ACTA No 275

FECHA: Bogotá, 18 de Octubre de 2024

HORA: 1:00 pm

LUGAR: Centro Cuidado Transitorio Samper Mendoza

TEMAS:

1. Clasificación de los alimentos y microorganismos
2. Contaminación de los alimentos y Enfermedades transmitidas por alimentos.
3. Personal manipulador de Alimentos

ASISTENTES: Anexo listado de Asistencia

ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo
2. Realización del pre test
3. Socialización de los temas
4. Resolución de dudas y preguntas
5. Realización del post test

DESARROLLO:

FACTORES QUE FAVORECEN Y DESFAVORECEN LA REPRODUCCIÓN DE MICROORGANISMOS

Factores que favorecen su reproducción:

Nutrientes: Proteínas. Los alimentos ricos en nutrientes, como por ejemplo: La leche, la carne, las cremas, los huevos y los productos de cada uno de estos, son más propensos a contaminación
Temperatura: Las bacterias se pueden clasificar en psicrófilas, termófilas, y mesófilas en función de su temperatura óptima de reproducción.
Las bacterias mesófilas alcanzan su mayor reproducción a temperaturas cercanas al cuerpo humano, y por lo tanto, debemos seguir ciertas pautas para evitar su multiplicación.

En términos generales, se considera que bajo los **5°C**, se retrasa el crecimiento y la multiplicación de las bacterias, entre los **60°C y 70°C** la reproducción de bacterias es escasa o nula y sobre los **70°C** (cocción adecuada) asegura un alimento inocuo y seguro.
su alto valor nutritivo también sirven de alimento a los microorganismos.

Agua: Indispensable para la vida de las bacterias. Alimentos como leche, mayonesa, cremas tienen una combinación alta de agua y nutrientes.

Factores que desfavorecen su reproducción:

• **Acidez:** Las bacterias crecen fácilmente sobre alimentos poco ácidos como son la gran mayoría de los alimentos que habitualmente preparamos. Ejemplo: pescado, carne, pollo, etc.

• **Azúcar:** Alimentos con altos contenidos de azúcar desfavorecen la reproducción de microorganismos, ya que el azúcar disminuye el agua disponible en el alimento. Ejemplo: mermeladas, dulce de leche, etc.

• **Sal:** Alimentos con alto contenido de sal origina una disminución del agua disponible para las bacterias y por lo tanto son poco favorables a la reproducción, por ejemplo, el pescado salado.

Qué son las Enfermedades transmitidas por los alimentos? (ETA)

Las enfermedades de transmisión alimentaria (ETA) son aquellas enfermedades de carácter infeccioso o toxico, causadas por agentes (biológicos, químicos o físicos) que penetran al organismo usando como vehículo un alimento.

Causas más comunes de enfermedades transmitidas por alimentos

Las enfermedades transmitidas por alimentos (ETA) es un término que se aplica a todas las enfermedades adquiridas por medio del consumo de alimentos contaminados.

Las causas más comunes son intoxicaciones e infecciones.

Infección: Presente cuando se consume 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 Salmonella presente en huevos, carnes, pollos, lácteos, vegetales crudos y frutas cortadas o peladas.

Intoxicación: Presente cuando se consume alimentos contaminados con productos químicos, toxinas producidas por algunos gérmenes, o con toxinas que pueden estar presentes en el alimento.

Síntomas más comunes de las enfermedades transmitidas por los alimentos (ETA)

Las enfermedades que se presentan a continuación no siempre se expresan de la forma que indica este manual, ya que la sintomatología de una enfermedad varía al incorporar distintas variables, como, por ejemplo: cantidad de alimento consumido, estado de salud de la persona, cantidad de bacterias o de toxina en el alimento y otros.

Independientemente de la enfermedad que se presente y excluyendo las variables anteriormente mencionadas, las ETA tienden a tener en común los **siguientes síntomas:**

• *Dolor de estómago,*
• *Vómitos,*
• *Diarrea y*

• *Malestar general.*

Enfermedades más comunes transmitidas por los alimentos.

Salmonelosis y Fiebre Tifoidea	
Agente Causal	Causado por la bacteria Salmonella spp (Gram-negativa) Existen dos especies del género Salmonella que pueden causar enfermedad en los seres humanos: 1. S. entérica (la de mayor preocupación para la salud pública) y; 2. S. bongori. Dependiendo de su serotipo pueden producir dos tipos de enfermedades: 1. Salmonelosis no tifoidea; 2. Fiebre tifoidea.
Vía de Trasmisión	Oral.
Tiempo de Incubación	Salmonelosis no tifoidea: 6 a 72 horas después de la exposición. Duración de 4 a 7 días. Fiebre tifoidea: 1 a 3 semanas después de la exposición. Duración hasta 2 meses.
Síntomas	1. Salmonelosis no tifoidea: Náuseas, vómitos, calambres abdominales, diarrea, fiebre, dolor de cabeza. 2. Fiebre tifoidea: Fiebre alta, letargo, síntomas gastrointestinales (dolor abdominal y diarrea), dolor de cabeza, dolores musculares, pérdida de apetito. Existen ocasiones donde la fiebre tifoidea se presenta con una erupción de manchas en la piel de color rosado.
Alimentos Involucrados	Carnes crudas, mariscos crudos, huevos crudos, frutos secos crudos (y otros alimentos secos), frutas y verduras, entre otros. La enfermedad tifoidea por lo general se asocia con aguas contaminadas, o cultivos de regadío con aguas residuales contaminadas. Dentro de las fuentes ambientales del organismo incluyen: El agua, el suelo, los insectos, las superficies de fábrica, superficies de la cocina, y las heces de animales, entre otros. Por otra parte, también son portadores de Salmonella los animales domésticos como: Reptiles y pollitos.
Medidas de Control	1. Cocción completa; 2. Lavado de manos, 3. Separar los alimentos crudos de los alimentos cocidos, y; 4. Mantener los alimentos a la temperatura correcta de refrigeración (5ºC o menos).

Intoxicación Estafilocócica	
Agente Causal Causado por la bacteria Staphylococcus aureus (Gram-positivo).	
Vía de Trasmisión	Consumo de alimentos contaminados con enterotoxinas de S. aureus o ingestión de la enterotoxina preformada.
Tiempo de Incubación	1 a 7 horas después de la exposición (ésta varía en función de la susceptibilidad individual a la toxina, la cantidad de toxina ingerida, y la salud general del individuo). Duración desde un par de horas a 1 día.
Síntomas	Náuseas, calambres abdominales, vómitos y diarrea. En casos más graves, deshidratación, dolor de cabeza, calambres musculares, y pueden ocurrir cambios transitorios en la presión arterial y el pulso. Casos graves pueden requerir hospitalización.
Alimentos Involucrados	Comúnmente los brotes provocados se relacionan con un alto nivel de manipulación durante el proceso y preparado de los alimentos y/o falta de una refrigeración adecuada. Alimentos que se han vinculado a este tipo de intoxicación alimentaria incluyen: Carne y productos cárnicos, aves de corral y huevos, ensaladas, productos de panadería (pasteles rellenos de crema, pasteles de crema y pasteles de chocolate), leche y productos lácteos.
Medidas de Control	1. Lavar apropiadamente frutas y verduras crudas, superficies de la cocina, utensilios, y manos; 2. Separar los alimentos crudos de los cocidos; 3. Cocinar alimentos crudos de acuerdo con las instrucciones del fabricante; 4. Refrigerar los alimentos cocidos tan pronto como sea posible (incluidos los alimentos sobrantes); y 5. Utilizar leche pasteurizada.

Enterocolitis por E. Coli enteropatogenica	
Agente Causal	Causado por la bacteria Escherichia coli (Gram-negativa).
Vía de Trasmisión	Oral.
Tiempo de Incubación	Cerca de 4 horas después de la exposición. Duración de 21 a 120 días.
Síntomas	Diarrea acuosa, vómitos, y fiebre leve.
Alimentos Involucrados	Todos los alimentos y líquidos contaminados con heces pueden transmitir la enfermedad. Ejemplo de transmisión de la enfermedad: Persona infectada con E. coli que después de ir al baño no se lava las manos apropiadamente antes de manipular alimentos.

Medidas de Control	1. Enfriar rápidamente los alimentos; 2. No mantener los alimentos a temperatura ambiente; 3. Cocinar y recalentar bien los alimentos; 4. Cuidar la Higiene personal; 5. Evitar la contaminación cruzada; y 6. Proteger las fuentes de agua.
Dato	Existen otros tipos de E. coli que puede causar enfermedades de transmisión alimentaria. Entre ellas, destaca la E. coli Enterohemorrágica, principalmente la E. coli O157:H7, que provoca graves daños a la salud humana, como por ejemplo: insuficiencia renal, entre otros.

Gastroenteritis por Clostridium perfringens	
Agente Causal	Causado por la bacteria Clostridium perfrigens (Gram-positiva) y sus enterotoxinas. Bacteria formadora de esporas (resistente al calor).
Vía de Trasmisión	Oral.
Tiempo de Incubación	Cerca de 16 horas después de la exposición. Duración de 12 horas a 2 semanas.
Síntomas	Diarrea acuosa y calambres abdominales.
Alimentos Involucrados	Todo el alimento que no se utilizan o refrigeran después de ser cocidos son susceptibles de contaminarse por C. perfringens. Carnes y verduras son los alimentos frecuentemente más involucrados.
Medidas de Control	1. Refrigerar inmediatamente los alimentos cocinados; y 2. Lavar los productos frescos apropiadamente.
Dato	Existe otro tipo de enfermedad provocado por esta bacteria llamado “enteritis necrosante”. Ésta es poco común, pero más grave y a menudo mortal. Sus síntomas incluyen dolor y distensión abdominal (con gases en el abdomen), diarrea (tal vez con sangre), y vómitos.

Botulismo	
Agente Causal	Causado por la bacteria Clostridium botulinum (Gram-positiva) y su neurotoxina. Bacteria formadora de esporas (resistente al calor).
Vía de Trasmisión	Oral.
Tiempo de Incubación	Generalmente de 18 a 36 horas después de la exposición. Pero también se ha observado desde 4 horas a 8 días, en función de la cantidad de neurotoxina ingerida Duración: Semanas a meses.
Síntomas	**Adultos:** Los síntomas iniciales pueden incluir visión doble, visión borrosa, párpados caídos, dificultad para hablar, dificultad para tragar, boca seca y debilidad muscular. Si la enfermedad no se trata, los síntomas pueden progresar a la parálisis de los brazos,

	piernas, tronco y músculos respiratorios. Los primeros signos de intoxicación son: lasitud, debilidad y vértigo, por lo general seguido por visión doble y dificultad progresiva para hablar y tragar. Dificultad para respirar, debilidad de otros músculos, distensión abdominal y estreñimiento. **Infantil:** El síntoma inicial es estreñimiento, seguido por la expresión facial plana; mala alimentación (succión débil); llanto débil; disminución de los movimientos; dificultad para tragar, babeo excesivo; debilidad muscular; y problemas respiratorios.
Alimentos Involucrados	Como las bacterias crecen en lugares con bajos niveles de oxígeno, los principales alimentos involucrados son: Latas de alimentos abollados, latas de alimentos contaminadas antes de ser selladas, alimentos envasados en casa.
Medidas de Control	1. Evitar la contaminación de las materias primas con las que se preparan los alimentos; 2. Evitar la preparación de conservas caseras ya que estas Presentan peligro desde el punto de vista de su esterilización; y 3. No utilizar alimentos provenientes de latas dañadas (abolladas, hinchadas u oxidadas).

Gastroenteritis por Bacillus cereus	
Agente Causal	**Causado por la bacteria Bacillus cereus (Gram-positivo) y sus toxinas.**
	Existen dos tipos de enfermedad que son provocadas por diferentes toxinas del B. cereus. 1. Tipo diarreica; y 2. Tipo emético. La conservación de alimentos cocidos a temperaturas cálidas y por tiempo prolongado permite que el microorganismo se reproduzca y elabore sus toxinas.
Vía de Trasmisión	Oral.
Tiempo de Incubación	**Tipo diarreicas:** Entre 6 a 15 horas después de la exposición. **Tipo emético:** Entre 0,5 a 6 horas después de la exposición. Duración 24 horas.
Síntomas	**Tipo diarreicas:** diarrea acuosa y dolor abdominal Las náuseas pueden acompañar a la diarrea, pero el vómito ocurre raramente. **Tipo emético:** náuseas y vómitos.
Alimentos Involucrados	Arroz y otros alimentos ricos en almidón, carnes y verduras, leche no pasteurizada, entre otros.
Medidas de Control	1. Lavar las manos; 2. Lavar los alimentos y los utensilios; y 3. Separar los alimentos crudos y cocidos.
Dato	La cocción puede matar a las bacterias, pero podría no desactivar la toxina que causa el tipo emético de la enfermedad.

Listeriosis	
Agente Causal	Causado por la bacteria Listeria monocytogenes (Gram-positivo).
	Existen dos tipos de enfermedad en los seres humanos: 1) Enfermedad gastrointestinal no invasiva, que generalmente se resuelve en personas sanas. 2) Enfermedad invasiva, que puede causar septicemia y meningitis. La L. monocytogenes tolera ambientes salinos y temperaturas frías (a diferencia de muchas otras bacterias transmitidas por los alimentos).
Vía de Trasmisión	Oral.
Tiempo de Incubación	Entre un par de horas hasta 2 a 3 días después de la exposición. La forma severa puede tener un periodo de incubación más largo de 3 días a 3 meses. La duración depende del estado de salud, y puede durar desde un par de días hasta varias semanas.
Síntomas	Las personas sanas pueden tener síntomas leves o ningún síntoma, mientras que otros pueden desarrollar fiebre, dolores musculares, náuseas y vómitos, y diarrea. Cuando la forma más grave de la infección se desarrolla y se propaga al sistema nervioso, los síntomas pueden incluir dolor de cabeza, rigidez en el cuello, confusión, pérdida del equilibrio y convulsiones. Las mujeres embarazadas, pueden experimentar síntomas leves, similares a la gripe. Sin embargo, puede provocar abortos, y en el caso de los nacidos vivos, puede causar bacteremias y meningitis.
Alimentos Involucrados	Quesos sin pasteurizar (especialmente blandos), leche no pasteurizada, pescado, camarones cocidos, mariscos ahumados, carnes, embutidos y verduras crudas.
Medidas de Control	1. Evitar el consumo de leche cruda y sus derivados (quesos); 2. Cocinar cuidadosamente los alimentos; 3. Lavar cuidadosamente las verduras crudas; 4. Recalentar alimentos adecuadamente; 5. Evitar la contaminación cruzada entre alimentos crudos y cocidos; 6. Lavar correctamente frutas y verduras; y 7. Lavar las manos apropiadamente.

Campilobacteriosis	
Agente Causal	Causado por la bacteria Campylobacter jejuni (Gram-negativa).
Vía de Trasmisión	Oral.
Tiempo de Incubación	Generalmente de 2 a 5 días después de comer. Duración 2 a 10 días.
Síntomas	Principales: Fiebre, diarrea, calambres abdominales y vómitos.

	Otros síntomas: Dolor abdominal, náuseas, dolor de cabeza y dolor muscular. Las heces pueden ser líquidas o pegajosas y puede contener sangre (a veces no visibles a simple vista) y leucocitos fecales (glóbulos blancos).
Alimentos Involucrados	Carnes crudas de aves, leche sin pasteurizar, quesos sin pasteurizar, y aguas contaminadas (arroyos y lagunas). También se ha observado que ocurre en otros tipos de carnes, mariscos y verduras. Los productos avícolas representan un riesgo significativo para los consumidores que manipulan indebidamente aves frescas o procesadas durante la preparación.
Medidas de Control	1. Lavar las verduras y frutas; 2. Limpiar las superficies de la cocina y los utensilios, 3. Lavar cuidadosamente las manos; 4. Separar los alimentos crudos de los cocidos; 5. Cocinar los alimentos según instrucciones del fabricante; 6. refrigerar los alimentos tan pronto sea posible (incluidos los alimentos sobrantes cocidos); y 7. Utilizar sólo leche pasteurizada.

Shigelosis	
Agente Causal	Causado por la bacteria Shigella (Gram-negativa).
Vía de Trasmisión	El principal medio de transmisión de persona a persona es la r fecal-oral. Los portadores infectados pueden propagar este patógeno por v vías incluyendo: La comida, los dedos, las heces, moscas, y f En lo que respecta a los alimentos, la contaminación suele ocurrir debido a una falta de higiene del manipulador de alimentos.
Tiempo de Incubación	Generalmente de 8 a 50 horas después de comer. Duración 5 a 7 días.
Síntomas	Puede incluir dolor abdominal; calambres; diarrea; fiebre; v sangre, pus o moco en las heces; tenesmo (esfuerzo durante la defecación).
Alimentos Involucrados	La mayoría de los casos de shigelosis son causados por la ingestión de alimentos o agua contaminada con materia fecal. Se transmite comúnmente por los alimentos que se consumen crudos (por ejemplo, lechuga, patatas, atún, camarón), leche y productos lácteos, y aves de corral.
Medidas de Control	1. Lavar bien las manos después de ir al baño; y 2. Realizar una cocción adecuada de los alimentos.

Cólera	
Agente Causal	Causado por la bacteria Vibrio cholerae serogrupos O1 y O1 (Gram-negativa).
Vía de Trasmisión	Oral. Ciclo fecal – oral.
Tiempo de Incubación	Generalmente un par de horas después de la exposición y hasta 3 días. Duración 5 a 7 días.
Síntomas	General, la enfermedad se presenta con dolor abdominal y diario acuosa (que puede variar de leve a grave). En algunos casos se presenta vómitos.
Alimentos Involucrados	Pescados o mariscos provenientes de aguas contaminadas, agua de beber contaminada, verduras y ensaladas que se consumen crudas regadas o lavadas con agua contaminada o cualquier alimento que se contamine mantenido una temperatura que permita la proliferación bacteriana.
Medidas de Control	1. Desinfectar frutas y verduras; 2. Cocinar adecuadamente los alimentos; 3. Usar agua potable; 4. Lavar apropiadamente las manos, el equipo y las superficies de cocción y manipulación de alimentos; y 5. Mantener los alimentos refrigerados a 5° C o menos.

Hepatitis A	
Agente Causal	Causado por el Virus de la hepatitis A.
Vía de Trasmisión	Oral. Ciclo fecal – oral.
Tiempo de Incubación	Generalmente entre 15 y 50 días. Duración 1 a 2 semanas (en algunos pacientes hasta 6 meses).
Síntomas	Fiebre, anorexia, náuseas, vómitos, diarrea, mialgia, hepatitis, y a menudo, la ictericia.
Alimentos Involucrados	Los alimentos más comúnmente vinculados son los mariscos y las ensaladas.
Medidas de Control	1. Lavarse bien las manos; 2. Usar siempre agua potable; 3. Evitar contaminación cruzada o contaminación directa por el manipulador de alimentos; 4. Cocinar adecuadamente los alimentos a una temperatura de 88°C durante al menos 1½ minutos o hirviendo el alimento en agua durante al menos 3 minutos.

Toxinas de moluscos bivalvos (Marea Roja)	
Agente Causal	La intoxicación por mariscos es causada por un grupo de toxinas producidas por algas planctónicas (en la mayoría de los casos dinoflagelados) de los cuales se alimentan los moluscos.

	Algunas intoxicaciones provocadas por estas algas son: 1. Intoxicación paralítica por mariscos; 2. Intoxicación diarreica; 3. Intoxicación neurotóxica por mariscos; 4. Intoxicación amnésica por mariscos y; 5. Intoxicación por azaspiracida por mariscos.
Vía de Trasmisión	Oral.
Tiempo de Incubación	Generalmente de 30 minutos a 2 días después de la exposición (dependiendo del tipo de toxina).
Síntomas	Dependen del tipo de enfermedad. Algunos pueden ser mortales como por ejemplo la intoxicación paralizante, y otros provocan náuseas, vómitos, diarrea y dolor de estómago, como es la intoxicación diarreica y la intoxicación azaspirácido por mariscos. Además de estos tipos de síntomas algunas intoxicaciones por mariscos, como la intoxicación por mariscos neurotóxicos, también causan enfermedades neurológicas, como por ejemplo: hormigueo o entumecimiento de los labios y la garganta, mareos y dolores musculares. En casos e la intoxicación por mariscos amnésico ha dado lugar a trastornos neurológicos graves, como la pérdida de memoria a corto plazo.
Alimentos Involucrados	Mariscos como ostras, almejas y mejillones, entre otros. En forma general, moluscos bivalvos o caracoles contaminados con plancton donde se ha producido la proliferación de un alga tóxica.
Medidas de Control	1. Respetar estrictamente los períodos de veda de mariscos decretados por las autoridades competentes; y 2. Dar importancia a los programas de mariscos en el país, la orientación a la industria, y la estrecha relación con los reguladores.
Dato	Estos venenos no son destruidos por la cocción, congelación, u otra preparación de alimentos.

Otras enfermedades transmitidas por los alimentos

Teniasis
Causado por la tenia del cerdo (Taenia solium), tenia bovina (Taenia saginata), y la tenia de Asia (Taenia asiática) que son parásitos platelmintos de la clase Cestoda que maduran en el intestino delgado de los seres humanos. Las personas pueden infectarse con este tipo de tenias por comer carne de cerdo o de vacuno mal cocidas. Entran por la boca de la persona y van a su intestino donde se adhieren a la parte interior, allí crecen alrededor de 1 a 2 metros de largo, y viven durante años. Durante ese tiempo, los huevos se pasan al medio ambiente y son ingeridos por los cerdos y las vacas continuando su ciclo.

Algunas personas pueden no detectar que esta infectadas, otros pueden presentar diarrea, náuseas, dolor y cambios en el apetito. La tenía bovina puede causar problemas muy graves si el gusano termina en el cerebro u otros órganos vitales.
Para evitar ser infectado con estos gusanos, 1. Cocinar las carnes de vacuno y de cerdo a temperatura mínima de 63° C durante al menos 3 minutos (en el centro de la pieza); y
2. Lavar apropiadamente las manos antes de comer y después de tocar el suelo.

Anisakis simplex y gusanos relacionados
Parásitos redondos (nematodos) comunes en los peces, calamares, sepias y pulpos. Si se los comen vivos en el pescado crudo o poco cocinado, pueden infectar el estómago o el intestino. **Síntomas:** En algunos casos solo se puede sentir al gusano arrastrándose por la garganta, en otros casos, cuando se fija a la pared del estómago o el intestino, causa dolor estomacal o abdominal, náuseas, vómitos y diarrea. Algunas veces provoca reacciones alérgicas. Los síntomas de la infección comienzan 24 horas a 2 semanas después de la exposición. El gusano puede vivir solamente cerca de 3 semanas en los seres humanos; entonces se muere y se elimina. Para prevenir la infección se debe cocinar el pescado hasta que el interior esté a 63°C durante al menos 15 segundos, a 68ºC para croquetas, y al 74ºC para pescado relleno.

Triquinosis
Causado por el parasito Trichinella spp. (Nematodo).
Las larvas de estos gusanos, que residen en el músculo esquelético de los animales, infectan a otros animales y seres humanos que los consumen. Se ha encontrado Trichinella spiralis en cerdos, jabalíes, osos, entre otros. Provocando una enfermedad de alta importancia en salud pública. Estos tipos de gusanos pueden infectar a las personas que comen carne mal cocida, especialmente de cerdo y jabalí. En un primer momento, los parásitos pueden causar síntomas leves, como diarrea, malestar abdominal, náuseas y vómitos. Luego, ya en el intestino, los gusanos maduran y producen más larvas que viajar a otras partes del cuerpo (hígado, músculos, ojos, etc.) estas larvas suelen causar síntomas entre 7 días a 30 días después de la exposición; y se presenta con dolor muscular, fiebre, debilidad y a menudo, hinchazón alrededor de los ojos. Medida de control: 1. Cocinar apropiadamente cerdos y animales de caza silvestre que puedan contener el parasito; y 2. Revisar que los productos que consuma vengan de establecimientos oficiales.

Aflatoxicosis

Las aflatoxinas son micotoxinas producidas por algunos hongos que crecen en los alimentos.
Estas toxinas, al ser consumidas por humanos y animales, pueden causar enfermedad.
Las cuatro aflatoxinas principales son AFB1, AFB2, AFG1 y AFG2, y son producidas principalmente por ciertas cepas de Aspergillus flavus y Aspergillus parasiticus.
Los principales inconvenientes para la salud son los problemas inmunológicos y hepáticos que puede provocar su toxicidad ya que algunas aflatoxinas son potentes carcinogénos.
Los alimentos en los que comúnmente se encuentran son: maíz, sorgo, arroz, algodón, cacahuetes, nueces, carne de coco seco, granos de cacao, los higos, el jengibre y la nuez moscada.

Vía de transmisión ciclo epidemiológico fecal-oral

Este ciclo es una de las formas más comunes de trasmitir el patógeno a los alimentos.
1. Ciclo fecal oral corto: Se caracteriza cuando una persona enferma de ETA, o portadora sana, no se lava las manos después de ir al baño y luego manipula alimentos que son consumidos por otras personas las que posteriormente se enferman.
2. Ciclo fecal oral largo: Se caracteriza cuando las materias fecales llegan a corrientes de agua que se utilizan para el riego de hortalizas o frutas.
Cuando no se hace un lavado y desinfección, se produce la ingestión de las bacterias patógenas.

MEDIDAS HIGIÉNICAS PARA PREVENIR LA CONTAMINACIÓN DE LOS ALIMENTOS

El manipulador de alimentos cumple un rol fundamental para reducir la probabilidad de contaminación en los productos que elabora.
El personal manipulador de productos frescos y procesados debe tener un certificado médico para desempeñar la actividad. Es importante efectuarse los exámenes cada vez que se considere necesario o al menos una vez al año por razones clínicas y epidemiológicas, disminuyendo las posibilidades de contaminar los productos que se manipulen.

A nivel de su condición personal, las reglas básicas que debe seguir un manipulador son las siguientes:

- **Optimo estado de salud:** Sin enfermedades respiratorias, de estómago, heridas o infecciones.
- **Higiene personal:** Antes de manipular los alimentos se debe realizar un correcto lavado de manos con agua potable y jabón. Realizamos el mismo procedimiento después de ejecutar algún tipo de actividad donde se puedan haber contaminado las manos

Ducharse antes de ir a trabajar, ya que la ducha diaria, con abundante agua y jabón, debe formar parte de la rutina del manipulador

Mantener las uñas cortas y limpias, cara afeitada, pelo lavado y recogido con gorro.

Vestimenta: La ropa puede ser una fuente de contaminación de alimentos ya que contiene microbios y tierra que provienen de nuestras actividades diarias.
La indumentaria debe ser de color blanco o claro para visualizar mejor su estado de limpieza y única para esta actividad.

Vestimenta apropiada para manipulador de alimentos:
1. Un gorro (cofia), que cubran totalmente el cabello para evitar su caída.
2. Pantalón de color claro, utilizado solamente en el área de trabajo.
3. Un tapabocas que cubra **nariz y boca.**
4. Delantal plástico.
5. Guantes, según la actividad a realizar.
6. Calzado exclusivo, antideslizante, de color blanco, totalmente cerrado.

TEMPERATURAS DE CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS PREPARADOS

Los alimentos preparados listos para el consumo como: sopas, carnes, verduras calientes, arroz tubérculos y otros, deberán ser conservados a temperaturas igual o superiores a 65 °C, con el propósito de disminuir el riesgo de contaminación del alimento conforme a las buenas prácticas de manufactura.

Cuando en el servicio de alimentación se disponga de una línea de distribución para alimentos calientes, esta debe estar en condiciones óptimas de higiene y el agua del baño maría deberá mantener una temperatura de 70ºC a 75ºC para asegurar que los alimentos se encuentren en la zona de temperatura segura.

Los alimentos listos para el consumo sin proceso térmico como jugos de frutas y las ensaladas frías deberán mantenerse a una temperatura de refrigeración igual ó inferior a 4ºC.

Debido al volumen y peso promedio total de la ensalada fría se recomienda que una vez preparada se refrigere en un recipiente protegido con tapa y se vaya sacando de la nevera conforme a la demanda del servicio.

Se puede mantener la ensalada también fuera de la nevera en un recipiente protegido con tapa, sobre una cama de hielo suficiente que garantice la temperatura indicada. El hielo para la disminución de la temperatura del jugo, este debe ser preparado con agua potable y ser manipulado de la misma forma que los alimentos listos para consumir.

Para la preparación de los jugos de frutas, se recomienda igualmente refrigerar previo a la preparación, la fruta pre lista, el agua y/o la leche.

Mantener protegido con tapa, el jugo de frutas hasta el momento de servir.

Cuando se adicione hielo, el peso de hielo debe ser descontado del agua requerida para la preparación y preferiblemente el hielo se debe dejar derretir antes de servir, para que todos los vasos de jugo mantengan la misma calidad en el contenido de los ingredientes o este debe ser adicionado en bolsa previamente lavada y desinfectada, según procedimientos, debe estar sellada para evitar que la concentración de pulpa se vea afectada.

IMPLEMENTOS PARA LA HIGIENIZACIÓN

Es importante que, para los implementos de aseo, se utilice el código de color para la limpieza, el cual es uno de los métodos más sencillos de implementar para prevenir la contaminación cruzada en los alimentos sobre todo para evitar una intoxicación, el sistema de códigos de color ayuda a establecer qué implementos de aseo se deben usar en cada área de la unidad operativa.

La intención de estas ayudas de color, es evitar contaminaciones cruzadas que a menudo se dan por usar los mismos instrumentos de limpieza en áreas de contacto de alimentos con áreas de contacto no alimenticias, alimentos crudos con cocinados, de áreas de paso con áreas de producción. Así mismo, eliminan el margen de error y permiten que se reduzca el tiempo de capacitación para operarios/as.

Para la plena puesta en marcha del código de colores los implementos propios de cada área como: baldes, traperos, escobas, recogedores y guantes de caucho, se deben clasificar por colores.

El operador debe construir la tabla de colores, la cual debe estar expuesta en un lugar visible, los colores asignados deben ser de fácil recordación para todo el personal.

A continuación, se realiza una ilustración a manera de ejemplo:

Amarillo:	Área de cocina
Rojo:	Baños
Negro:	

Las herramientas de la limpieza con el mismo color se deben higienizar y almacenar por separado y una vez que estén limpias, no pueden entrar en contacto con otros utensilios. Estas herramientas pueden ser ubicadas en la misma área siempre y cuando estén debidamente higienizadas y separadas por color.

Tablas de picar

Blanco:	Otros
Rojo:	Cárnicos
Verde:	Verdura
Azul:	Frutas

LA FORMA CORRECTA DE LAVARSE LAS MANOS:



HÁBITOS HIGIÉNICOS DESEABLES E INDESEABLES EN UN MANIPULADOR DE ALIMENTOS

Hábitos deseables

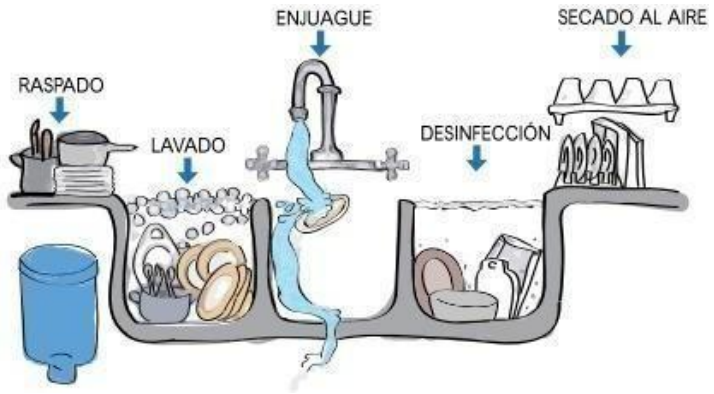
1. Lavar utensilios y superficies de preparación antes y después de manipular alimentos.
2. Lavar vajillas y cubiertos antes de usarlos para servir alimentos.
3. Utilizar siempre jabón y agua limpia.
4. Tomar platos, cubiertos y fuentes por los bordes, cubiertos por el mango, vasos por el fondo y tasas por el mango.

Hábitos indeseables

1. Hurgarse o rascarse la nariz, la boca, el cabello, las orejas, granos, heridas, quemaduras, etc.
2. Usar anillos, pulseras, aros, relojes, maquillaje u otro elemento.
3. Manipular alimentos con las manos y no con utensilios.
4. Utilizar vestimenta no permitida dentro del servicio.
5. Usar el baño con la indumentaria de trabajo puesta.

Manejo higiénico de equipos e instalaciones

Este proceso es fundamental para asegurar que nuestros materiales y lugar de trabajo no sean una fuente de contaminación para los alimentos.
Pasos a seguir, para lograr un correcto lavado de equipos e instalaciones:



- Raspar residuos sólidos.
- Lavar con agua y detergente autorizado.
- Enjuagar con agua potable (Nunca reutilizar el agua usada).
- Desinfectar (según procedimientos estipulados en el Plan de Saneamiento Básico).
- Secar (escurrir y secar implementos estipulados, los cuales no deben dejar residuos.

Instalaciones: mesas, mesones.

- Limpiar y desinfectar varias veces al día.

Manejo higiénico en el proceso de elaboración de los alimentos

Para un correcto manejo higiénico de los alimentos es indispensable aplicar las Buenas Prácticas de Manufactura (BPM), durante todo el proceso de elaboración de alimentos.

Logros: Ampliar conocimientos sobre:

Clasificación de los alimentos y microorganismos
Contaminación de los alimentos y Enfermedades transmitidas por alimentos.
Personal manipulador de Alimentos

Dificultades y alternativas de solución:

Ninguna

Se resuelven dudas.

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
Poner en práctica lo aprendido	Manipuladoras de Alimentos	Todos los días.

Anexos:
Registro fotográfico, Listado de asistencia pre y pos-test.

Elaboró:
Claudia Peñate

Tema: Socialización BPM Responsable: ND Claudia Peñate	Fecha: 18/10/2024
	
	

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Socialización BPM
2. Lugar o Localidad o Sede: CT Samper Mendoza
3. Fecha y hora: 18/10/2024
4. Nombre responsable: ND Claudia Parente
5. Dependencia responsable: nutrición

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Numero						
1	Doreth Moreno	CC	51821481	CCT Samper Mendoza	AUX cocina	Contratista	—	3142091143	
2	Ana M. Osorio	CC	1005438059	CCT Samper M.	Aux Cocina	Contratista	—	3022037754	Ana
3	Jovanna Mabel	CC	52740185	CC Samper Mendoza	Aux. cocina	Contratista	—	3134923343	
4	Cindy Mabelene	CC	50849770	CCT Samper Mendoza	Aux cocina	contratista	—	3115452069	Cindy
5	claudia parente	CC	1129370087	CT Samper Mendoza	nutricion	contratista	—	3007815729	claudia p
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectaran mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Powered by CamScanner

Johana Beltran
18/10/2024

3 1/2

PRE -TEST

FACTORES QUE FAVORECEN Y DESFAVORECEN LA REPRODUCCIÓN DE MICROORGANISMOS, ETAS Y PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.

1. Factores que favorecen la reproducción de los microorganismos

a. Temperatura, oxigeno, tiempo, nutrientes y agua
b. Temperatura y tiempo
c. Oxigeno

2. Factores que desfavorecen su reproducción

a. Acidez, azúcar, sal
b. Azúcar.
c. Sal

3. Enfermedades producidas por alimentos

a. Salmonella, Botulismo, Gastroenteritis
b. Salmonelosis, Escherichacoli, Enterocolitis
c. Todas las anteriores

1/2 4. Enumere la vestimenta apropiada para un manipulador de alimentos

Gorro y tapabocas

Powered by CamScanner

4/12

POS -TEST

FACTORES QUE FAVORECEN Y DESFAVORECEN LA REPRODUCCIÓN DE MICROORGANISMOS, ETAS Y PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.

1. Factores que favorecen la reproducción de los microorganismos

a. Temperatura, oxigeno, tiempo, nutrientes y agua
b. Temperatura y tiempo
c. Oxigeno

2. Factores que desfavorecen su reproducción

a. Acidez, azúcar, sal
b. Azúcar
c. Sal

3. Enfermedades producidas por alimentos

a. Salmonella, Botulismo, Gastroenteritis
b. Salmonelosis, Escherichacoli, Enterocolitis
c. Todas las anteriores

4. Enumere la vestimenta apropiada para un manipulador de alimentos

Gorros, tapabocas, uniforme de color claro sin bolsones antideslizante

Powered by CamScanner

Janeth Moreno
18/10/2024

31/2
11

PRE -TEST

FACTORES QUE FAVORECEN Y DESFAVORECEN LA REPRODUCCIÓN DE MICROORGANISMOS, ETAS Y PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.

1. Factores que favorecen la reproducción de los microorganismos

a. Temperatura, oxigeno, tiempo, nutrientes y agua
b. Temperatura y tiempo
c. Oxigeno

2. Factores que desfavorecen su reproducción

a. Acidez, azúcar, sal
b. Azúcar.
c. Sal

3. Enfermedades producidas por alimentos

a. Salmonella, Botulismo, Gastroenteritis
b. Salmonelosis, Escherichacoli, Enterocolitis
c. Todas las anteriores

1/2 4. Enumere la vestimenta apropiada para un manipulador de alimentos

Gorro y tapabocas

Powered by CamScanner

POS -TEST

FACTORES QUE FAVORECEN Y DESFAVORECEN LA REPRODUCCIÓN DE MICROORGANISMOS, ETAS Y PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.

1. Factores que favorecen la reproducción de los microorganismos

a. Temperatura, oxigeno, tiempo, nutrientes y agua
b. Temperatura y tiempo
c. Oxigeno

2. Factores que desfavorecen su reproducción

a. Acidez, azúcar, sal
b. Azúcar.
c. Sal

3. Enfermedades producidas por alimentos

a. Salmonella, Botulismo, Gastroenteritis
b. Salmonelosis, Escherichacoli, Enterocolitis
c. Todas las anteriores

4. Enumere la vestimenta apropiada para un manipulador de alimentos

Como [illegible]

Powered by CamScanner

Ana Doño.

PRE -TEST

FACTORES QUE FAVORECEN Y DESFAVORECEN LA REPRODUCCIÓN DE MICROORGANISMOS, ETAS Y PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.

1. Factores que favorecen la reproducción de los microorganismos

   a. Temperatura, oxigeno, tiempo, nutrientes y agua
   b. Temperatura y tiempo
   c. Oxigeno

2. Factores que desfavorecen su reproducción

   a. Acidez, azúcar, sal
   b. Azúcar.
   c. Sal

3. Enfermedades producidas por alimentos

   a. Salmonella, Botulismo, Gastroenteritis
   b. Salmonelosis, Escherichacoli, Enterocolitis
   c. Todas las anteriores

4. Enumere la vestimenta apropiada para un manipulador de alimentos

   Gorro y tapabocas.

Powered by CamScanner

Ana Osorio
18/10/2024

4/4

POS -TEST

FACTORES QUE FAVORECEN Y DESFAVORECEN LA REPRODUCCIÓN DE MICROORGANISMOS, ETAS Y PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.

/1. Factores que favorecen la reproducción de los microorganismos

ⓐ Temperatura, oxigeno, tiempo, nutrientes y agua
b. Temperatura y tiempo
c. Oxigeno

/2. Factores que desfavorecen su reproducción

ⓐ Acidez, azúcar, sal
b. Azúcar.
c. Sal

/3. Enfermedades producidas por alimentos

a. Salmonella, Botulismo, Gastroenteritis
b. Salmonelosis, Escherichacoli, Enterocolitis
ⓒ Todas las anteriores

/4. Enumere la vestimenta apropiada para un manipulador de alimentos

Gorro, tapabocas, Uniforme color claro y Zapatillas antideslizantes.

Powered by CamScanner

Cadiz Sabaleta.
18/01/2024

2 1/2 / 4

PRE -TEST

FACTORES QUE FAVORECEN Y DESFAVORECEN LA REPRODUCCIÓN DE MICROORGANISMOS, ETAS Y PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.

1. Factores que favorecen la reproducción de los microorganismos

(a) Temperatura, oxigeno, tiempo, nutrientes y agua
b. Temperatura y tiempo
c. Oxigeno

2. Factores que desfavorecen su reproducción

(a.) Acidez, azúcar, sal
b. Azúcar.
c. Sal

3. Enfermedades producidas por alimentos

a. Salmonella, Botulismo, Gastroenteritis
b. Salmonelosis, Escherichacoli, Enterocolitis
(c) Todas las anteriores

1 1/2 4. Enumere la vestimenta apropiada para un manipulador de alimentos

Tapabocas y Gorro

Powered by CamScanner

Cadiz Saluleta
18/10/2024

4/4

POS -TEST

FACTORES QUE FAVORECEN Y DESFAVORECEN LA REPRODUCCIÓN DE MICROORGANISMOS, ETAS Y PERSONAL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.

1. Factores que favorecen la reproducción de los microorganismos

   (a.) Temperatura, oxigeno, tiempo, nutrientes y agua
   b. Temperatura y tiempo
   c. Oxigeno

2. Factores que desfavorecen su reproducción

   (a.) Acidez, azúcar, sal
   b. Azúcar.
   c. Sal

3. Enfermedades producidas por alimentos

   a. Salmonella, Botulismo, Gastroenteritis
   b. Salmonelosis, Escherichacoli, Enterocolitis
   (c.) Todas las anteriores

4. Enumere la vestimenta apropiada para un manipulador de alimentos

   Gorro, tapabocas, Unif. Claro sin botones y Zapatilla antideslizante.

Powered by CamScanner