	FUNDACION SABER SER	
	MODALIDAD PROPIA E INTERCUELTURAL EDUCACION INICIAL CAMPAESINA- EIC	
	COMPONENTE: SALUD Y NUTRICIÓN	

ORIENTACIONES PARA LA REALIZACIÓN DE LA OLLA COMUNITARIA UCA 5







La olla comunitaria es una estrategia que busca promover la alimentación como espacio de encuentro social e intergeneracional, que puede ser implementada en los encuentros grupales o comunitarios se desarrolla bajo el principio de autogestión, intercambio y aprovechamiento de las potencialidades territoriales, ya que, a través de esta práctica, se fortalecen las experiencias, la participación comunitaria y se logran visibilizar las diferentes formas de expresión de las niñas, los niños y las familias; así mismo, busca a través de la alimentación promover un espacio de encuentro social e intergeneracional, ya que es un momento en el que se favorece la conformación y el fortalecimiento de redes sociales y comunitarias, propiciando el empoderamiento local, pues permiten que un grupo se sienta capaz de gestionar de manera autónoma el desarrollo de sus capacidades.

La olla comunitaria parte de reconocer la alimentación como un acto social, cultural y político, por lo cual se convierte en un escenario que contribuye a la garantía progresiva del derecho humano a la alimentación adecuada de las y los participantes de los procesos de atención del ICBF, y se constituye en un avance hacia la soberanía alimentaria de las comunidades, al facilitar la selección y compra de alimentos de producción local, y al reconocer e incorporar alimentos y preparaciones propias de la cultura alimentaria y del territorio. Así mismo, en la olla comunitaria las niñas, los niños y sus familias viven momentos que les permitirán identificar prácticas y patrones propios de sus culturas y se comienzan a reconocer en ella, lo que contribuye a consolidar su identidad alimentaria.

Aunque esta experiencia se ha denominado "olla comunitaria", será a partir del contexto cultural alimentario que se nombre este momento de compartir comunitario (convite, fogón comunitario, el compartir, olla popular, etc.). Lo importante, es que estos encuentros alrededor de los alimentos se conviertan en oportunidades para rescatar y fortalecer la cultura y tradición alimentaria, propias del territorio a través de la vinculación de las familias. Este espacio propicia una alimentación saludable mediante el intercambio de saberes tradicionales.

Sin embargo, en atención a que la olla comunitaria no tiene como premisa el cumplimiento de un aporte nutricional determinado está en si misma no es una forma de ración mediante la cual se pueda realizar el suministro de la complementación alimentaría de manera permanente. Por lo tanto, su preparación no está sujeta al cumplimiento de una minuta patrón; pero como todo proceso de suministro de alimentación sí requiere el cumplimiento de las buenas prácticas de manufactura, cuyas orientaciones garanticen prácticas adecuadas de acuerdo con el contexto del territorio, las cuales deben ser definidas en coordinación con la misional que acoja esta estrategia en sus manuales técnicos y guías operativas

RECOMENDACIONES DE BUENAS PRÁCTICAS DE MANUFACTURA GENERALES:

- La preparación y suministro de alimentos durante la olla comunitaria deberá estar en lo posible acompañado por el profesional de salud y nutrición a fin de que oriente y garantice prácticas higiénicas de acuerdo con el contexto del territorio. El profesional en Nutrición debe suministrar orientaciones básicas en Buenas Prácticas de (BPM), para incentivar el lavado frecuente de manos, la realización de procesos de limpieza y desinfección de los alimentos, utensilios, menaje, y superficies, la realización de procesos de cocción, preparación y consumo acorde a la naturaleza de los alimentos.
- El espacio utilizado debe permanecer limpio, libre de acumulación de basura, apartado de estancamiento de agua, suciedad, plagas u otras fuentes de contaminación.
- Se ha de garantizar los insumos para realizar un adecuado lavado de manos, para ello se debe disponer de agua potable o apta para el lavado de manos y jabón.
- En caso de contar con baños estos deben de estar limpios y separados del área de preparación de la olla comunitaria, Los equipos y utensilios utilizados no deben estar en contacto con el piso e igualmente deben encontrarse limpios y desinfectados.
- Se debe tener disponibilidad de agua potable o segura para la preparación de alimentos.
- Cuando se requiera hielo, este debe ser elaborado con agua potable o segura para el consumo.
- Los alimentos se deben lavar y desinfectar antes de su preparación (de acuerdo con el tipo de alimento).
- Los alimentos perecederos y aquellos que son fuente de proteínas de origen animal, tales como carnes de res, cerdo, pollo, chivo, pescado, entre otros, leche fresca y productos derivados, deben garantizar la cadena de frío.

- Durante el alistamiento de los alimentos es importante separarlos dependiendo de su naturaleza para evitar la contaminación cruzada. Por ejemplo, separar verduras de cereales y carnes, así como los alimentos crudos de los cocidos.

- Se debe contar con bolsas para los desechos que resulten del alistamiento y preparación de los alimentos de acuerdo con la clasificación de residuos. Estos deben mantenerse alejados de la zona de preparación de alimentos.

- En caso de realizar la actividad en campo abierto se recomienda contar con una mesa para la disposición y procesamiento de los alimentos, de preferencia con superficie de fácil limpieza y desinfección, en todo caso este elemento debe permanecer limpio y desinfectado para evitar la contaminación cruzada

- Se debe verificar que los proveedores de alimentos cumplen con la normatividad higiénico sanitaria legal vigente, para el proceso de compra de alimentos se pueden vincular los alimentos de producción local favoreciendo los circuitos cortos de comercialización, así como la agricultura campesina y familiar comunitaria (ACFC), ley 2046/2020.

- En aras del cuidado y protección del medio ambiente se debe evitar los plásticos de un solo uso.

- Atendiendo a la premisa y compromiso del ICBF en el suministro de una alimentación saludable, nutritiva, equilibrada y culturalmente aceptada se recomienda que los alimentos que se seleccionen e incorporen en la preparación de la olla comunitaria sean frescos, naturales, sanos y mínimamente procesados.

- Una vez se han establecidos los acuerdos para los alimentos a preparar en la olla comunitaria y la cantidad de consumidores, se deben alistar todos los ingredientes: limpiar, lavar, cortar y desinfectar en los casos que aplique.

- Finalizado el proceso de cocción se recomienda realizar un servido inmediato y rápido de las preparaciones calientes y frías, en caso de que el proceso tarde se recomienda mantener tapadas y protegidas las preparaciones y mantener la temperatura.

RECOMENDACIONES PARA QUIEN REALIZA LA PREPARACIÓN Y SERVIDO DE LA OLLA COMUNITARIA:

- Buen estado de salud. Se sugiere verificar que la persona no presente síntomas que comprometan su estado de salud, por ejemplo: fiebre, dolor de cabeza, tos, estornudos, dificultad para respirar o enfermedad respiratoria, malestar general, diarrea, cortaduras, dolor de garganta, lagrimeo, entre otros.
- Quien prepare los alimentos debe usar tapabocas gorro o cofia y tapabocas.
- Realizar lavado frecuente de manos y tener uñas limpias.
- Evitar comportamientos que puedan contaminar los alimentos, tales como: fumar, escupir, masticar o comer, estornudar o toser sobre alimentos. Se deberá evitar el uso de accesorios como joyas, relojes, broches u otros objetos que representen amenaza para la inocuidad de alimentos.
- En caso de usar lentes, deben asegurarse a la cabeza mediante bandas, cadenas u otros medios ajustables.

ORIENTACIONES PARA LA REALIZACIÓN DE LA OLLA COMUNITARIA





La olla comunitaria es una estrategia que busca promover la alimentación como espacio de encuentro social e intergeneracional, que puede ser implementada en los encuentros grupales o comunitarios se desarrolla bajo el principio de autogestión, intercambio y aprovechamiento de las potencialidades territoriales, ya que, a través de esta práctica, se fortalecen las experiencias, la participación comunitaria y se logran visibilizar las diferentes formas de expresión de las niñas, los niños y las familias; así mismo, busca a través de la alimentación promover un espacio de encuentro social e intergeneracional, ya que es un momento en el que se favorece la conformación y el fortalecimiento de redes sociales y comunitarias, propiciando el empoderamiento local, pues permiten que un grupo se sienta capaz de gestionar de manera autónoma el desarrollo de sus capacidades.

La olla comunitaria parte de reconocer la alimentación como un acto social, cultural y político, por lo cual se convierte en un escenario que contribuye a la garantía progresiva del derecho humano a la alimentación adecuada de las y los participantes de los procesos de atención del ICBF, y se constituye en un avance hacia la soberanía alimentaria de las comunidades, al facilitar la selección y compra de alimentos de producción local, y al reconocer e incorporar alimentos y preparaciones propias de la cultura alimentaria y del territorio. Así mismo, en la olla comunitaria las niñas, los niños y sus familias viven momentos que les permitirán identificar prácticas y patrones propios de sus culturas y se comienzan a reconocer en ella, lo que contribuye a consolidar su identidad alimentaria.

Aunque esta experiencia se ha denominado “olla comunitaria”, será a partir del contexto cultural alimentario que se nombre este momento de compartir comunitario (convite, fogón comunitario, el compartir, olla popular, etc.). Lo importante, es que estos encuentros alrededor de los alimentos se conviertan en oportunidades para rescatar y fortalecer la cultura y tradición alimentaria, propias del territorio a través de la vinculación de las familias. Este espacio propicia una alimentación saludable mediante el intercambio de saberes tradicionales.

Sin embargo, en atención a que la olla comunitaria no tiene como premisa el cumplimiento de un aporte nutricional determinado está en si misma no es una forma de ración mediante la cual se pueda realizar el suministro de la complementación alimentaría de manera permanente. Por lo tanto, su preparación no está sujeta al cumplimiento de una minuta patrón; pero como todo proceso de suministro de alimentación sí requiere el cumplimiento de las buenas prácticas de manufactura, cuyas orientaciones garanticen prácticas adecuadas de acuerdo con el contexto del territorio, las cuales deben ser definidas en coordinación con la misional que acoja esta estrategia en sus manuales técnicos y guías operativas

Recomendaciones de Buenas Prácticas de Manufactura Generales:

- La preparación y suministro de alimentos durante la olla comunitaria deberá estar en lo posible acompañado por el profesional de salud y nutrición a fin de que oriente y garantice prácticas higiénicas de acuerdo con el contexto del territorio. El profesional en Nutrición debe suministrar orientaciones básicas en Buenas Prácticas de (BPM), para incentivar el lavado frecuente de manos, la realización de procesos de limpieza y desinfección de los alimentos, utensilios, menaje, y superficies, la realización de procesos de cocción, preparación y consumo acorde a la naturaleza de los alimentos.
- El espacio utilizado debe permanecer limpio, libre de acumulación de basura, apartado de estancamiento de agua, suciedad, plagas u otras fuentes de contaminación.
- Se ha de garantizar los insumos para realizar un adecuado lavado de manos, para ello se debe disponer de agua potable o apta para el lavado de manos y jabón.
- En caso de contar con baños estos deben de estar limpios y separados del área de preparación de la olla comunitaria, Los equipos y utensilios utilizados no deben estar en contacto con el piso e igualmente deben encontrarse limpios y desinfectados.
- Se debe tener disponibilidad de agua potable o segura para la preparación de alimentos.

- Cuando se requiera hielo, este debe ser elaborado con agua potable o segura para el consumo.

- Los alimentos se deben lavar y desinfectar antes de su preparación (de acuerdo con el tipo de alimento).

- Los alimentos perecederos y aquellos que son fuente de proteínas de origen animal, tales como carnes de res, cerdo, pollo, chivo, pescado, entre otros, leche fresca y productos derivados, deben garantizar la cadena de frío.

- Durante el alistamiento de los alimentos es importante separarlos dependiendo de su naturaleza para evitar la contaminación cruzada. Por ejemplo, separar verduras de cereales y carnes, así como los alimentos crudos de los cocidos.

- Se debe contar con bolsas para los desechos que resulten del alistamiento y preparación de los alimentos de acuerdo con la clasificación de residuos. Estos deben mantenerse alejados de la zona de preparación de alimentos.

- En caso de realizar la actividad en campo abierto se recomienda contar con una mesa para la disposición y procesamiento de los alimentos, de preferencia con superficie de fácil limpieza y desinfección, en todo caso este elemento debe permanecer limpio y desinfectado para evitar la contaminación cruzada

- Se debe verificar que los proveedores de alimentos cumplen con la normatividad higiénico sanitaria legal vigente, para el proceso de compra de alimentos se pueden vincular los alimentos de producción local favoreciendo los circuitos cortos de comercialización, así como la agricultura campesina y familiar comunitaria (ACFC), ley 2046/2020.

- En aras del cuidado y protección del medio ambiente se debe evitar los plásticos de un solo uso.

- Atendiendo a la premisa y compromiso del ICBF en el suministro de una alimentación saludable, nutritiva, equilibrada y culturalmente aceptada se recomienda que los alimentos que se seleccionen e incorporen en la preparación de la olla comunitaria sean frescos, naturales, sanos y mínimamente procesados.

- Una vez se han establecidos los acuerdos para los alimentos a preparar en la olla comunitaria y la cantidad de consumidores, se deben alistar todos los ingredientes: limpiar, lavar, cortar y desinfectar en los casos que aplique.

- Finalizado el proceso de cocción se recomienda realizar un servido inmediato y rápido de las preparaciones calientes y frías, en caso de que el proceso tarde se recomienda mantener tapadas y protegidas las preparaciones y mantener la temperatura.

Recomendaciones para quien realiza la preparación y servido de la olla comunitaria:

- Buen estado de salud. Se sugiere verificar que la persona no presente síntomas que comprometan su estado de salud, por ejemplo: fiebre, dolor de cabeza, tos, estornudos, dificultad para respirar o enfermedad respiratoria, malestar general, diarrea, cortaduras, dolor de garganta, lagrimeo, entre otros.

- Quien prepare los alimentos debe usar gorro o cofia y tapabocas.
- Realizar lavado frecuente de manos y tener uñas limpias.
- Evitar comportamientos que puedan contaminar los alimentos, tales como: fumar, escupir, masticar o comer, estornudar o toser sobre alimentos. Se deberá evitar el uso de accesorios como joyas, relojes, broches u otros objetos que representen amenaza para la inocuidad de alimentos.
- En caso de usar lentes, deben asegurarse a la cabeza mediante bandas, cadenas u otros medios ajustable.