PROCESO DIRECCIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE Codigo 92130026
MANIPULACION DE ALIMENTOS.

- Denominación del Programa de Formación: MANIPULACION DE ALIMENTOS
- Código del Programa de Formación: 92130026
- Nombre del Proyecto: N/A
- Fase del Proyecto: N/A
- Actividad de Proyecto: N/A
- Competencia: REALIZAR LA ASEPSIA EN EL ÁREA DE TRABAJO DE ACUERDO CON LOS PARÁMETROS DE SEGURIDAD E HIGIENE REQUERIDOS POR EL PRODUCTO..
- Resultados de Aprendizaje Alcanzar:
    1. GARANTIZAR LA INOCUIDAD DE LOS PRODUCTOS PREPARADOS O PROCESADOS, SEGÚN LA LEGISLACIÓN Y NORMATIVIDAD DE LA EMPRESA.
    2. APLICAR BUENAS PRÁCTICAS DE MANUFACTURA SEGÚN NORMAS DE BPM Y SALUD Y SEGURIDAD VIGENTES.
    3. HIGIENIZAR INSTALACIONES, UTENSILIOS Y EQUIPOS, MEDIANTE LA APLICACIÓN DE TÉCNICAS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DEFINIDAS EN LOS PROGRAMAS DE SANEAMIENTO EN EL MARCO DE DESARROLLO DE LA PRODUCCION.
    4. MANEJAR Y DISPONER RESIDUOS SÓLIDOS Y LÍQUIDOS RESULTANTES DE LOS PROCESOS CON RESPONSABILIDAD, DE ACUERDO CON LOS PARÁMETROS ESTABLECIDOS DE BIOSEGURIDAD PARA LA DISPOSICIÓN FINAL Y TECNOLOGÍAS LIMPIAS.

Duración de la Guía: 30 horas.

2. PRESENTACIÓN

Apreciado Aprendiz!
Manipular alimentos es un acto que sin importar nuestro oficio, todos realizamos a diario. Bien sea como profesionales de la gastronomía, como amas de casa, como expendedores.....o como socios del Club del Trueque!

Muchas veces se cree que quienes preparan los alimento son únicamente los operarios y supervisores de plantas, los cheffs y cocineros en hoteles, confiterías o restaurantes, pero la verdad es que hay muchas otras personas que con su esfuerzo y trabajo pueden contribuir diariamente a que los alimentos que consumimos tengan una calidad higiénica que nos evite a todos el peligro de enfermedades.

Todos hemos escuchado hablar de enfermedades como la diarrea y otras de tipo gastrointestinal, las cuales se presentan no por buena o mala suerte, sino por cuestiones de falta de higiene al preparar los alimentos. Las manos y uñas esconden gérmenes que se multiplican loa alimentos y son los que nos pueden causar las enfermedades.

Las enfermedades transmitidas por alimentos afectan a la población más susceptibles como son niños, ancianos, mujeres embarazadas y personas enfermas y se sabe que cerca de dos terceras partes de las epidemias por esta causa, ocurren por consumo de alimentos en restaurantes, cafeterías, comedores escolares y en las mismas viviendas.



3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

• Descripción de la(s) Actividad(es)	1 ELABORAR UNA PREPARACIÓN RECONOCIENDO LAS NORMAS HIGIÉNICO - SANITARIAS DEL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.
• Descripción de la(s) Actividad(es)	2. DESARROLLAR EL TALLER DE DESCRIPCION DE LAS TÉCNICAS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EN: MANOS, SUPERFICIES, EQUIPOS Y MENAJE SEGÚN LAS NORMAS.

ACTIVIDADES DE APROPIACIÓN DEL CONOCIMIENTO (CONCEPTUALIZACIÓN Y TEORIZACIÓN).

Contribución del Manejo higiénico de los Alimentos a la Salud Familiar y de la Población

Conceptos sobre Salud y Enfermedad

La Salud a diferencia de lo que muchos creen, no es la ausencia de enfermedad y debe ser entendida como un completo estado de bienestar físico, mental y social. El aporte de alimentos SANOS es fundamental, para evitar enfermarnos por su consumo, pero también para nutrirnos debidamente.

Las enfermedades transmitidas por alimentos se adquieren, entonces, al consumir alimentos que se han contaminado durante su obtención o elaboración y es bueno saber que éstas enfermedades son producidas casi siempre por un mal manejo de los alimentos al momento de prepararlos, pero lo importante es que adoptando hábitos higiénicos adecuadas en su manejo, es posible evitarlas.

Tipos de enfermedad

Básicamente los alimentos contaminados pueden causar dos tipos de enfermedad:

Infección: se presenta cuando consumimos un alimento contaminado con gérmenes que causan enfermedad, como pueden ser bacterias, larvas o huevos de algunos parásitos. Puede ser el caso de bacterias como Salmonela, presente con más frecuencia en huevos, carnes, pollos, lácteos, vegetales crudos y frutas cortadas o peladas. Lo importante de las infecciones, es que pueden ser prevenidas adoptando medidas higiénicas adecuadas para evitar que los alimentos se contaminen. Por ejemplo, asegurando una cocción completa de los alimentos en el momento de prepararlos, o realizando un buen lavado y desinfección de los que habitualmente se consumen en estado crudo como son las verduras y las frutas.



Intoxicación: se presenta cuando consumimos alimentos contaminados con productos químicos, o con toxinas producidas por algunos gérmenes, o con toxinas que pueden estar presentes en el alimento desde la captura, recolección o desde la producción primaria o la cría, como es el caso de las toxinas contenidas en algunos mariscos. Algunas de las toxinas que causan con más frecuencia enfermedades en la población, son por ejemplo las producidas por bacterias como el estafilococo

dorado (aureus), que puede estar presente en heridas de las manos o la piel, en granitos, en ojos u oídos con pus, así como en la nariz o garganta de las personas.
Cantidades importantes sobre éste, la bacteria produce la toxina causante de la enfermedad, la que en este caso tiene la particularidad de ser resistente al calor, con lo cual ni siquiera la cocción o recalentamiento logran eliminarla del alimento. Otro ejemplo de intoxicación es la del botulismo, causada por toxinas producidas por una bacteria en alimentos como embutidos y enlatados, o conservas, especialmente si son preparados en forma no adecuada en ambientes caseros.

Las intoxicaciones también se pueden presentar cuando productos como los mariscos, especialmente los del tipo mejillón, ostra, berberecho, vieira o caracol, han sido recolectados en aguas contaminadas por el fenómeno de “marea roja”, lo que ocasiona que la carne de estos productos, tome contacto con una toxina presente en las algas marinas.



Enfermedades Más Comunes Transmitidas por los Alimentos

Las Enfermedades Transmitidas por Alimentos, de acuerdo a las cifras que maneja la Organización Mundial de la Salud (OMS) constituyen uno de los problemas de salud más extendido en el mundo actual y son causa importante de reducción de la productividad y de ausencia laboral.

Una lista grande de gérmenes como bacterias, virus y parásitos son los principales causantes de las diarreas, que son la manifestación más frecuente de este tipo de enfermedades que son transmitidos al hombre por medio del alimento o del agua contaminada.

Es bueno tener en cuenta que las enfermedades que se describen adelante, no siempre se presentan tal cual acá se relata, ya que los síntomas pueden variar, dependiendo de la cantidad de alimento consumido, el estado de salud de la persona, la cantidad de bacterias o de toxina en el alimento y otros factores.

Prevención: Los buenos hábitos del manipulador son Las esporas son muy resistentes al calor y la cocción fundamentales, por lo cual las normas de higiene común no las destruye e incluso facilita su personal como el lavado frecuente de las manos, el germinación sobre el alimento si este es mantenido a evitar tocarse la cara, el pelo, manipular con guantes temperatura ambiente luego de

la cocción. siempre limpios los alimentos cocidos o listos para consumir y el conservar los alimentos en frío cuando





Prevención: Cocción profunda de los alimentos; sea indicado, son las principales medidas de evitar preparar carnes en trozos voluminosos; separar prevención que pueden ser adoptadas por el la carne cocida de su líquido de cocción para manipulador. minimizar el ambiente sin oxígeno y proceder a enfriar rápidamente si no se va a consumir en las dos horas siguientes. Higiene personal, de utensilios y maquinarias. No recalentar los alimentos, salvo que se alcancen los 100 0C y se sirvan inmediatamente



Intoxicaciones con sustancias químicos:

En todos los lugares donde se preparan alimentos, se manejan para la limpieza o el control de plagas, diferentes sustancias químicas peligrosas como los detergentes y los plaguicidas, los cuales de no ser debidamente etiquetados, transportados, almacenados y utilizados, pueden dar lugar a la contaminación de los alimentos y a la aparición de brotes de enfermedades, ocurridos casi siempre

por brotes de enfermedades, ocurridos casi siempre por equivocaciones o confusiones en su manejo.



Fuentes: Alimentos contaminados con plaguicidas u otras sustancias químicas, casi siempre por transportar o almacenar estas en el mismo lugar con los alimentos o por confundirlas con alimentos en polvo.
Prevención: Correcto etiquetado de alimentos y materias primas; almacenamiento en lugares separados de alimentos y de sustancias químicas.

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

HIGIENE DEL PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS

1 EL SER HUMANO COMO FUENTE DE CONTAMINACIÓN

Las personas que manipulan alimentos son una de las principales fuentes de contaminación. Los seres humanos albergan gérmenes en ciertas partes de su cuerpo que pueden transmitirse a los alimentos al entrar en contacto con ellos y causar enfermedad.

La **piel,** las **manos,** la **nariz,** la **boca,** los **oídos** y el **pelo** son partes del cuerpo humano a las que se debe prestar especial atención cuando se manipulan alimentos.

También debe tenerse especial cuidado con los **cortes o heridas,** con el tipo de ropa que se utiliza durante el trabajo, con los objetos personales y con los hábitos higiénicos en general.



A Manos y piel

El manipulador de alimentos entra frecuentemente en contacto con los productos a través de sus manos. Por este motivo se debe extremar la higiene de esta parte del cuerpo y actuar del siguiente modo:



- Lavarse las manos siempre antes de empezar a trabajar y cada vez que las circunstancias lo requieran (ver cuadro).
- Mantener las uñas cortas, cuidadas y libres de suciedad. Además no deben llevarse pintadas.
- Proteger cuidadosamente los cortes o heridas de las manos con apósitos impermeables, para evitar que entren en contacto con los alimentos.

• ¿CÓMO DEBEN LAVARSE LAS MANOS? •

- Mojar las manos y los antebrazos con agua caliente para abrir los poros.



- Enjabonar desde el codo hasta las uñas con jabón líquido, mejor si es germicida, frotando las manos entre sí meticulosamente.
- Cepillar las uñas.
- Aclararlas bien con agua fría para cerrar los poros, cuidando de que no queden restos de detergente.



- Secarlas con una toalla de papel desechable o con aire.

¿Cuándo deben lavarse las manos?

- Antes de comenzar el trabajo.
- Después de utilizar los servicios higiénicos.
- Cuando se cambie de actividad.
- Después de tocarse el pelo, nariz, boca, etc.
- Después de manipular alimentos crudos como carne, pollo, pescado, huevos u otros alimentos potencialmente peligrosos.
- Después del contacto con animales.
- Después de manipular basuras, dinero, útiles de limpieza o compuestos químicos.
- Y siempre que las circunstancias lo requieran.





El manipulador de alimentos debe ducharse o bañarse regularmente para asegurarse de que su piel no es portadora de microorganismos perjudiciales y para evitar olores corporales.

Nariz, boca y oídos

En la nariz y en la boca del 40-45 % de las personas se encuentra un tipo de bacteria llamada Staphylococcus aureus. Los estafilococos se diseminan muy fácilmente al hablar, toser o estornudar, y son los causantes de muchas toxiinfecciones alimentarias

Para Evitar la Contaminación por Estafilococos

NO	SÍ
Toser ni estornudar sobre los alimentos. Si el manipulador está resfriado no debería trabajar directamente con los alimentos.	Ladear la cabeza y utilizar pañuelos de papel de un solo uso para toser o sonarse, lavándose las manos después.
No hablar directamente encima de los alimentos.	Alejarse ligeramente de la zona de preparación, hablando en otra dirección.
No comer caramelos, mascar chicle ni fumar mientras se manipulan alimentos.	Comer, beber o fumar, siempre fuera del puesto de trabajo, en los lugares establecidos para ello.
No probar la comida con el dedo.	En caso necesario, probar la comida con un cubierto limpio, lavándolo siempre después de su utilización.

Ropa de trabajo La ropa de calle se contamina con frecuencia con polvo, humos y gérmenes que pueden pasar a los alimentos, por lo que el manipulador de alimentos ha de utilizar en su trabajo una vestimenta adecuada y exclusiva para las labores de manipulación. Veamos cuáles deben ser las características de esa ropa de trabajo:



Veamos cuáles deben ser las características de esa ropa de trabajo:

- Estar siempre limpia.
- Ser de color claro.
- Preferentemente sin bolsillos ni cremalleras.
- Amplia y adaptada a los movimientos del manipulador.
- De tejidos que absorban fácilmente el sudor y lavable o desechable.
- Con cubrecabezas efectivo.

EDUCACION Y HABOTOS HIGIENICOS DEL MANIPULADOR DE ALIMENTOS

Las personas que trabajan como manipuladores de alimentos deben mantener en todo momento unos hábitos higiénicos que garanticen la seguridad de los alimentos que preparan.
Recordemos algunos de esos hábitos o actitudes indispensables.

El manipulador de alimentos debe:

- Informar a sus superiores si sufre cualquier enfermedad que pueda originar la contaminación de los alimentos (vómitos, diarreas, resfriados, afecciones de la piel...).

- Cumplir las normas de higiene personal: lavado de manos, protección del pelo, aislamiento de heridas, aseo personal y actitudes higiénicas en general.

- Llevar la ropa de trabajo adecuada y velar por su conservación y limpieza.

- Mantener su puesto de trabajo limpio y ordenado, así como los útiles y equipos en buen estado.
- Informar de cualquier anomalía que pueda alterar la calidad higiénica de los alimentos.

- Y, en general, evitar gestos como rascarse la cabeza, tocarse la nariz, mojar los dedos con saliva, etc



RECUERDA

Antes de comenzar a trabajar, es necesario asegurarse de que todo el personal manipulador de alimentos está adecuadamente formado e informado de las necesidades higiénicas básicas de este tipo de trabajos.

Prevenir es mejor que curar.

4. **ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN**

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Evidencias de Conocimiento, Desempeño y producto: Elaborar una preparación reconociendo las normas higiénico - sanitarias del manipulador de alimentos.	RECONOCE LAS NORMAS HIGIÉNICO - SANITARIAS DEL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.	Observación, Interrogatorio, Resolución de problemas. Solicitud de productos y lista de chequeo.
Evidencias de Conocimiento, Desempeño y producto: Desarrollar el taller de descripcion de las técnicas de limpieza y desinfección en: manos, superficies, equipos y menaje según las normas.	ANALIZA LA IMPORTANCIA DE LAS MEDIDAS DE VIGILANCIA Y CONTROL EN LA MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS SEGÚN NORMATIVA Y PRINCIPIOS ÉTICOS	Observación, Interrogatorio, Resolución de problemas. Solicitud de productos y lista de chequeo.

5. **GLOSARIO DE TÉRMINOS**

Manipuladores de alimentos

Aquellas personas que durante su actividad laboral entran en contacto directo con cualquier tipo de alimento en alguna de las etapas de elaboración, transformación, preparación, fabricación, envasado, distribución, transporte, almacenamiento, servicio, venta o suministro. Debe seguir unas pautas correctas de higiene y seguridad alimentaria.

Curso de manipulación de alimentos

Formación mediante la cual se transmiten a los manipuladores de alimentos los conocimientos requeridos para desempeñar su actividad laboral manteniendo los niveles de calidad, higiene y seguridad alimentaria, de forma que se favorezca la prevención de posibles riesgos para la salud de los consumidores.

Examen de manipulación de alimentos

Cuestionario de evaluación que sirve para comprobar que la persona ha adquirido los conocimientos sobre seguridad e higiene alimentaria que se deben aplicar en cualquier actividad en la que se esté en contacto con productos alimenticios y conoce las pautas fundamentales que se deben adoptar.

Título de manipuladores de alimentos

Documento que se emplea para acreditar que se ha superado correctamente la formación para manipular alimento, según lo establecido en las normas de manipulación de alimentos vigentes actualmente. Aunque puede presentarse en diversos formatos (tanto certificado como carnet de manipulador), lo fundamental es la información que se muestra en dicho documento: centro de formación responsable de impartir el curso, temario del programa formativo y datos del alumno que ha superado la formación.

Alimentos

Se trata de sustancias o productos destinados a ser ingeridos por seres humanos, que pueden haber sido transformados o no. Se encargan de aportar valor nutricional y energía al organismo para su correcto desarrollo y para el mantenimiento de sus funciones vitales.

Alergia alimentaria

Respuesta del sistema inmunitario ante ciertos alimentos que puede provocar una reacción con efectos que van desde inflamación, tos y dolores de estómago hasta dificultades en la respiración, disminución de la tensión arterial o incluso shocks anafilácticos con riesgo de muerte.

Intolerancia alimentaria

Incapacidad del sistema digestivo para digerir adecuadamente ciertos alimentos o sustancias sin sufrir efectos adversos sobre la salud. Aunque puede compartir síntomas similares a los de una alergia, sin embargo en estas reacciones no interviene el sistema inmunológico.

Alérgenos

Sustancias que pueden provocar una reacción de hipersensibilidad en el organismo. El reglamento UE 1169/2011 establece un listado de 14 alérgenos o sustancias con riesgo alimentario, cuya presencia debe informarse al consumidor para evitar posibles riesgos para su salud.

Intoxicación alimentaria

Proceso provocado al ingerir alimento o agua contaminados por bacterias, parásitos, virus o toxinas. Entre sus síntomas se encuentran dolores estomacales, diarrea, vómitos, fiebre y deshidratación. La mayoría de estas intoxicaciones son agudas, se producen súbitamente y duran un corto periodo de tiempo.

Alimento nocivo

Es aquel que al consumirlo puede provocar efectos perjudiciales en el consumidor, pudiendo ser tanto efectos de forma aguda como crónica.

Seguridad alimentaria

Se refiere al uso de distintas estrategias y recursos para garantizar tanto la disponibilidad como el acceso de forma periódica al consumo de alimentos inocuos, nutritivos y seguros por parte de la población.

Inocuidad de los alimentos

Medidas dirigidas a garantizar que los productos alimenticios no causarán daño a la salud del consumidor si se preparan y/o ingieren según su uso establecido. Se considera uno de los aspectos fundamentales que se deben atender dentro de la seguridad alimentaria.

Enfermedades de transmisión alimentaria

Se trata de un grupo de enfermedades, sobre todo de tipo gastroentérico, provocadas por el consumo de algún tipo de alimento en mal estado sanitario y microbiológico. Son causadas por alimentos insalubres que contienen parásitos, virus, bacterias o sustancias químicas nocivas.

Higiene alimentaria

Medidas y condiciones necesarias para evitar posibles peligros sanitarios y garantizar que un producto alimenticio es apto para el consumo humano y que por lo tanto, no va a suponer un riesgo para la salud de sus consumidores.

Alimento perecedero
Aquel que por sus características exige condiciones especiales de conservación, manejo y tratamiento, debido a que su descomposición se encuentra muy determinada por factores como la temperatura o la humedad, por lo que se produce con mayor rapidez y facilidad.

Contaminación
Presencia en el alimento de sustancias químicas, cuerpos extraños, toxinas, bacterias, parásitos... de forma que lo hacen inadecuado para el consumo por las personas ya que puede poner en riesgo su salud.

Contaminación cruzada
Consiste en la transferencia de microorganismos de un alimento contaminado, normalmente crudo, a otros no contaminados. Puede producirse mediante el contacto directo entre alimentos o de forma indirecta ya sea a través las manos del personal o del material utilizado (utensilios, equipos o superficies).

APPCC
Se trata del sistema de Análisis de Peligros y Puntos de Control Críticos, implantado por las empresas alimentarias para garantizar la calidad sanitaria. Es una herramienta que permite identificar, evaluar y controlar los posibles peligros para la inocuidad del alimento.

Empresas alimentarias
Toda empresa pública o privada que desarrolle una actividad relacionada con alguna de las etapas de producción, transformación y distribución de los productos destinados a la alimentación.

Trazabilidad
Procedimientos que permiten controlar la evolución de un alimento dentro de la cadena alimentaria, identificando todo el proceso que sigue y las distintas fases por las que pasa dentro de su producción, transformación y distribución. Es un sistema que proporciona información de gran utilidad y puede convertirse en herramienta clave en el control de actividades dentro de la empresa, en la gestión de problemas e incluso en la retirada de productos del mercado.

Control sanitario
Conjunto de actividades desarrolladas por las Administraciones Sanitarias Competentes cuya finalidad es comprobar la conformidad de los productos destinados a la alimentación, de forma que se puedan prevenir posibles riesgos para la salud pública.

Envasado
La introducción de un producto alimenticio en un recipiente o envase para su conservación o transporte.

Embalaje
La colocación de uno o más productos alimenticios envasados en un segundo recipiente.

Productos sin transformar
Aquellos productos alimenticios que no han sido sometidos a una transformación, incluyendo aquellos productos que han sido triturados, divididos, deshuesados, picados, pelados, cortados, molidos, refrigerados y congelados.

Transformación
Acción que altera sustancialmente el producto inicial: secado, maduración, tratamiento térmico, ahumado, curado, marinado, extracción...

Cadena de frío
Se conoce con este nombre a la serie de pasos que se deben seguir para garantizar la correcta refrigeración o congelación de un producto perecedero. Es importante que no se producta una ruptura en esta cadena para que la calidad del producto alimenticio no se vea perjudicada.

Consumo preferente
Fecha a partir de la cual las propiedades y la calidad de un producto descienden. Para disfrutarlo en perfectas condiciones, será aconsejable consumirlo antes de que llegue la fecha indicada, aunque en caso contrario, su consumo tampoco implicará un riesgo grave para la salud de las personas.

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. Guía Didáctica. Tiraje: 1ª. Edición. 2012. Edición y Distribución Ministerio de Salud Viceministerio de Políticas de Salud Calle Arce No. 827, San Salvador. Teléfono: (503) 2202 – 7000.
6. La documentación oficial del Ministerio de Salud (MINSAL), puede ser consultada través de página oficial: http://www.salud.gob.sv/index.php/temas/politicas-de-salud/promocion-de-la-salud

Construya o cite documentos de apoyo para el desarrollo de la guía, según lo establecido en la guía de desarrollo curricular

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	**Mauricio Reyes**	**Instructor**	**Cocina**	**02/09/2023**

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

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					