Lugar	*CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL*
Fecha	*21/05/2025 2:30 pm*
Tema	Manejo Seguro de Alimentos: Prácticas para evitar la contaminación cruzada y asegurar la seguridad alimentaria.
Desarrollo	*OBJETIVO:* Socializar aspectos relevantes a tener en cuenta en el Manejo Seguro de Alimentos: Prácticas para evitar la contaminación cruzada y asegurar la seguridad alimentaria. *INTRODUCCIÓN:* Acorde a lo estipulado la resolución 2674 de 2013, los manipuladores de alimentos deben capacitarse mensualmente en temas relacionados con las BPM: Todas las personas que realizan actividades de manipulación de alimentos deben tener formación en educación sanitaria, principios básicos de Buenas Prácticas de Manufactura y prácticas higiénicas en manipulación de alimentos. Igualmente, deben estar capacitados para llevar a cabo las tareas que se les asignen o desempeñen, con el fin de que se encuentren en capacidad de adoptar las precauciones y medidas preventivas necesarias para evitar la contaminación o deterioro de los alimentos, así como de prevenir alteraciones en el estado de salud de cada uno durante el funcionamiento del servicio. *DESARROLLO DEL TEMA:* 1. Saludo de bienvenida y agradecimiento por asistencia La profesional en Nutrición de la Comunidad de Cuidado Tierra de Sol da la bienvenida a los asistentes y agradece la participación. 2. Desarrollo del tema. El **manejo seguro de alimentos** es esencial para prevenir enfermedades transmitidas por alimentos, las cuales pueden ser causadas por la contaminación de los alimentos con bacterias, virus, parásitos o productos químicos. La **contaminación cruzada** es un aspecto clave en la seguridad alimentaria, ya que implica la transferencia de microorganismos o sustancias de un alimento a otro, lo que puede resultar en riesgos para la salud. A continuación, algunas **prácticas esenciales** para evitar la contaminación cruzada y asegurar la seguridad alimentaria: **Separar los alimentos crudos de los cocidos** • **Carnes crudas**: Como carnes rojas, pollo, mariscos y pescado deben mantenerse separadas de los alimentos listos para consumir, como ensaladas, frutas, y panes. • **Usar utensilios y superficies diferentes**: Utilizar tablas de cortar separadas para carnes crudas y productos listos para comer. No utilizar el mismo cuchillo o utensilio para preparar carne cruda y luego para cortar vegetales sin haberlos lavado adecuadamente. • **Almacenaje adecuado**: Colocar los alimentos crudos en la parte más baja del refrigerador para evitar que sus jugos caigan sobre alimentos listos para comer.

Lavar las manos adecuadamente

- **Antes de preparar alimentos**: Lavar las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos antes de manipular alimentos.
- **Después de tocar alimentos crudos**: Siempre que se maneje carne cruda, huevos, mariscos o cualquier otro alimento crudo, lavar las manos inmediatamente.
- **Uso de toallas desinfectantes**: Mantener toallas desinfectantes o papel higiénico disponible en áreas clave como las estaciones de preparación de alimentos.

Limpiar y desinfectar superficies y utensilios

- **Superficies de cocina**: Después de preparar alimentos crudos, asegurarse de limpiar con agua caliente y jabón todas las superficies que hayan estado en contacto con esos alimentos. Desinfecta con productos adecuados para superficies de cocina.
- **Utensilios y equipo**: Lavar y desinfectar tablas de cortar, cuchillos, y otros utensilios inmediatamente después de su uso con alimentos crudos.

Cocinar los alimentos a las temperaturas adecuadas

- **Temperaturas de cocción**: Asegurarse de cocinar los alimentos a temperaturas seguras para matar bacterias peligrosas. Algunas temperaturas recomendadas son:
  - Pollo: 75°C
  - Carne de res, cerdo y cordero: 63°C (para cortes enteros)
  - Huevos: Cocidos completamente
- **Uso de termómetros**: Un termómetro de cocina es esencial para garantizar que los alimentos se cocinen a la temperatura adecuada.

Almacenaje seguro de los alimentos

- **Refrigeración adecuada**: Mantener los alimentos perecederos a temperaturas inferiores a los 5°C (40°F). Utiliza un termómetro para verificar que tu refrigerador esté funcionando correctamente.
- **Congelación**: Los alimentos que no se consumirán pronto deben congelarse a -18°C (0°F) o menos.
- **Rotación de alimentos**: Utilizar el sistema PEPS (Primeros entrar primer en salir) para asegurar que los alimentos más antiguos se consuman primero.

Evitar el contacto entre alimentos y productos químicos

- **Almacenaje adecuado de productos químicos**: Los productos de limpieza y otros productos químicos deben almacenarse en áreas separadas de los alimentos, para evitar cualquier tipo de contaminación accidental.
- **Uso seguro de pesticidas**: Si se usan pesticidas en el servicio de alimentos, asegurarse de seguir las indicaciones de uso y tiempos de espera recomendados antes de que los alimentos puedan ser consumidos.

Uso de productos frescos y verificación de la fecha de caducidad

- **Frescura de los alimentos**: Verificar la fecha de caducidad y la apariencia de los alimentos antes de comprarlos o utilizarlos. Los alimentos que tienen un aspecto sospechoso o huelen mal deben ser descartados.
- **Descarte de alimentos contaminados**: Si los alimentos presentan signos de contaminación (como moho, color extraño, o mal olor), deben ser desechados inmediatamente.

Capacitación constante del personal

- **Entrenamiento de manipulación de alimentos**: Si se trabaja en un establecimiento de alimentos, es crucial que todo el personal reciba formación adecuada sobre las prácticas de higiene y seguridad alimentaria.
- **Uso de equipo de protección**: Los empleados deben usar guantes cuando manipulen ciertos alimentos y otros equipos como mascarillas, si es necesario.

Consejos adicionales:

- **Evitar comer alimentos crudos**: En algunos casos, como en pescados o mariscos crudos (como sushi), puede ser más arriesgado, por lo que es importante asegurarse de que hayan sido manejados correctamente.
- **Vigilancia constante**: Mantener una supervisión constante sobre la seguridad alimentaria en todas las etapas del manejo de los alimentos: desde la compra hasta el consumo.

Conclusión

El manejo adecuado de alimentos no solo es esencial para prevenir enfermedades, sino también para promover una experiencia gastronómica saludable y segura para todos.

MATERIALES A UTILIZAR

Equipo de cómputo portátil

ANEXO
Registro fotográfico, pretest y postest

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Se anexa listado de asistencia		
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Cumplimiento de lo expuesto en el anexo técnico	Manipuladores de alimentos.	Permanentemente
Próxima reunión	*Junio 2025.*		
Elaboró	*Sandra Robayo S. - Nutricionista*		

Anexo: Registro fotográfico



ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	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: Manejo Seguro de Alimentos: Prácticas para evitar la contaminación cruzada y asegurar la seguridad alimentaria

2. Lugar o Localidad o Sede : Usaquen

3. Fecha y hora: 21/05/2025

4. Nombre responsable: Sandra Robayo S. - Nutricionista

5. Dependencia responsable: Comunidad de Cudiado Tierra del Sol

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 Número						
1	Mario Poveda	CC	1019015392	CCC Tierra de Sol	Técnico en gastronomía	Contratista	cpsnutricionoviedo2021@gmail.com	3112547483	
2	Luis Lopez Fonseca	CC	1012389812	CCC Tierra de Sol	Manipulador Alimentos	Contratista	luisalopez@funsanmateo.edu.co	3134011215	
3	Sonia Tabares	CC	38756555	CCC Tierra de Sol	Manipuladora Alimentos	Contratista	soniat83@hotmail.com	3142612077	
4	Johanna Campos	CC	52857552	CCC Tierra de Sol	Manipuladora Alimentos	Contratista	johannabernal26@hotmail.com	3136741465	
8	Diana Navaja	CC	30657924	CCC Tierra de Sol	Manipuladora Alimentos	Contratista	navaja@hotmail.com	3184039084	
9	Astrid Carreño	CC	1065847339	CCC Tierra de Sol	Manipuladora Alimentos	Contratista	carrenorodriguez99@gmail.com	3186976256	
10	Nelly Arrieta Arias	CC	25774351	CCC Tierra de Sol	Manipuladora Alimentos	Contratista	nellyarrieta1004@gmail.com	3104349855	
11	Sandra Robayo S.	CC	52198195	CCC Tierra de Sol	Nutricionista	Contratista	ndsandrars@gmail.com	3108529931	
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 recolectarán 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.

PRETEST

PRETEST - Manejo Seguro de Alimentos: Prácticas para evitar la contaminación cruzada y asegurar la seguridad alimentaria.

CCC Tierra del Sol - BPM. Mayo 2025

Puntuaciones

Publicar puntuaciones

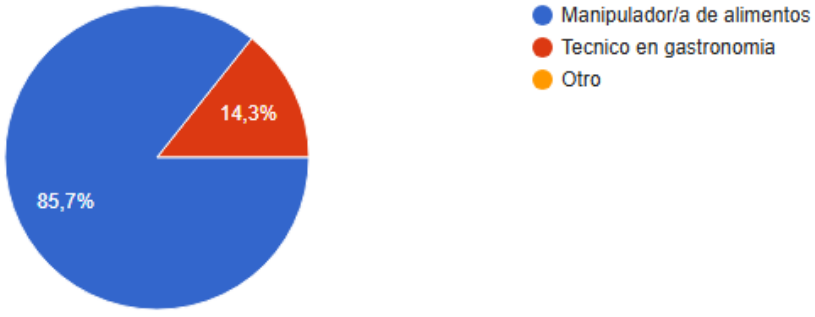
Correo electrónico	Puntuación / 3	Publicación de la puntuación
nellyarrieta1004@gmail.com	3	21 may 6:22
johannabernal26@hotmail.com	3	21 may 6:22
carrenorodriguez99@gmail.com	3	21 may 6:23
mapog32@gmail.com	3	21 may 14:09
soniat83@hotmail.com	2	21 may 14:27
luisalopez@funsanmateo.edu.co	3	21 may 14:30
karengico28@gmail.com	3	21 may 14:45

Nombre Completo 7 respuestas	Documento de identidad 7 respuestas
Luis Alberto López Fonseca	1012389812
Nelly Arrieta	257774351
Sonia tabares	38756555
Astrid Carreño Rodríguez	1065847339
Mario Poveda Garcia	1019015392
Johanna Marcela campos Bernal	52857552
Diana navaja	30657924

Cargo

7 respuestas

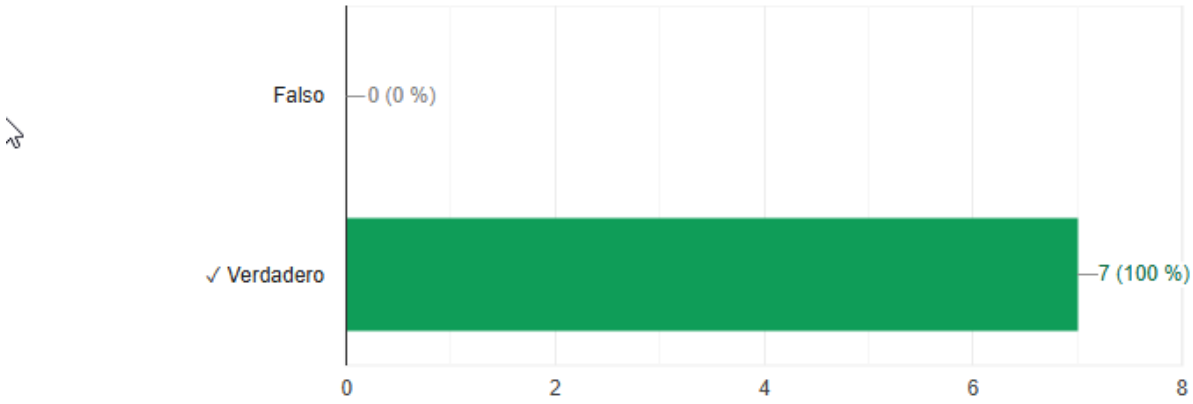
Copiar gráfico



Copiar gráfi

Separar los alimentos crudos de los cocidos, es uno de los aspectos a tener en cuenta para evitar la contaminación de alimentos.

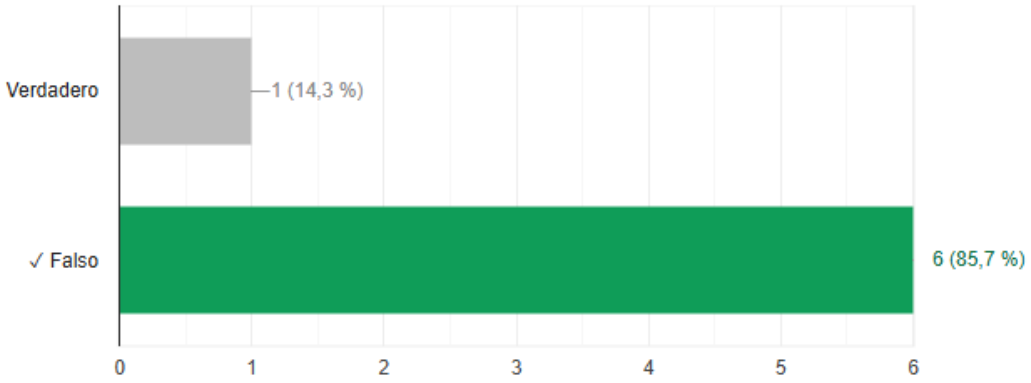
7 de 7 respuestas correctas



Copiar gráfico

No es necesario mantener toallas desinfectantes o papel de cocina disponible en áreas clave como las estaciones de preparación de alimentos.

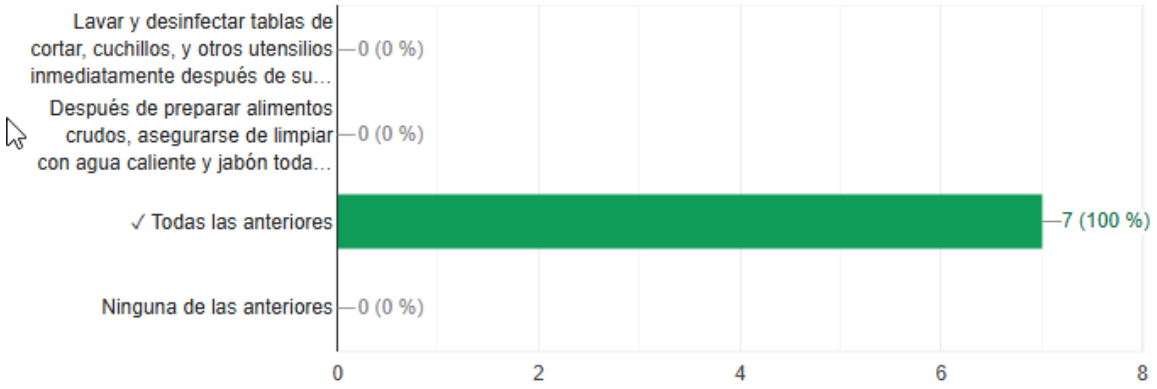
6 de 7 respuestas correctas



Limpiar y desinfectar superficies y utensilios contempla las siguientes acciones:

Copiar gráfico

7 de 7 respuestas correctas



POSTEST

POSTEST - Manejo Seguro de Alimentos: Prácticas para evitar la contaminación cruzada y asegurar la seguridad alimentaria.

B I U

CCC Tierra del Sol - BPM. Mayo 2025

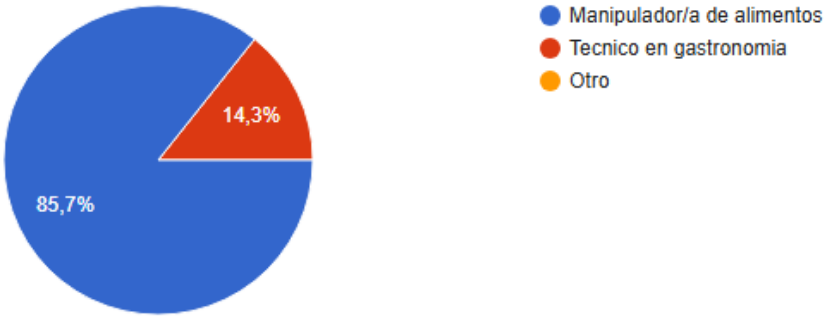
Correo electrónico	Puntuación / 3	Publicación de la puntuación
carrenorodriguez99@gmail.com	3	21 may 18:23
nellyarrieta1004@gmail.com	3	22 may 6:45
johannabernal26@hotmail.com	3	22 may 20:42
soniat83@hotmail.com	3	23 may 6:40
karengico28@gmail.com	3	23 may 6:42
luisalopez@funsanmateo.edu.co	3	29 may 8:51
mapog32@gmail.com	3	29 may 11:44

Nombre Completo 7 respuestas	Documento de identidad 7 respuestas
Johanna Marcela campos Bernal	52857552
Sonia tabares	38756555
Diana navaja	30657924
Mario Poveda Garcia	1019015392
Astrid Carreño	1065847339
Luis Alberto López Fonseca	1012389812
Nelly Arrieta	25774351

Cargo

Copiar gráfico

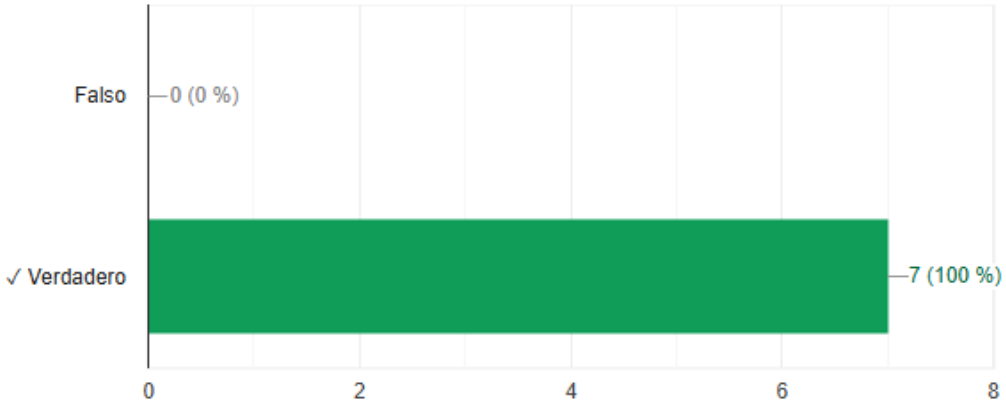
7 respuestas



Copiar grá

Separar los alimentos crudos de los cocidos, es uno de los aspectos a tener en cuenta para evitar la contaminación de alimentos.

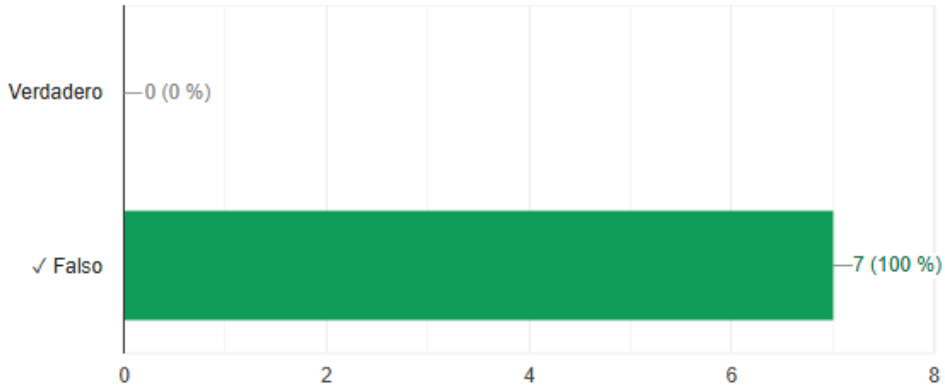
7 de 7 respuestas correctas



No es necesario mantener toallas desinfectantes o papel de cocina disponible en áreas clave como las estaciones de preparación de alimentos.

Copiar gráfico

7 de 7 respuestas correctas



Limpiar y desinfectar superficies y utensilios contempla las siguientes acciones:

Copiar gráfico

7 de 7 respuestas correctas

