PROGRAMA DE CAPACITACION CONTINUADA

LUGAR DE INTERVENCIÓN: Fundación Social Castillo San Lucas
JARDIN: Emma y Antonio
FECHA: 15/07/2025

A continuación, se presentan las temáticas propuestas por la Corporación CIMA para el plan de capacitación

TEMATICAS ABORDAR EN LA SEGUNDA SESION:

1. Contaminación cruzada
2. Estado de salud y normas del manipulador de alimentos.

1. CONTAMINACIÓN CRUZADA

¿Qué es la contaminación cruzada?
La contaminación cruzada ocurre cuando bacterias, virus, parásitos u otros contaminantes de un alimento se transfieren a otro alimento, generalmente de manera indirecta a través de superficies, utensilios o manos contaminadas. Este proceso puede ocurrir entre alimentos crudos y cocidos, y entre distintos tipos de alimentos (como carnes y vegetales).

Tipos de Contaminación Cruzada

- **Contaminación Directa:** Sucede cuando los alimentos entran en contacto directo con una fuente de contaminación (por ejemplo, una carne cruda que entra en contacto con un alimento listo para consumir).
- **Contaminación Indirecta:** Ocurre cuando los utensilios, superficies o manos que han tocado alimentos contaminados tocan otros alimentos, transfiriendo los contaminantes.

Causas comunes de contaminación cruzada

- **Manos sucias:** No lavarse las manos adecuadamente después de manipular alimentos crudos, ir al baño o tocar superficies sucias.
- **Utensilios y superficies contaminadas:** Cuchillos, tablas de cortar, cucharas, etc., que no se han limpiado o desinfectado adecuadamente después de ser usados con alimentos crudos.

- **Alimentos crudos en contacto con alimentos cocidos:** Como colocar carne cruda encima de una ensalada ya preparada o productos listos para consumir.
- **Uso incorrecto de contenedores:** Usar el mismo recipiente para alimentos crudos y cocidos sin haberlo lavado entre el uso.

MEDIDAS PARA PREVENIR LA CONTAMINACIÓN CRUZADA

1. Separación de alimentos
Alimentos crudos vs. cocidos: Siempre mantén separados los alimentos crudos (especialmente carnes, pescados y mariscos) de los alimentos listos para consumir (ensaladas, pan, etc.).
Uso de diferentes utensilios y tablas de cortar: Usa tablas de cortar separadas para carnes crudas y para verduras o productos listos para consumir.

2. Uso de utensilios adecuados:
Lavado frecuente: Asegúrate de lavar y desinfectar cuchillos, tablas de cortar y otros utensilios después de usarlos con alimentos crudos.
Cambio de guantes: Si usas guantes para manipular alimentos, cámbialos frecuentemente, especialmente entre el manejo de alimentos crudos y cocidos.

3. Limpieza y desinfección de superficies
Limpieza constante: Las superficies de trabajo, como mesas y fregaderos, deben limpiarse regularmente, especialmente después de entrar en contacto con alimentos crudos.
Desinfección: Después de la limpieza, usa productos desinfectantes adecuados para eliminar cualquier posible traza de contaminantes.

4. Control de temperatura
Temperaturas seguras: Mantén los alimentos a las temperaturas adecuadas. Las bacterias crecen rápidamente entre los 5°C y 60°C (zona de peligro), por lo que es crucial mantener los alimentos crudos refrigerados y cocinarlos a las temperaturas correctas.
Evitar la descongelación a temperatura ambiente: Siempre descongela alimentos en el refrigerador o en agua fría (si es necesario), no a temperatura ambiente.

5. Manejo adecuado de los alimentos crudos
Revisar la integridad del empaque: Al recibir alimentos crudos, verifica que el empaque esté intacto y no haya signos de perforaciones o daño.
No mezclar: No almacenes alimentos crudos encima de otros alimentos listos para comer.

CONSEJOS ADICIONALES PARA LOS MANIPULADORES DE ALIMENTOS

- **Entrenamiento continuo:** Asegúrate de que todos los empleados sean capacitados regularmente en las mejores prácticas para prevenir la contaminación cruzada.
- **Monitoreo constante:** Realiza inspecciones regulares en la cocina y en las áreas de preparación para asegurarte de que las medidas de seguridad alimentaria se están cumpliendo.
- **Material visual para capacitación:** Puedes complementar tu capacitación con imágenes o videos que muestren ejemplos de buenas prácticas y malas prácticas en la prevención de contaminación cruzada. Esto puede hacer más claro el concepto para los participantes.

2. ESTADO DE SALUD Y NORMAS DEL MANIPULADOR DE ALIMENTOS

El estado de salud de un manipulador de alimentos es fundamental para prevenir la transmisión de enfermedades a través de los alimentos. Los manipuladores de alimentos deben gozar de buena salud y estar libres de enfermedades que puedan ser transmitidas por los alimentos.

Normas de Salud para los Manipuladores:
No estar enfermo: Los manipuladores de alimentos no deben estar enfermos con síntomas como diarrea, vómitos, fiebre o infecciones respiratorias, ya que pueden transmitir bacterias, virus o parásitos a los alimentos.

Lesiones en la piel: Si un manipulador tiene heridas o cortes en las manos, estos deben ser cubiertos adecuadamente con vendajes impermeables para evitar la contaminación de los alimentos.

Afecciones que pueden afectar la seguridad alimentaria:
Las personas con enfermedades contagiosas como la hepatitis A, salmonella, o parásitos intestinales deben estar exentas del trabajo en la manipulación de alimentos hasta que se recupere completamente.

Controles de salud regulares: Se deben realizar chequeos de salud periódicos para garantizar que los manipuladores no tengan enfermedades que puedan poner en riesgo la seguridad alimentaria.

NORMAS BÁSICAS:

Higiene Personal:

Lavado de manos: El manipulador debe lavarse las manos frecuentemente, especialmente antes de manipular alimentos, después de usar el baño, y después de tocar superficies sucias.

Ropa adecuada: El manipulador debe usar ropa limpia y adecuada (delantales, guantes, gorros) para evitar la contaminación de los alimentos.

Evitar tocarse la cara: No deben tocarse la cara, especialmente ojos, nariz y boca, mientras manipulan alimentos.

Uso de Guantes y Mascarillas:

- ✓ Los guantes deben cambiarse regularmente, especialmente después de manipular alimentos crudos o tocar superficies sucias.
- ✓ Las mascarillas son recomendables, especialmente si el manipulador está enfermo o trabajando en condiciones que lo requieran (como en la preparación de alimentos listos para consumir).

MANEJO DE ENFERMEDADES:

El manipulador no debe asistir al trabajo si tiene síntomas de enfermedades transmisibles, como infecciones intestinales, fiebre, vómitos o diarrea.

Si el manipulador está enfermo, debe informar a su supervisor y evitar manipular alimentos hasta que recupere su salud.

Cuidado de la Higiene del Ambiente de Trabajo:

Mantener limpias las superficies de trabajo, los utensilios, y los equipos de cocina es esencial para evitar la contaminación cruzada.

Desinfectar frecuentemente las superficies y herramientas que han estado en contacto con alimentos crudos.

Consecuencias de No Cumplir las Normas

Si los manipuladores no siguen estas normas, los alimentos pueden contaminarse, lo que puede resultar en enfermedades transmitidas por alimentos. Esto puede afectar la salud de los consumidores y, a su vez, dañar la reputación del establecimiento.

Se abordaron diferentes temas de importancia con el talento humano del jardin infantil Emma y Antonio**,** con el objetivo de continuar fortaleciendo las acciones que lleven a el cumplimiento de los principios y consignas que se encuentran en el plan de saneamiento dentro de la unidad operativa.

La presente capacitación se realiza en la ciudad de Bogota, a los 14 dias del mes de marzo del año 2025 en La Fundacion Social Castillo San Lucas – Jardin Infantil cofinanciado Emma y Antonio al personal correspondiente que realiza la manipulacion de alimentos; se hace entrega de la certificación a dicha capacitación por medio del diligenciamiento de la lista a capacitación.

Se agenda tercera capacitacion para el 15/08/2025.

MYRIAM YOLANDA LOPEZ
Ingeniera De alimentos
Corporación cima

	CORPORACIÓN INVESTIGATIVA DEL MEDIO AMBIENTE SEGUNDA CAPACITACION PLAN DE CAPACITACION CONTINUA.	CÓDIGO: CIMA-EVA-ALM-1 VERSIÓN: 01 PÁGINA : 1 de 1 FECHA: 14/03/2025

NOMBRE: Patricia Martinez
IDENTIFICACION: 52709120
FECHA: 15/07/2025
CARGO: Manipuladora alimentos

9
9.

Responder según los conocimientos adquiridos en la capacitación.

1. ¿Cuál de las siguientes prácticas es correcta para prevenir la contaminación cruzada?

a) Usar la misma tabla de cortar para carne cruda y ensalada
b) Desinfectar las superficies y utensilios después de usar productos crudos
c) Colocar alimentos crudos encima de los cocidos en la nevera
d) Ninguna de las anteriores

2. Explica qué es la contaminación cruzada y cómo puede ocurrir en una cocina:

Es el paso de microorganismos entre alimentos, se puede originar por el contacto entre alguna verdura y una proteina

3. ¿Qué utensilios se deben usar exclusivamente para los alimentos crudos?

a) Cucharas y cuchillos de madera
b) Tablas de cortar y cuchillos
c) Todos los utensilios pueden usarse para alimentos crudos
d) Ninguna de las anteriores

4. ¿Por qué es importante separar los alimentos crudos de los cocidos en la cocina y durante su almacenamiento?

Se deben separar porque asi se evita la contaminación y tambien que el alimento cocido se infecte

5. ¿Qué acción debe realizar un manipulador de alimentos después de manipular carne cruda antes de tocar otros alimentos?

a) Lavar las manos con agua tibia
b) Desinfectar los guantes
c) Cambiarse de guantes y lavar las manos con agua y jabón
d) Ninguna de las anteriores

6. Responda VERDADERO o FALSO; Un manipulador de alimentos debe usar la misma ropa durante todo el día sin necesidad de cambiarla.

falso

7. ¿Cuál es la norma más importante respecto a la higiene personal de un manipulador de alimentos?

a) No es necesario lavarse las manos si se usan guantes
b) Lavarse las manos adecuadamente antes de manipular alimentos y después de ir al baño
c) Usar perfume en la cocina
d) Solo es necesario lavarse las manos después de manipular alimentos crudos.

8. Explica por qué es importante que un manipulador de alimentos no asista al trabajo si está enfermo, especialmente si tiene síntomas como vómitos o diarrea.

Así los alimentos no se infectan con virus y bacterias

9. ¿Cuál de las siguientes situaciones es adecuada para un manipulador de alimentos?

a) Trabajar con fiebre y diarrea
b) Manipular alimentos sin lavarse las manos después de ir al baño
c) Usar guantes y cambiarse frecuentemente entre la manipulación de alimentos crudos y cocidos
d) Comer alimentos mientras manipula ingredientes crudos

EMPRESARIAL

	CORPORACIÓN INVESTIGATIVA DEL MEDIO AMBIENTE SEGUNDA CAPACITACION PLAN DE CAPACITACION CONTINUA.	CÓDIGO: CIMA-EVA-ALM-1 VERSIÓN: 01 PÁGINA: 1 de 1 FECHA: 14/03/2025

NOMBRE: Wilson Pacheco
IDENTIFICACION: 1134[illegible]13
FECHA: 15/03/2025
CARGO: Manipulador de alimentos

9

9

Responder según los conocimientos adquiridos en la capacitación.

1. ¿Cuál de las siguientes prácticas es correcta para prevenir la contaminación cruzada?

a) Usar la misma tabla de cortar para carne cruda y ensalada
b) Desinfectar las superficies y utensilios después de usar productos crudos ✓
c) Colocar alimentos crudos encima de los cocidos en la nevera
d) Ninguna de las anteriores

2. Explica qué es la contaminación cruzada y cómo puede ocurrir en una cocina:

La contaminación cruzada es la que ocurre durante la manipulación o almacenamiento de alimentos y puede suceder con el contacto de una superficie mal lavada con un alimento ya desinfectado o con coccion ✓

3. ¿Qué utensilios se deben usar exclusivamente para los alimentos crudos?

a) Cucharas y cuchillos de madera
b) Tablas de cortar y cuchillos
c) Todos los utensilios pueden usarse para alimentos crudos ✓
d) Ninguna de las anteriores

4. ¿Por qué es importante separar los alimentos crudos de los cocidos en la cocina y durante su almacenamiento?

Es importante ya que las cosas crudas aun estan contaminadas y pueden transmitir microorganismos a lo que ya esta cocido

5. ¿Qué acción debe realizar un manipulador de alimentos después de manipular carne cruda antes de tocar otros alimentos?

a) Lavar las manos con agua tibia
b) Desinfectar los guantes
c) Cambiarse de guantes y lavar las manos con agua y jabón
d) Ninguna de las anteriores

6. Responda VERDADERO o FALSO; Un manipulador de alimentos debe usar la misma ropa durante todo el día sin necesidad de cambiarla.

falso

7. ¿Cuál es la norma más importante respecto a la higiene personal de un manipulador de alimentos?

a) No es necesario lavarse las manos si se usan guantes
b) Lavarse las manos adecuadamente antes de manipular alimentos y después de ir al baño
c) Usar perfume en la cocina
d) Solo es necesario lavarse las manos después de manipular alimentos crudos.

8. Explica por qué es importante que un manipulador de alimentos no asista al trabajo si está enfermo, especialmente si tiene síntomas como vómitos o diarrea.

El vomito y la diarrea del manipulador podrian estar en sus manos causando una grave contaminación cruzada

9. ¿Cuál de las siguientes situaciones es adecuada para un manipulador de alimentos?

a) Trabajar con fiebre y diarrea
b) Manipular alimentos sin lavarse las manos después de ir al baño
c) Usar guantes y cambiarse frecuentemente entre la manipulación de alimentos crudos y cocidos
d) Comer alimentos mientras manipula ingredientes crudos

EMPRESARIAL

	CORPORACIÓN INVESTIGATIVA DEL MEDIO AMBIENTE	CÓDIGO: CIMA-EVA-ALM-1
		VERSIÓN: 01
	SEGUNDA CAPACITACION	PÁGINA : 1 de 1
	PLAN DE CAPACITACION CONTINUA.	FECHA: 14/03/2025

NOMBRE: DIANA DANIELA GONZALEZ CUADROS
IDENTIFICACION: 1000729792
FECHA: 14/03/25
CARGO: MANIPULADOR DE ALIMENTOS

9/9

Responder según los conocimientos adquiridos en la capacitación.

1. ¿Cuál de las siguientes prácticas es correcta para prevenir la contaminación cruzada?

a) Usar la misma tabla de cortar para carne cruda y ensalada
b) Desinfectar las superficies y utensilios después de usar productos crudos
c) Colocar alimentos crudos encima de los cocidos en la nevera
d) Ninguna de las anteriores

2. Explica qué es la contaminación cruzada y cómo puede ocurrir en una cocina:

ES EL PROCESO EN EL QUE UN ALIMENTO ENTRA EN CONTACTO CON SUSTANCIAS AJENAS, PUEDE OCURRIR POR EL ACERCAMIENTO DEL MANIPULADOR, CON LAS MANOS SUCIAS, A CUALQUIER ALIMENTO

3. ¿Qué utensilios se deben usar exclusivamente para los alimentos crudos?

a) Cucharas y cuchillos de madera
b) Tablas de cortar y cuchillos
c) Todos los utensilios pueden usarse para alimentos crudos
d) Ninguna de las anteriores

4. ¿Por qué es importante separar los alimentos crudos de los cocidos en la cocina y durante su almacenamiento?

POR LA INOCUIDAD DE LOS ALIMENTOS, YA QUE LOS ALIMENTOS COCIDOS ESTÁN LISTOS PARA EL CONSUMO

EMPRESARIAL

5. ¿Qué acción debe realizar un manipulador de alimentos después de manipular carne cruda antes de tocar otros alimentos?

a) Lavar las manos con agua tibia
b) Desinfectar los guantes
● Cambiarse de guantes y lavar las manos con agua y jabón
d) Ninguna de las anteriores

6. Responda VERDADERO o FALSO; Un manipulador de alimentos debe usar la misma ropa durante todo el día sin necesidad de cambiarla.

FALSO

7. ¿Cuál es la norma más importante respecto a la higiene personal de un manipulador de alimentos?

a) No es necesario lavarse las manos si se usan guantes
● Lavarse las manos adecuadamente antes de manipular alimentos y después de ir al baño
c) Usar perfume en la cocina
d) Solo es necesario lavarse las manos después de manipular alimentos crudos.

8. Explica por qué es importante que un manipulador de alimentos no asista al trabajo si está enfermo, especialmente si tiene síntomas como vómitos o diarrea.

PORQUE SI SE LLEGASE A MANIPULAR ALIMENTOS, LAS PERSONAS QUE LOS CONSUMAN PODRIAN ENFERMAR

9. ¿Cuál de las siguientes situaciones es adecuada para un manipulador de alimentos?

a) Trabajar con fiebre y diarrea
b) Manipular alimentos sin lavarse las manos después de ir al baño
● Usar guantes y cambiarse frecuentemente entre la manipulación de alimentos crudos y cocidos
d) Comer alimentos mientras manipula ingredientes crudos

EMPRESARIAL