requisitos de la guía, con toda seguridad mejoraréis las condiciones de seguridad de los alimentos que servís al público, y trabajaréis más cómodamente en cocinas, salas y almacenes, con un buen control en lo que respecta al orden y la higiene. Esta guía es también una excelente herramienta de trabajo que os permitirá formaros y que esperamos que se convierta en un estímulo para que interioricéis y practiquéis día a día lo que exige la normativa legal, garantizando la seguridad de vuestra oferta de platos elaborados.

El cuerpo humano y la ropa pueden transportar y diseminar suciedad y bacterias en los alimentos y áreas de trabajo. Para evitarlo, seguid las recomendaciones siguientes:

1. No comáis, no bebáis, no mastiquéis chicle y no fuméis en las zonas de manipulación de alimentos.

Estos hábitos no higiénicos durante el trabajo son una fuente de contaminación múltiple.

2. Usad indumentaria adecuada y evitad la ropa y el calzado de calle.

NORMA
En las zonas de manipulación de alimentos:

- Usad un gorro o un pañuelo que recoja todo el cabello.
- Llevad ropa y calzado de uso exclusivo para la manipulación de alimentos, preferentemente de color claro para detectar mejor la suciedad. Cambiaos de ropa diariamente y siempre que esté sucia y evitad entrar o salir del establecimiento con la ropa de trabajo.
- Usad calzado preferentemente cerrado y antideslizante.

3. No llevéis joyas, especialmente si son visibles (piercings, cadenas, anillos, etc.).

Las joyas acumulan una gran cantidad de bacterias, dificultan la limpieza de las manos y pueden caerse y contaminar los alimentos.

4. No llevéis lociones o perfumes de olor fuerte.

Los alimentos absorben los aromas.

5. Llevad las uñas cortas, limpias y sin esmalte.

Las uñas acumulan suciedad y bacterias.

6. Lavaos las manos con frecuencia:

En el lavamanos, con agua caliente y jabón durante 20 segundos. Es preciso aclarar el jabón con agua abundante, desde los dedos hasta los codos, y secarse las manos con papel de un solo uso.
Antes de empezar a trabajar, después de ir al baño, tocarse el cuerpo, toser, estornudar o tocar otros objetos y al cambiar el tipo de alimento.

7. Es obligatorio que uséis guantes y mascarillas cuando sea necesario.

Pueden ser necesarios en caso de estar resfriado, cuando mucha gente ha de manipular en una zona reducida, en el momento de limpiar con productos agresivos para la salud, etc. Cambiaos los guantes periódicamente: al cambiar el tipo de alimento que se está manipulando, al tocar otros objetos, etc.
La mascarilla ha de tapar la nariz y la boca.

NORMA
No utilicéis guantes de látex por el riesgo de sufrir reacciones alérgicas. Utilizad otros materiales como vinilo o nitrilo.

8. Respetad los circuitos de entrada, salida y paso de la cocina. No permitáis el paso a proveedores, camareros o cualquier otra persona extraña.

El personal externo puede introducir contaminaciones diversas a las zonas de manipulación o almacenaje de alimentos.

9. Comunicad inmediatamente cualquier alteración de la salud a la persona responsable.

Evitaréis transmitir bacterias a las zonas alimentarias. El personal médico cualificado tendrá que dar el visto bueno para poder trabajar.

10. Proteged cualquier herida de la piel con vendajes impermeables.

Las heridas son focos de microorganismos y pueden contaminar los alimentos.

NORMA

Si utilizáis apósitos en las manos, poneos guantes para evitar que caigan.
Los apósitos tendrían que ser de color azul, para poder verlos con facilidad en caso de que cayesen.

CONTAMINACIÓN CRUZADA

ALMACENAJE EN SECO:

Para garantizar la seguridad de los productos durante la conservación en seco (almacenes, despensas, etc.), respetad las recomendaciones siguientes:

1. Inspeccionad el producto que se tenga que almacenar y cambiad o retirad los envases y embalajes sucios, rotos o en mal estado. Así evitaréis acumulación de suciedad y contaminaciones microbiológicas y alergénicas.
2. Evitad que los productos queden abiertos. Así evitaréis que la suciedad y otros posibles elementos contaminantes exteriores caigan en el interior de los alimentos.
3. Evitad el contacto directo de los productos con el suelo. Así evitaréis contaminaciones por microorganismos. Se ha de evitar la acumulación de suciedad y se debe mantener una co - rrecta limpieza de los suelos. NORMA Utilizad estanterías o banquetas que se puedan limpiar por debajo y que sean de un material apto para el uso alimentario.

4. Sistema PEPS (primero en en - trar primero en salir): colocad los alimentos más "nuevos" detrás o debajo de los ya existentes. Es la rotación de existencias correcta para que no caduque nada, ya que durante la producción se coge el producto que se encuentra más a mano.
5. No admitáis latas infladas o con golpes. Infladas: contaminación bacteriana a cau - sa de una esterilización incorrecta o de la presencia de poros, las bacterias crecen y generan gas que infla las latas. Con golpes: contaminación química, a causa del óxido de la lata que entra en contacto con el alimento cuando se des - prende el esmalte del interior.
6. Disponed de una zona identi - ficada para productos no con - formes (caducados, con golpes, etc.) o etiquetad claramente los productos que se tengan que retirar. Así evitaréis el uso de productos en mal estado.

7. No almacenéis nunca alimentos con productos de limpieza u otros productos químicos. Se puede provocar la contaminación química de los alimentos.

8. Proteged todo el material que vaya a estar en contacto con los alimentos (envases, papel film y productos fungibles en general). Así evitaréis contaminar los alimentos a través del material que puede entrar en contacto con ellos.

CONSEJO Podríais utilizar una termoselladora para garantizar que el producto queda bien sellado. Almacenad los recipientes no reutilizables en pilas invertidas (hacia abajo) para evitar que la superficie de contacto quede expuesta.

9. Mantened la etiqueta original cuando traspaséis productos, o etiquetadlos con:

- Nombre del producto
- Fecha de caducidad
- Número de lote
- Ingredientes alérgenos

CONSEJO Si se guardan las etiquetas originales y los albaranes, solo será preciso poner la fecha de caducidad en el nuevo depósito o envase.

10. Retirad inmediatamente cualquier producto derramado y mantened un buen estado de limpieza y desinfección (incluir en el documento del Plan de limpieza y desinfección). Así evitaréis la atracción de plagas y el peligro de contaminaciones microbiológicas de otros alimentos en existencia. CONSEJO Podéis aprovechar las limpiezas para revisar las existencias y las fechas de caducidad del almacén..

ACTIVIDADES DE CONTEXTUALIZACIÓN E IDENTIFICACIÓN DE CONOCIMIENTOS NECESARIOS PARA EL APRENDIZAJE.

El diagrama que mostramos es genérico y, según el centro y las actividades que realice, las etapas pueden variar, pueden colocarse en un orden distinto o pueden no realizarse. En cualquier caso, el diagrama ayuda a entender las etapas básicas y a poder establecer las normas y las recomendaciones que hay que seguir en cada uno de los pasos.

Algunas de las etapas del diagrama ya han sido comentadas en el capítulo de CONTAMINACIONES CRUZADAS. Dirigíos a estos apartados para consultarlas.

Estas etapas son:
Almacenaje en seco
Almacenaje en refrigeración
Almacenaje en congelación
Manipulación de alimentos

El resto de etapas se comentan en este capítulo, agrupadas de la manera siguiente:
Recepción de materias primas
Descongelación
Cocción y recalentado
Enfriamiento y congelación
Desinfección de vegetales
Envasado
Emplatado y servicio

Es preciso asegurarse de que los suministros cumplan con los requisitos sanitarios y de calidad establecidos para evitar que los alimentos supongan un peligro para la salud de los consumidores. Para hacerlo, seguid las recomendaciones siguientes:

1.Cuando recibáis los diferentes productos, al margen de comprobar el albarán o la factura, tenéis que comprobar que su estado sea el correcto mediante el control y el registro de los aspectos siguientes:

- **Características organolépticas:** *los productos han de tener el olor, color, consistencia y características propias del producto, y no han de presentar ningún tipo de alteración.*
- **Envasado:** *envases íntegros en buen estado. Las conservas no podrán estar abolladas, infladas u oxidadas.*
- **Etiquetado:** *fecha de caducidad, número de lote, identificación del fabricante o cualquier otra información relevante, según el tipo de alimento.*
- **Temperatura**:*en general 7 ºC para la carne fresca, 4 ºC para carne de ave y conejo, 3 ºC para los despojos, 2 ºC para la carne picada y 1-2 ºC para el pescado (temperatura próxima a la de fusión del hielo). Para productos envasados que necesiten refrigeración, consultad las instrucciones de conservación de la etiqueta de cada producto y -18 ºC para productos congelados. Si los productos superan estas temperaturas no se aceptarán*
- **Peso y cantidad**

ACTIVIDADES DE CONTEXTUALIZACIÓN E IDENTIFICACIÓN DE CONOCIMIENTOS NECESARIOS PARA EL APRENDIZAJE.

PROCESOS DE COCCIÓN Y RECALENTADO

Para reducir la carga microbiológica de los alimentos mediante la aplicación de tiempo y temperatura y hacerlo de manera higiénica, seguid las recomendaciones siguientes:

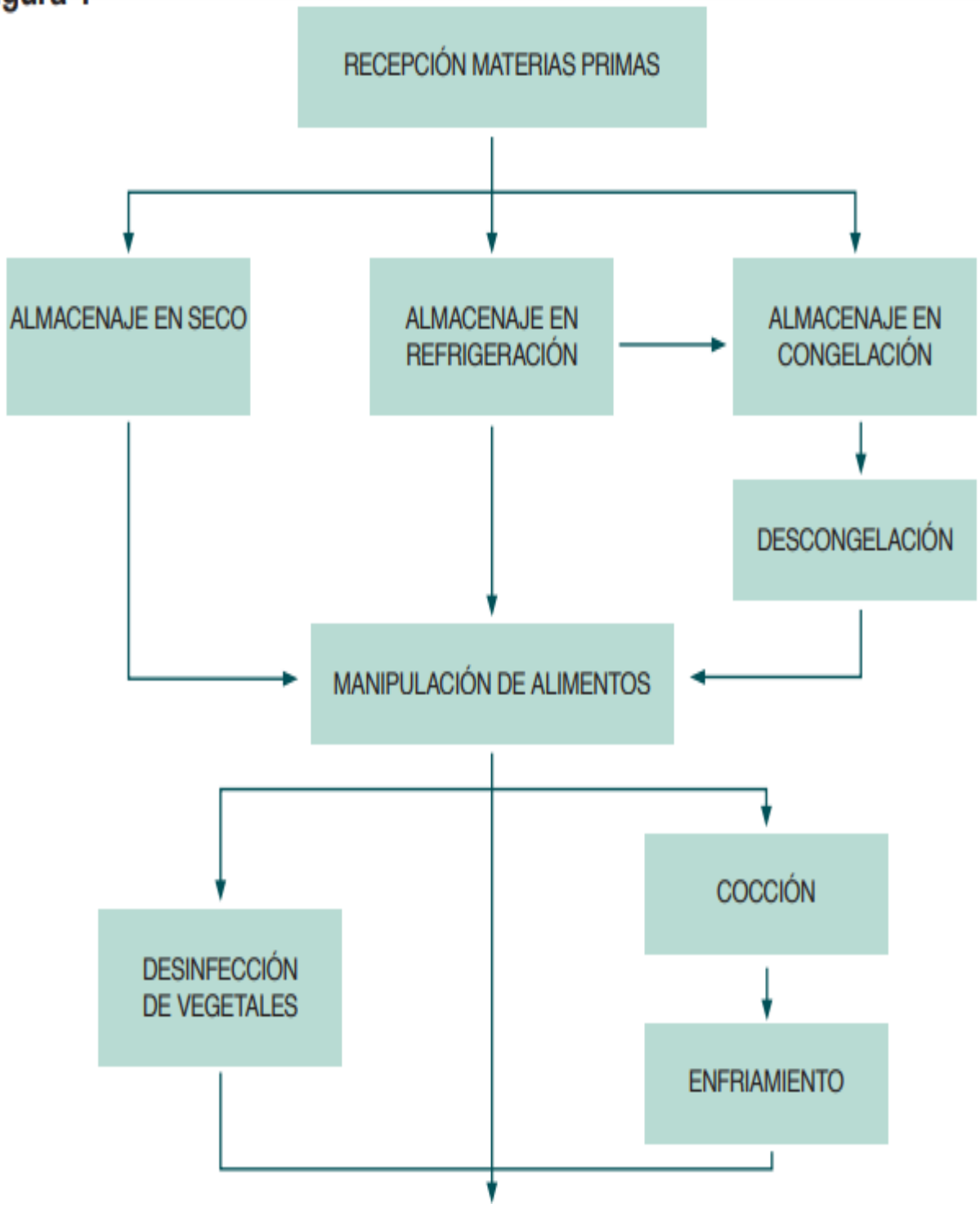
Temperaturas y tiempos

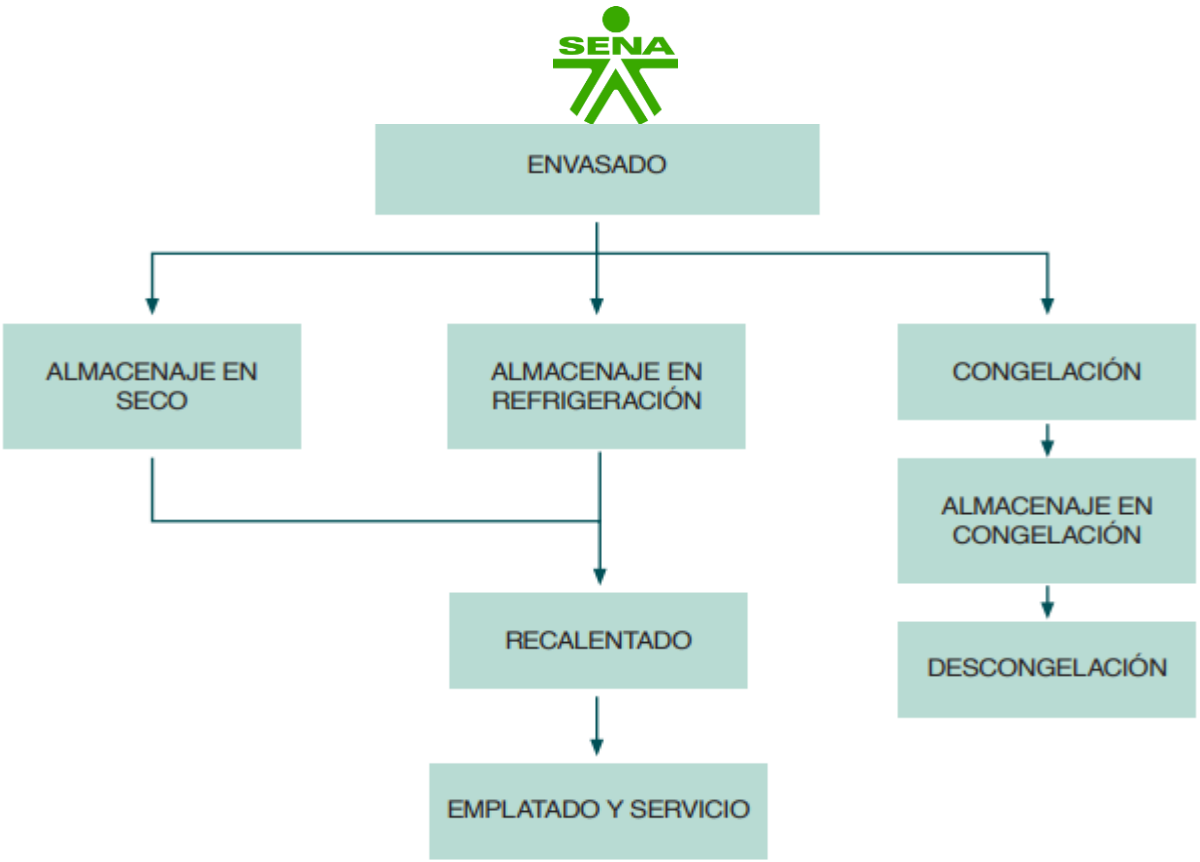
1. Para conseguir una buena cocción, alcanzad la temperatura mínima de 65 °C en el corazón del producto durante un mínimo de 30 minutos. Si subís la temperatura, podéis reducir el tiempo.

Así aseguraréis la destrucción de microorganismos patógenos.

CONSEJO
Tomad la temperatura con un termómetro con sonda, ya que la temperatura en el corazón del producto no es la misma que la que marca el horno o el aparato de cocción.

Figura 1


RECEPCIÓN MATERIAS PRIMAS
ALMACENAJE EN SECO
ALMACENAJE EN REFRIGERACIÓN
ALMACENAJE EN CONGELACIÓN
DESCONGELACIÓN
MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS
DESINFECCIÓN DE VEGETALES
COCCIÓN
ENFRIAMIENTO



Freidoras y control de aceites

5. Renovad periódicamente el aceite de las freidoras. Con el uso se forman compuestos polares (subproductos de la degradación del aceite) que pueden provocar cáncer y otras enfermedades. Se permite un máximo de 25% de compuestos polares.

Sistemas para conocer el estado del aceite y cuándo lo tenéis que cambiar:
Colorimétricas: *utilización de tiras reactivas de cambio de color.*
Viscosímetros: *equipos que miden la viscosidad del aceite.*
De conductividad: *equipos que miden la conductividad del aceite.*
También es importante el control visual, como método complementario.

CONSEJO
Siempre que sea posible, utilizad freidoras diferenciadas según el tipo de alimento (carne, pescado o precocinados).

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Evidencias de Conocimiento y Evidencias de Producto: Desarrollar actividad, de limpieza y desinfección de un equipo de cocina asignado por el instructor.	APLICA LAS TÉCNICAS Y LOS PROCEDIMIENTOS DE HIGIENIZACIÓN, MANIPULACIÓN Y CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS Y BEBIDAS DE ACUERDO CON LOS PROTOCOLOS ESTABLECIDOS.	**Observación, Resolución de problemas. Solicitud de productos y lista de chequeo.**
Evidencias de Conocimiento y Evidencias de Producto: Desarrollo de ACTIVIDAD, elaborar procesos de desinfección de 3 vegetales designados por el instructor.	ELABORA REPORTES DE RECIBO DE MATERIALES REQUERIDOS, DE DAÑOS O DETERIORO DE EQUIPOS, UTENSILIOS O BATERÍA DE COCINA DE ACUERDO CON POLÍTICAS DE LA EMPRESA	**Observación, Resolución de problemas. Solicitud de productos y lista de chequeo.**

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

Áreas de riesgo bajo (no criticas): Son las áreas que no implican exposiciones a sangre, líquidos corporales o tejidos, ejemplo: Áreas administrativas, oficinas, áreas sociales.
Asepsia: Ausencia de microorganismos que pueden causar enfermedad. Este concepto incluye la preparación del equipo, la instrumentación y el cambio de operaciones mediante los mecanismos de esterilización y desinfección.
Autocontrol: Es el control que realiza la persona a sí misma para detectar fiebre con la toma la temperatura dos veces al día permaneciendo alerta ante la tos o la dificultad para respirar o el dolor de garganta o la fatiga. La persona bajo autocontrol, debe conocer el protocolo para comunicarse con el equipo de salud a cargo si presentara alguno de estos signos o síntomas durante el período de autocontrol con el fin de determinar si necesita una evaluación médica.
Bioseguridad: Conjunto de medidas preventivas que tienen por objeto eliminar o minimizar el factor de riesgo biológico que pueda llegar a afectar la salud, el medio ambiente o la vida de las personas, asegurando que el desarrollo o producto final de dichos procedimientos no atenten contra la salud y seguridad de los trabajadores.

Desinfectante: Es un germicida que inactiva prácticamente todos los microorganismos patógenos reconocidos, pero no necesariamente todas las formas de vida microbiana, ejemplo esporas. Este término se aplica solo a objetos inanimados.
Desinfección de bajo nivel (DBN): Es realizado por agentes químicos que eliminan bacterias vegetativas, hongos y algunos virus en un período de tiempo corto (menos de 10 minutos). Como, por ejemplo, cloruro de benzalconio.
Desinfección de nivel intermedio (DNI): Se realiza utilizando agentes químicos que eliminan bacterias vegetativas, mycobacterium, virus y algunas esporas bacterianas. Aquí se incluyen el grupo de los fenoles, hipoclorito de sodio, el alcohol, la cetrimida, el grupo de amonios cuaternarios y otras asociaciones de principios activos.
El Elemento de Protección Personal (EPP): Es cualquier equipo o dispositivo destinado para ser utilizado o sujetado por el trabajador, para protegerlo de uno o varios riesgos y aumentar su seguridad o su salud en el trabajo, obteniendo a partir del uso de los elementos de protección personal (EPP) ventajas como, proporcionar una barrera entre un determinado riesgo y la persona, mejorar el resguardo de la integridad física del trabajador y; disminuir la gravedad de las consecuencias de un posible accidente sufrido por el trabajador.
Limpieza: Es la técnica mediante la cual se obtiene una reducción cuantitativa de la contaminación orgánica e inorgánica visible presente de un área, equipo o material. Se puede diferenciar una limpieza diaria rutinaria, de limpieza de mantenimiento terminal que se planifica semanal o mensualmente de acuerdo a las necesidades.
Material Contaminado: Es aquel que ha estado en contacto con microorganismos o es sospechoso de estar contaminado.
Residuos: Es cualquier objeto, material, sustancia, elemento o producto que se encuentra en estado sólido o semisólido, o es un líquido o gas contenido en recipientes o de pósitos, cuyo generador descarta, rechaza o entrega porque sus propiedades no permiten usarlo nuevamente en la actividad que lo generó o porque la legislación o la normatividad vigente así lo estipula.
Residuos peligrosos: Es aquel residuo o desecho que por sus características corrosivas, reactivas, explosivas, tóxicas, inflamables, infecciosas o radiactivas puede causar riesgo o daño para la salud humana y el ambiente. Así mismo, se considera residuo o desecho peligroso los envases, empaques y embalajes que hayan estado en contacto con ellos.
Elementos de Aseo: Escobas, trapeadores, recogedores, cepillos, espátulas, baldes, trapos, esponjas, máquinas de limpieza, bolsas de residuos, carros transportadores de desechos, carros escurridores, mangueras (de calibre y largo variable)

6. REFERENTES BILBIOGRÁFICOS

Webgrafía
Biblioteca virtual SENA http://biblioteca.sena.edu.co/
Puede acceder a colecciones de libros, revistas, artículos, índices bibliográficos, resúmenes y tesis en texto completo en inglés y español.

Bibliografía

1. Guía profesional de cocina. Jaime Alzate Londoño.
2. Guía para el consumidor, corte de carnes. Divulgación tecnológica. Centro Nacional de Hotelería Turismo e Industrias Alimentarias. Folleto Nº 1.
3. Quiroga Tapia Guillermo Zootecnista Profesor U N. Higiene del Proceso del Sacrificio y Faenado de Animales y Conservación de las Carnes. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación FAO. Proyecto: TPC/0051 Matadero Modular.

4. Loewer E. Profesor Escuela Hotelera de Lausanne. Cocina para Profesionales. Editorial Paraninfo. 1970.

5. https://www.minambiente.gov.co/images/AsuntosambientalesySectorialyUrbana/Talento_humano/Circular.

6. Graciela M. de Flores, Marcela Gonzalez Garza, Covadonga Torre Marina, Iniciación en las técnicas de culinarias , Editorial Limusa 2012.

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	**Mauricio Reyes**	**Instructor**	**Cocina**	**15/07/2023**

8. CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					