PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

1. **DENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENIZAJE**
   Guía de Análisis
   Denominación del Programa de Formación: Técnico en Cocina
   Código del Programa de Formación: 635503 **Versión:** 103
   Nombre del Proyecto:
   Aplicación de Técnicas y Procedimientos de Cocina con Enfoque en Tendencias Gastronómicas para Establecimientos Gastronómicos.
   Fase del Proyecto: Análisis
   Actividad de Proyecto:
   Identificar las materias primas y gestionar los riesgos de contaminación durante la preparación de alimentos, garantizando la trazabilidad en los procesos de estandarización de menús.

Competencia:

Medio ambiente, seguridad y salud en el trabajo

Control del manejo de materias primas en la producción de alimentos

Manipulación de alimentos

Preparacion de alimentos

Ingles – bilingüismo

Implementar hábitos saludables mediante la actividad física, de conformidad con las exigencias del perfil idóneo de egreso

Comunicacion oral y escrita

Interactuar en el contexto productivo y social de acuerdo con principios éticos para la construcción de una cultura de paz

Matemáticas

Ejercer derechos fundamentales del trabajo en el marco de la constitución política y los convenios

Internacionales.

Resultados de Aprendizaje Alcanzar:

Caracterizar materias primas teniendo las fichas técnicas del producto y los estándares de calidad definidos por la organización.

Detectar los riesgos de contaminación que afectan la producción de alimentos teniendo en cuenta los tipos de contaminantes (físicos, químicos y biológicos).

Efectuar procedimientos de alistamiento en materias primas de acuerdo con técnicas, parámetros de producción y calidad.

Comprender información básica oral y escrita en inglés acerca de sí mismo, de las personas y de su contexto inmediato en realidades presentes e historias de vida.

Desarrollar habilidades psicomotricesen el contexto productivo y social

Interpretar el sentido de la comunicación como medio de expresión social, cultural, laboral y artística.

Interpretar los problemas ambientales y de sst teniendo en cuenta los planes y programas establecidos por la organización y el entorno social.

Promover mi dignidad y la del otro a partir de los principios y valores éticos como aporte en la instauración de una cultura de paz.

Identificar situaciones problemáticas asociadas a sus necesidades de contexto aplicando procedimientos matemáticos.

Plantear problemas aritméticos, geométricos y métricos de acuerdo con los contextos productivo y social.

Valorar la importancia de la ciudadanía laboral con base en el estudio de los derechos humanos y fundamentales del trabajo.

Reconocer el trabajo como factor de movilidad social y transformación vital con referencia a la fenomenología y a los derechos fundamentales en el trabajo.

Decodificar mensajes comunicativos en situaciones de la vida social y laboral,teniendo en cuenta el contexto de la comunicación.

Duración de la Guía: 288 horas.

2. RESENTACION



Estimados aprendices:

- La cocina es un arte de muy difícil realización, ya que no solo debe aportar el placer al paladar y a la vista, también se debe trabajar con disciplina puesto que cumplimos un papel importante en la preparación de cada plato a la minuta, un rango en la brigada de cocina, esto nos compromete a trabar en equipo, tener ética profesional, saber escuchar y seguir instrucciones, usando siempre las buenas prácticas de manufactura y sobre todo cumplir unas funciones nutricionales, de mantenimiento de la salud, básicas para nuestra supervivencia y para poder obtener una mejor calidad de vida. Los ejercicios propuestos en la presente guía, nos servirán para estimular el pensamiento creativo y para asumir compromisos serios frente a los valores arriba mencionados en esta formación por proyectos que realizamos en el Sena. Asumamos con mucho interés el reto que se nos presenta.

FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- **Descripción de la(s) Actividad(es)**

Reflexión Inicial

Descripción de la actividad:

Nuestro mundo mantiene en una constante evolución, y la cocina hace parte de estos avances, pero en nuestro cerebro quedan recuerdos de sabores y aromas que al encontrar en el mundo gastronómico nos trae recuerdos de infancia, familiares que cocinaban, reuniones familiares, fiestas, entre otros eventos. Respecto a esto, de manera individual en una tarjeta o en el cuaderno plasme ese recuento histórico de:

- Las comidas que más nos gustaba cuando éramos niños y que en este momento poco las comemos o no volvimos a comer.
- La forma que nuestras abuelas cocinaban, nuestra mamá o familiares, que recordamos de esto y cuál era la comida preferida de ellas.
- Eventos familiares y/o Restaurantes que nos marcaron y que aún seguimos recordándolos, por motivos como el día, el lugar, la decoración, el tipo de comida que nos sirvieron, el servicio que nos presentaron, entre otros aspectos que hicieron que ese día quedara marcado en nuestros recuerdos.

  Una vez tengan ese reconocimiento personal conformen una mesa redonda y compartan las apreciaciones de las tarjetas con el análisis histórico de la cocina hagan un intercambio de tarjetas y procedan a y dialoguen sobre los avances gastronómicos y por qué se ha perdido en nuestra juventud la comida ancestral

Ambiente requerido: Ambiente 4

Estrategias o técnicas didácticas activas: Aprendizaje experiencial y trabajo colaborativo.

Materiales de formación: Computadores, mesas, TV, tablero

Material de apoyo: N/A

Duración de la actividad: 2 horas.

.

3.2 Actividades de contextualización e identificación de conocimientos necesarios para el aprendizaje:

Actividades de contextualización

Descripción de la actividad:

Como técnicos en cocina debemos aprender a analizar situaciones de problemas reales, cada día aprendemos algo nuevo de esta profesión. Por tal motivo ya cuando entramos a un establecimiento de comidas no lo disfrutamos de la misma manera que cualquier comensal, pues en el tiempo que pasamos en el lugar analizamos de manera más profesional todo lo que pasa en él.

De acuerdo a esto de manera individual responderemos las siguientes preguntas y al finalizar en una mesa redonda compartiremos todas nuestras respuestas que son experiencias vividas a la hora de ir a un establecimiento gastronómico.

1. ¿Cuál es el motivo que te hace ir al establecimiento gastronómico?
2. ¿Si es primera vez que vas a visitar un restaurante que es lo primero que miras del sitio y de la carta?
3. ¿Cuándo tienes un lugar para salir a comer de preferencia porque lo escoges? ¿de este sitio sabes cuantos platos tienen en su carta? ¿has probado todos los platos? ¿cada vez que vas pides el mismo plato?
4. ¿Cuándo vas a un establecimiento gastronómico consultas la historia de cómo se montó? ¿consultas la historia de los platos dentro del menú y/o la temática?
5. ¿De todos los restaurantes que has visitado cuales recuerdas, porque los recuerdas? ¿sabes cuantos platos hay en la carta de los restaurantes o cuantos deben ser el máximo de platos en una carta?
6. ¿Te fijas en la carta del sitio o solo pides y ya?
7. ¿Cuál restaurante es donde ha sido tu mejor servicio al cliente?

Ambiente requerido: taller 4

Estrategias o técnicas didácticas activas: Aprendizaje experiencial y trabajo colaborativo.

Materiales de formación: Computadores, mesas, TV, tablero

Duración de la actividad: 2 horas.

3.3 Actividades de apropiación:

Actividad
La historia y la evolución de la Cocina

Descripción de la actividad:

Identificaremos cómo ha sido la historia y evolución de la cocina a través de los tiempos, así como también los avances tecnológicos en los equipos y utensilios que se requieren en la cocina.
Actividad: En grupos de 3 aprendices, con el apoyo del instructor y material de apoyo, seleccionar un tema de los mencionados a continuación. Luego, elaborar una presentación en PowerPoint o Prezi.
Acción Interpretativa: Desarrollo
Consultar en el material de apoyo disponible en la plataforma sobre la evolución de la cocina desde la prehistoria hasta la actualidad. Investigar aspectos como:

- Hábitos alimenticios en diferentes épocas.
- Métodos de conservación de alimentos.
- Preparación y presentación de los platos.
- Tipos de menaje y utensilios utilizados en la preparación de alimentos.

Temas a elegir:

1. **La historia y evolución de la cocina a través de los tiempos:** Avances tecnológicos en equipos y utensilios de cocina.
2. **La historia de las especias, hierbas aromáticas y condimentos:** Usos comunes, disponibilidad en el mercado, especias en desuso y las más representativas en la cocina colombiana (con apoyo visual de imágenes).
3. **La historia de la cocina ancestral del Valle del Cauca:** Influencia de culturas, platos y dulces típicos, historia del pandebono y características identitarias de la región.
4. **La historia de la cocina colombiana:** Platos típicos por regiones, evolución de la cocina, utensilios tradicionales y mezclas culturales que definen nuestra gastronomía.
5. **La historia de la cocina francesa:** Ingredientes representativos, importancia en la evolución culinaria mundial, técnicas clave, platos típicos antiguos y actuales.
6. **La historia de la cocina española:** Influencias culinarias mutuas con otras culturas, platos típicos y su evolución, impacto en la gastronomía colombiana.
7. **La historia de la cocina africana:** Platos representativos y aportes a la cocina colombiana.
8. **La historia de la cocina romana-italiana:** Evolución de la cocina romana, influencia en la italiana, platos tradicionales antiguos y modernos, aportes culturales y gastronómicos a nivel global.

En sesión plenaria, cada grupo compartirá sus hallazgos. Con el apoyo del instructor, se elaborará una conclusión general sobre:

- Las raíces de la cocina ancestral colombiana.
- Influencias de otras culturas en nuestra gastronomía a lo largo del tiempo.
- Aportes de nuestros ancestros a culturas extranjeras.
- Platos tradicionales que perduran y continúan presentes en los menús de restaurantes actuales.

Ambiente requerido: Ambiente equipado con computadores, mesas, TV y tablero.
Estrategias o técnicas didácticas activas: Aprendizaje experiencial y trabajo colaborativo.
Materiales de formación: Computadores, mesas, TV, tablero.
Material de apoyo: N/A
Duración de la actividad: 2 horas.

Actividad
Crear una Carta/menú para el restaurante de su centro de formación con estándares de calidad

Descripción de la actividad:

Para continuar con nuestro proyecto formativo, uno de nuestros productos entregables es una carta para el restaurante restaurante , de forma individual realice una consulta sobre:
¿Qué es una carta?
¿Qué es un menú?
¿Cuál es la diferencia entre un menú y una carta?
¿Qué es una minuta patrón y cuál es la diferencia?
¿Cuándo se habla de un menú 3 tiempos o más tiempos a que nos referimos?
¿Cuántos tipos de menú hay?

En esta actividad, los aprendices de cocina deberán con el apoyo del instructror deben aplicar sus conocimientos vistos en clase de diseñode menús y planificación gastronómica para elaborar una carta profesional para un restaurante. La actividad podrá realizarse de forma individual o en grupos, permitiendo que cada aprendiz o equipo explore conceptos de creatividad, equilibrio de sabores, costos y presentación visual.
Cada participante o grupo deberá:

1. **Definir el concepto del restaurante** (tipo de cocina, público objetivo, estilo del servicio).
2. **Seleccionar los platos** que compondrán la carta, incluyendo entradas, platos fuertes, postres y bebidas, según la temática elegida.
3. **Describir cada plato** brevemente, resaltando ingredientes principales y técnicas de preparación.
4. **Establecer precios**: considerando costos de producción, margen de ganancia y competitividad en el mercado.
5. **Diseñar la carta** de manera estética y funcional, utilizando herramientas digitales (como Canva, Word, PowerPoint) o elaborándola de forma manual con un diseño atractivo.

Evidencias de Aprendizaje:

- Carta del restaurante finalizada (en formato digital)
- Presentación oral breve explicando el concepto del restaurante y la lógica detrás de la selección de los platos
- Participación activa durante la actividad

Ambiente requerido: ambiente con computadores, mesas, TV y tablero.
Estrategias o técnicas didácticas activas: Aprendizaje experiencial, trabajo colaborativo, Creatividad aplicada
Materiales de formación: Computadores, mesas, TV, tablero.
Material de apoyo: N/A
Duración de la actividad: 6 horas.





COMPETENCIA: Interactuar en lengua inglesa de forma oral y escrita dentro de contextos sociales y laborales según los criterios establecidos por el Marco Común Europeo de referencia para las lenguas.

RAP: Comprender información básica, oral y escrita en inglés, acerca de sí mismo, de las personas y de su contexto inmediato y en realidades presentes.

Dear apprentices.

We are starting our training program with all the enthusiasm and desire to achieve this goal that we have set for ourselves, preparing ourselves as excellent professionals in this technical program.

For me as a Bilingualism instructor, it is a pleasure and an honor to accompany you on this journey, supporting you in your process.

In this training we will work in a practical and simple way, learning English and applying it to our daily lives.

Welcome!

Let's Start!



LEARNING ACTIVITY 1: THIS IS ME

Topics:

Alphabet-AFI-Spelling

Simple Present Tense: a. With to be

b. With other verbs

c. Affirmative- Negative- Interrogative

Polite expressions for greeting, farewell and introduction

Yes/No questions with Wh-questions: who-what-when

Numbers

Cardinal: counting objects, age, phone numbers, dates, size, prices, hour, quantity, math operations

Ordinal: dates, position, floors in a building, century, Queens and Kings.

Articles

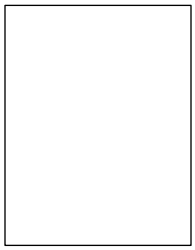
Definite: a-an

Indefinite: The

Plural of the Nouns Rules

ACTIVITY 1: My ID Card

MY PERSONAL INFORMATION



Names: _____ _____

First Names Surname/Last name

Date of Birth: ___ _____ ____ City: _____ Age: _____

DD MM YY

Address: _____ Neighborhood: _____ City: _____

Code Zip: _____ State: _____Mobile Phone number: _____

Email address: _____ Blood Type: _____

Marital Status: _____

Height (Ht): ___ cms. Weight (Wt): ___ kgs

Nationality: _____ Gender: Female __ Male _____ Other:_____ What:_____.

Student: ___ Employee: ____ Independent: _____ Educational level: _____.

_____.

Signature.

ACTIVITY 2: Giving Personal Information

Answer the following questions about the information given in the ID Card.

What is your name? I'm xxxxxxxx /My name is…..

What is your first name (s)? It's xxxxx / My first name is…..

What is your last name/surname? It's xxxxx /My last name is…..

What´s your date of birth? It's on xxxxx / I was born on xxxx (day-month-year)

When were you born? I was born on xxxx

Where were you born? I was born in xxxx (city)

How old are you? I'm _____ years old.

Where do you live? I live in xxxxxx (city)

What´s your address? It's xxxxx

What neighborhood do you live in? I live in xxxxxx

In xxxx

What´s your mobile/ cell phone number? It's xxxxxxxx /My mobile phone number is….

What´s the Code Zip? It's _____

What´s your e-mail address? It's xxxxxx /My email address is…..

What´s your blood type? It's xxxx

What´s your marital status? I'm ……

How tall are you? I'm _____ cms tall What´s your height?

What´s your weight? It's _____ kgrs How heavy are you?

Where are you from? I'm from Colombia.

What´s your nationality? I'm Colombian

What gender are you? Female

What do you do? I'm a Learner/student/Teacher/Instructor….

What`s your educational level? xxxxxxxxx

ACTIVITY 3: Resolve the following exercises online, so, take a screenshot and paste above each link.

https://www.liveworksheets.com/w/en/english-second-language-esl/57833

https://www.liveworksheets.com/w/en/english-language/2019274

https://www.liveworksheets.com/es/w/en/english-second-language-esl/192346

ACTIVITY 4: Introduce Yourself and Introduce to a partner.

ACTIVITY 5: Dynamic's Journalist (dinamica del periodista)

Para dinamizar el proceso de aprendizaje de esta fase, se propone la última actividad en la que los estudiantes se enumeran y se entrega un cuestionario totalmente diligenciado en inglés:

This Role Play consists of finding the partner who has the number of the question and carrying out the activity indicated there in the questionnaire.

What sport do you like?

What´s your mother´s name?

What city would you like to visit?

What is your favorite color?

Who is your favorite singer?

What kind of music do you like to listen?

What kind of movies do you like to watch?

What kind of food do you like?

When is your birthday?

Who is your favorite actor or actress?

What´s your favorite movie?

Which Colombian soccer team do you like?

Have you ever seen a ghost?

Who is your best friend?

What is the worst lie have you ever told?

Have you ever stolen anything?

Do you believe in superstitions?

What is that thing you would never do again?

Who will you never forget?

What's the nicest memories of your childhood?

Who should you ask for forgiveness from?

What has been your greatest achievement so far?

Do you have any pets? What?

Who is the most important person in your life?

Do you regret anything?

How do you see yourself in 5 years?

Have you ever cried for love?

What has been the saddest day in your life?

What has been the happiest day in your life?

How do you feel today?

This role play depends of quantity of learners in the file.

Actividad

Funciones por Cargo para Brigada de Cocina y servicio a la mesa (mesa y bar)

Descripción de la actividad:

Se iniciará la actividad con una introducción sobre la importancia de las brigadas de cocina y su rol fundamental en el mantenimiento del orden y la eficiencia durante la preparación de grandes cantidades de platos. Se explicará cómo la delegación adecuada de tareas y el respeto por las jerarquías garantizan el buen funcionamiento en la cocina.
Se presentarán los siguientes enlaces para que los aprendices comprendan mejor las funciones y estructuras de las brigadas:

- Brigada de Cocina Clásica
- Brigade de Cuisine y su División

- https://gastronomicainternacional.com/articulos-culinarios/todos/brigada-de-cocina-clasica/#:~:text=Las%20brigadas%20de%20cocina%20tienen,a%20profesionales%20y%20especialistas%20culinarios.

- https://institutpaulbocuse.usil.edu.pe/blog/que-es-el-brigade-de-cuisine-y-como-se-divide

Acción Interpretativa: Desarrollo
Los aprendices consultarán el material de apoyo en la plataforma y en el laboratorio de cocina del SENA CTA para comprender cómo se organiza una brigada de cocina. Deberán:

- Revisar el material recomendado por el instructor técnico.
- Elaborar un informe en PowerPoint o Prezi que incluya cuadros de mando de las estaciones de cocina, mesa y bar.
- Detallar las funciones de cada cargo, los rangos y la importancia de cada rol dentro de la brigada.
- Incluir un mapa conceptual que refleje el orden jerárquico en la cocina.

Realizar una presentación en power point y con el apoyo del instructor realizar una socialización del tema y abrir una mesa redonda para retroalimentar lo visto en clase, socializarla con el apoyo del instructor en el cual él les ayudara a completar sus dudas e inquietudes.

Acción Argumentativa: Cierre
Cada grupo realizará una presentación de su informe con el apoyo del instructor. Se abrirá una mesa redonda para discutir y retroalimentar el tema, donde los aprendices podrán resolver dudas e inquietudes, fortaleciendo así su comprensión sobre la estructura y funciones de las brigadas de cocina y servicio a la mesa.

Ambiente requerido: Aula de clase equipada con computadores, mesas, TV y tablero.
Estrategias o técnicas didácticas activas: Aprendizaje experiencial y trabajo colaborativo.
Materiales de formación: Computadores, mesas, TV, tablero.
Material de apoyo: N/A
Duración de la actividad: 2 horas

Actividades de apropiación: identificación legislación aplicable a la organización y proceso



Descripción de la actividad: Las políticas de la organización ajustadas a legislación en seguridad y salud en el trabajo en Colombia.
Ambiente requerido: ambiente de formación
Estrategias o técnicas didácticas activas: Aula invertida
Materiales de formación: Equipo de cómputo, internet, biblioteca Sena.
Material de apoyo: Guía fase de Análisis Legislación en Seguridad y Salud en el Trabajo
Evidencias de aprendizaje: presentación y sustentación del material asignado
Instrumentos de evaluación: presentación y sustentación del material asignado
Duración de la actividad: 12 horas.

3.3.1 Descripción de la actividad: **Reconociendo la importancia de las matemáticas en las operaciones de trasformaciones en los Establecimientos Gastronómicos.**

Ambiente requerido: taller 4 dotado de computadores, cocina dotada, suministro de agua potable.

Estrategias o técnicas didácticas activas: juegos, estudios de caso.

Materiales de formación: papel, lápiz, calculadora, internet.

Material de apoyo: guía de aprendizaje, taller escrito sobre regla de tres.

Evidencias de aprendizaje: talleres realizados en los encuentros formativos.

Instrumentos de evaluación: Cuestionario.

Rap: Identificar situaciones problemáticas asociadas a sus necesidades de contexto aplicando procedimientos matemáticos.

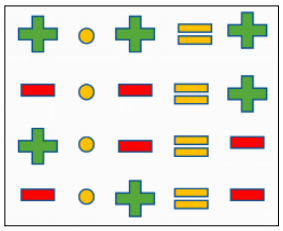
Duración de la actividad: horas

3.3.1Multiplicacion y Division de Numeros Enteros

La multiplicación es una suma abreviada que se utiliza para expresar cantidades entre sumandos.

- $5 + 5 + 5 + 5 = 20$
- **Cuatro veces 5** → **4 x 5 = 20**





- **Para multiplicar dos números Enteros:**
  - ✓ Se multiplican los valores absolutos
  - ✓ El signo del resultado es el que resulta de aplicar la regla de signos

Regla de los signos

➢ **Casos en la multiplicación de números Enteros**

I. Los dos factores son positivos **(+)**

+3 x (+6) ⟶ +3 veces (+ 6)

= (6 + 6 + 6) = + 18

Regla: + . + = (+) Positivo



+3 x (- 6) ⟶ +3 veces (- 6)

= [(- 6 - 6 - 6)]

= (- 18) = -18

Regla: + . -- = (--) Negativo

II. Un factor negativo y otro positivo **(-) , (+)**



La División es una operación que establece cuantas veces un numero llamado dividendo contiene a otro llamado divisor. Usa la misma regla de signos que la Multiplicación

Dividendo Divisor Cociente

(18) ÷ (3) = 6

(+) ÷ (+) = +
(-) ÷ (-) = +
(-) ÷ (+) = -
(+) ÷ (-) = -
División

÷ (+7) = + 5
÷ (- 9) = + 7
÷ (-5) = - 2
÷ (+ 5) = - 11

3.3.1.2 Potencias

La potenciación es la operación que permite obtener el valor de una potencia. Una potencia es un producto de factores iguales.

➢ **Términos de una Potencia**

Una potencia se expresa con dos términos:

- **Base**: Es el factor que se multiplica por sí mismo varias veces.
- **Exponente:** Es el número de veces que la base se multiplica por sí misma.

Base ⟶ a^n Exponente

$a^n = a \cdot a \cdot a \cdot \ldots$ n veces $\ldots \cdot$ Ej. $3^4 = 3 \cdot 3 \cdot 3 \cdot 3 = 81$

(¡OJO! $3^4 \neq 3 \times 4 = 12$) $5^2 = 5 \times 5 = 25$



La **potencia** de un número entero es otro número entero que se halla multiplicando la base por sí misma tantas veces como indique el exponente.

Si la base es positiva, la potencia es siempre positiva.

$(+5)^2 = 25$

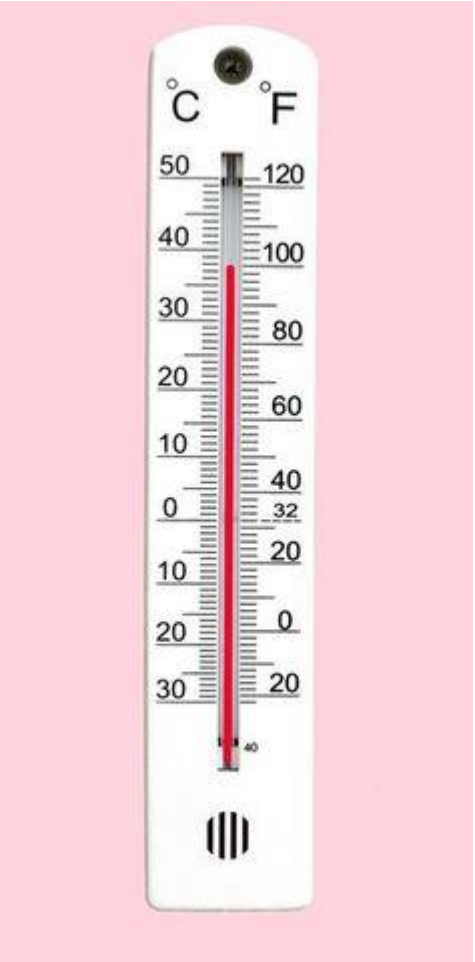
Si la base es negativa, la potencia será positiva si el exponente es par y negativa si el exponente es impar.

$(-3)^2 = (+9$ ... $7)$

➢ **Cuadrado Perfe**

Potencia	
0^2	
1^2	1 x 1 = 1
2^2	2 x 2 = 4
3^2	3 x 3 = 9
4^2	4 x 4 = 16
5^2	5 x 5 = 25
6^2	6 x 6 = 36

Potencia	Resultado
7^2	7 x 7 = 49
8^2	8 x 8 = 16



3.3.1.3 Temperaturas:

LA ESCALA DE TEMPERATURA CELSIUS se encuentra dividida en 100 grados, donde 0 °C simboliza el punto de congelación y los 100 °C, el punto de ebullición del agua a la presión atmosférica estándar. Esta escala también es llamada escala centígrada.

FAHRENHEIT: En esta escala de temperatura el punto de congelación viene representado por 32 °F y 212 °F es el valor del punto de ebullición del agua a la presión atmosférica estándar.

3.3.1.4 Unidades de medida:

Uso de gramos y kilogramos

Recordemos primero que, para poder identificar el peso de algunos objetos utilizamos distintas unidades de medida, como los gramos (g) y los kilogramos (kg).

- 1kilogramo (kg) = 1000 gramos (g)
- 1 gramo = 1000 miligramos (mg)

Explicación:

Para identificar el peso usando una de estas balanzas, primero debemos identificar cuánto vale cada intervalo, ya que estos pueden variar dependiendo del modelo de la balanza:

¿Cómo convertir de kilogramos a gramos?

Para convertir kilogramos a gramos, se multiplica por 1000. Por ejemplo:

Kilogramos:

¿Cuántos gramos son 3 kilogramos?

- 3 *1000 = 3000
- 3 kg = 3000 g

¿ Cuántos gramos son 6.2 kilogramos?

- 6.2* 1000 = 6200
- 6.2 kg = 6200 g

¿Cómo convertir de gramos a kilogramos?

Para convertir de gramos a kilogramos, se divide entre 1000. Por ejemplo:

¿Cuántos kilogramos son 7000 gramos?

- 7000 : 1000 = 7
- 7000 g = 7kg
- ¿Cuántos kilogramos son 680 gramos?*
- 680 : 1000 = 0.680
- 680 g = 0.680 kg

3.3.1.5 Rendimientos:

Conocer su porcentaje de rendimiento sirve a tres propósitos importantes para cualquier propietario o gerente de restaurante.

- Determinar qué cantidad de cada ingrediente alimentario utilizable tiene tras su procesamiento y producción.
- Calcular la cantidad de un ingrediente crudo que necesita comprar para cada receta.
- Determinar el costo real por porción de los ingredientes de cada plato de su menú.

Y mantener cifras coherentes en su porcentaje de rendimiento alimentario también le ayuda a:

- Planificar y revisar los menús.
- Establecer pautas adecuadas de almacenamiento y rotación.
- Gestión de proveedores.

Y ¿Cómo calcular el rendimiento y el costo de los alimentos?

Aprendiz, para esto tome el peso total del ingrediente crudo. Este es su peso tal como se compró (peso inicial o bruto). A continuación, realice cualquier producción o preparación alimentaria necesaria y pese las partes desechadas. Este es su peso de desecho o recorte. Por último, reste los residuos del peso PT para obtener el rendimiento o el peso del producto comestible (Pp):

Peso PT - residuos = peso Pp

Por ejemplo, usted compra 10 libras de papas para hacer sus papas fritas (peso Total). Después de pelarlas y trocearlas, desecha 2 libras (desperdicio), lo que le deja con 8 libras de papas fritas listas para cocinar (peso Pp).

Su porcentaje de rendimiento convierte este peso Pp en un porcentaje:

Peso producto / peso total x 100 = rendimiento %.

R=pp x 100

pt

En la Práctica de limpieza y desinfección miramos rendimientos con pelado y fraccionado de frutas, a los desperdicios se les llama mermas.

3.3.2. Descripción de la actividad: **Diseñando, planeando, ejecutando y evaluando mi capacitación en BPM:**

- ✓ Ambiente requerido: taller 4 dotado de computadores, cocina dotada, suministro de agua potable.
- ✓ Estrategias o técnicas didácticas activas: juegos, estudios de caso, consultas normativas.
- ✓ Materiales de formación: papel, lápiz, calculadora, internet, agua, agentes higienizantes, epp.
- ✓ Material de apoyo: guía de aprendizaje, taller higiene y manipulación de alimentos.
- ✓ Evidencias de aprendizaje: talleres realizados en los encuentros formativos, ambiente de cocina limpio, formatos de limpieza y desinfección diligenciados.
- ✓ Instrumentos de evaluación: Cuestionario, lista de chequeo de producto y lista de chequeo de desempeño.
- ✓ Raps: Detectar los riesgos de contaminación que afectan la producción de alimentos teniendo en cuenta los tipos de contaminantes (físicos, químicos y biológicos).
- ✓ Duración de la actividad: horas

Aprendiz, teniendo en cuenta la actividad Aplicar el plan de capacitación de BPM para manipular alimentos de acuerdo con normatividad vigente. (Resolución 2674 del 2013 en su Artículo 12 y 13. Educación y capacitación): 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.

Vamos a escribir individualmente en un papel los temas que le gustaría tratar en el curso, lo que quiere aprender sobre las BPM en que usted trabaja diariamente como manipulador de alimentos. Algunos ejemplos de esos temas podrían ser:

“ETAS, uso adecuado de dotación, manejo adecuado de residuos, limpieza y desinfección, Buenas Prácticas de Manufactura y sistemas preventivos de aseguramiento de la inocuidad, rotulado de alimentos, protocolo de lavado de manos, legislación sanitaria vigente, reconocer los factores que pueden ocasionar contaminación cruzada en lugares diferentes a su área de trabajo, de acuerdo

con la legislación sanitaria vigente, reporto los síntomas de enfermedades infectocontagiosas (ETAS), manejo adecuado de alimentos en cuarentena entre otras.
En su hoja de cuaderno, estimado aprendiz, va a realizar el siguiente cuadro con el consolidado de los temas propuestos por todo el grupo formativo, creando así nuestro Plan de capacitación, para dar cumplimiento a la normatividad vigente dirigida a los manipuladores de alimentos.

PLAN DE CAPACITACIÓN				
TEMA	METODOLOGÍA	DURACIÓN	FECHA(cronograma)	Instructor:
Ejemplo: Inducción (obligatoria)	Taller práctico BPM	2 horas	Al iniciar el curso	Lina Ma. Holguín
Etas, contaminación cruzada	Estudio de caso.	6		
Técnicas de conservación	Aplicación real en el complejo agroindustrial.	3		
Almacenamiento de alimentos	Aplicación real en el complejo agroindustrial.	3		
Infraestructura	Consulta normativa.	3		
Plan de saneamiento	Consulta normativa, diligenciamiento de formatos de limpieza y desinfección.	6		
normatividad				
Rotulado de alimentos	Taller práctico.	3		
Limpieza y desinfección	Seguimiento y verificación de	3		

	formatos diligenciados.			
microorganismos	Taller práctico.	3		
Elementos de protección personal y Prácticas higiénicas.	Actividades de desempeño.	3		

Vocabulario gastronómico.
(Apoyo transversal ingles)

En nuestro diario de vivir en la cocina escuchamos muchas palabras técnicas sobre preparaciones, cortes, menaje, entre otros, para familiarizarnos con estas palabras y entender de qué nos están hablando nuestros colegas.
Realizar de manera individual un diccionario de cocina de forma manual en español, ingles y frances, el cual debe ir en orden alfabético y el significado de cada palabra técnica utilizada en cocina para esto consulte el material de apoyo suministrado por los instructores que acompañan su proceso de formación. Tener en cuenta que este diccionario debe ser bien creativo/didáctico.

.

FORMACIONES FÍSICA Y MENTALMENTE ACTIVAS

Para el proceso de inmersión a las actividades de cultura física es importante tener en cuenta aquellos aspectos que se encuentran involucrados durante una sesión de ejercicios programados, por esta razón es necesario desarrollar una serie de talleres para favorecer la obtención de habilidades psicomotrices en cada uno de los aprendices.

1. **JUEGOS TRADICIONALES Y EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD**. Los juegos tradicionales son manifestaciones culturales presentes en todos los grupos y sociedades, se han venido practicando desde tiempo inmemorial y no han sufrido casi ninguna modificación en su estructura, asegurando su transmisión a lo largo de varias generaciones (Cañizares Márquez & Carbonero, 2016). Éstos juegos, permiten optimizar la propia motricidad a través del desarrollo de las habilidades motrices que va de la mano al desarrollo de la condición física y del bienestar físico (Castañer & Oleguer, 2006).

Así pues, consulte lo siguiente:

- Cuáles juegos tradicionales practicó en su infancia y cómo crees que se relaciona con el desarrollo psicomotriz en las diferentes etapas de la vida.
- Explique cómo el cambio de generación y la tecnología ha influido en la práctica de estos juegos.
- Realice un ejercicio de motricidad gruesa relacionado directamente con un juego tradicional. Desarróllelo con sus compañeros de formación y tome evidencia fotográfica del mismo.
- Diseñe de manera creativa un ejercicio de motricidad fina con objetos que tenga en su hogar o en la biblioteca SENA, puede, además, traer un juego de mesa para compartir con los compañeros de formación. Tome evidencia fotográfica.

Evidencia: Un documento en Word, PDF o Power point con las respuestas y las evidencias fotográficas.

Actividad

Identificando mis habilidades y valores



Teniendo en cuenta que los valores son importantes para una convivencia social armoniosa y, que sin los valores como referente frente a nuestra forma de actuar individual y hacia los demás, las relaciones humanas se debilitarían y no albergarían criterios comunes para la vida en sociedad. Podemos entonces concluir que los valores son características positivas de gran importancia que nos ayudan a ser mejores sujetos de una sociedad, tanto individual como socialmente.

Se pueden enumerar muchos valores claves para la construcción de una mejor sociedad, pero siempre se debe tomar en cuenta que todos se encuentran Inter ligados y que es crucial reconocerme y reconocer al otro con el valor intrínseco que nos caracteriza, ¿Quién soy yo? es una de esas preguntas existenciales que, si no sabemos responder, pueden llegar a convertirse en un obstáculo a la hora de ser felices. Saber quién es uno mismo y hacia dónde

queremos ir es una de las bases para encontrar bienestar en todos los detalles de la cotidianidad, por ello los invito a escuchar la reflexión, ¿Quién soy yo? …

Con el propósito de promover mi dignidad y la del otro a partir de los principios y valores éticos como aporte en la instauración de una cultura de paz, en quipo de trabajo asignado por su instructora de ética, consulte los siguientes temas, los cuales serán socializados utilizando la entrevista como medio interactivo para dar a conocer la apropiación del tema asignado.

Dignidad Humana: Concepto

Actos Humanos: Concepto

Acciones Humanas: Concepto

Libertad: Concepto

Moral: Concepto axiología: concepto, jerarquía de valores, ética: concepto

Ética aplicada: concepto, características

Para enmarcar los saberes adquiridos, realizaremos el decálogo de valor personal, pero antes veremos un video-clik con la definición de lo que puede ser un decálogo de valores personal. Luego realizaremos la retroalimentación y daremos paso a construir el decálogo de valores de nuestro grupo de formación enfocado a ser promotores de paz, para ello debemos identificar:

• El perfil

• Ocupación

• Descripción

• Expectativas

• Cualidades

• Principios y el rango de aplicabilidad

Ingrese al observatorio de mercado laboral Sena, identifique las habilidades que se encuentra asociadas a su ocupación y describa cuales debe fortalecer.

Deben ingresar en su portafolio en la carpeta de evidencias, la estructura de la entrevista realizada, el decálogo de valores personal y las habilidades con las que usted cuenta para su perfil, según el programa de formación.

Actividad e aprendizaje
Fundamentos de derechos fundamentales.

1. Con otra persona y a partir de las experiencias propias, familiares y de la comunidad donde viven resuelvan las siguientes preguntas: a. ¿Cuáles son las actividades económicas más importantes de su municipio o región? b. Describa cómo es el trabajo en su región o municipio. 2. A partir del documento "Fundamentos de economía ", con otra persona, elabore una línea de tiempo en la cual ubique los periodos históricos de la producción y las principales características del trabajo para cada periodo. 3. Escuche atentamente la presentación del instructor sobre las dimensiones del trabajo: antropológica, sociológica, económica y jurídica. 4. Con la lectura de "Cambios en el mundo del trabajo" elabore un mapa conceptual que incluya los conceptos: Trabajo,, Precarización, tercerización, des-laborización, y su relación con Dignidad Humana. 5. Elabore un documento en el cual presente sus argumentos, opiniones y análisis acerca de, cómo el trabajo que se desarrolla en su región o municipio contribuye o no a la dignidad humana. 6. De acuerdo a las respuestas dadas en el numeral 1 de las actividades, seleccione un tipo de trabajo en el cual ustedes puedan evidenciar condiciones de precarización, tercerización, deslaboralización y representelo mediante un sociodrama del caso, cerrando la presentación con una reflexión del grupo y posibles alternativas de solución.

Actividad de aprendizaje

ACTIVIDAD DE INVESTIGACIÓN DE MERCADOS



https://www.questionpro.com/es/investigacion-de-mercados.html

La investigación de mercados es un proceso que consiste en recopilar, analizar e interpretar información sobre un mercado, sus consumidores y competidores. El objetivo es mejorar el rendimiento de una empresa.

¿Para qué sirve?

- Ayudar a las empresas a comprender mejor el mercado y sus clientes

- Determinar cómo posicionarse frente a sus competidores
- Mejorar la comunicación con los clientes
- Identificar las tendencias del mercado y los cambios en el comportamiento del consumidor.
- Diagnosticar el entorno

¿Cómo se realiza?

- Se recopilan datos sobre los intereses, necesidades, actitudes, motivaciones y barreras del público objetivo
- Se recopilan los datos
- Se generan conclusiones

Para el desarrollo de esta actividad, el aprendiz debe establecer el objeto de estudio de la investigación mediante la definición del problema, formulándolo adecuadamente, de manera que responda a una necesidad específica de la empresa. Como apoyo a sus conclusiones, el aprendiz debe tabular la información recolectada mediante graficación estadística, procesando los datos mediante un análisis.

Para cumplir con esta evidencia, es importante que haya revisado, leído y comprendido el material de estudio suministrado por su instructor.

ORIENTACIÓN: El aprendiz elaborará un documento donde realice la propuesta para el desarrollo de su proyecto formativo, aplicando cada uno de los pasos vistos en las fases del modelo de investigación, el documento debe contener lo siguiente:

1. Portada

2. Introducción

3. Diagnóstico sobre el problema objeto de estudio

4. Planteamiento del problema de estudio: El planteamiento del problema deberá estar desarrollado bajo la metodología de Árbol de Problemas.

5. Justificación del estudio o necesidades del proyecto a las que responde.

6. Objetivo general del estudio

7. Hipótesis del estudio

8. Fuentes de información.

9. Técnicas de recolección de información.

10. Instrumentos de recolección de información.

11. Población y definición de la muestra. https://es.surveymonkey.com/mp/sample-size-calculator/

12. Recolección de datos.

13. Tabulación y análisis de datos, inferencias estadísticas e interpretación

EVIDENCIA DE PRODUCTO: informe de investigación de mercados.

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: lista de chequeo de producto

3.4 Actividades de Transferencia el Conocimiento:

Cada grupo o aprendiz deberá realizar una muestra de uno de los platos del menú diseñado, aplicando los conocimientos adquiridos en planificación, técnicas culinarias y presentación. Esta muestra permitirá evidenciar la coherencia entre el diseño del menú y la ejecución práctica**.**

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Tome como referencia las técnicas e instrumentos de evaluación citados en la guía de Desarrollo Curricular

Fase del proyecto formativo	Actividad del proyecto formativo	Actividad de Aprendizaje	Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Análisis	Aplicación de Técnicas y Procedimientos de Cocina con Enfoque en Tendencias Gastronómicas para Establecimientos Gastronómicos.	Reconociendo la importancia de las matemáticas en las operaciones de trasformaciones en los Establecimientos Gastronómicos.	Talleres realizados en los encuentros formativos.	Define el problema a resolver de acuerdo con las necesidades de su entorno Define procedimientos matemáticos según la	Cuestionario.

				situación problemática □ Plantea ecuaciones de primer grado de acuerdo con los ejercicios planteados.	
	Procedimientos de Cocina con Enfoque en Tendencias Gastronómicas para Establecimientos Gastronómicos.	Diseñando, planeando, ejecutando y evaluando mi capacitación en BPM.	Talleres realizados en los encuentros formativos, ambiente de cocina limpio y organizado.	Reconoce los contaminantes de los alimentos según fuentes y factores que la generan. Identifica los mecanismos de contaminación de los alimentos de acuerdo con factores, fuentes y puntos críticos de control. Relaciona sintomatología de enfermedades con riesgos de contaminación en los alimentos. Relaciona alimentos de mayor, medio y bajo riesgo con los posibles	Cuestionario, lista de chequeo de producto y lista de chequeo de desempeño.

				factores de contaminación endógenos y exógenos.	

Evidencias de Conocimiento: Línea de tiempo Mapa conceptual Evidencias de Desempeño Sociodrama Descripción de las actividades económicas y trabajo local	Compara las condiciones del trabajo en el devenir histórico Relaciona los conceptos de persona, sociedad, trabajo, justicia, paz con la dignidad humana Describe las actividades económicas y del trabajo en su contexto En equipo organiza y representa un caso y elaboran conclusiones del mismo Texto Argumentativo acerca de la relación entre el trabajo de su contexto local con la dignidad humana	Línea de tiempo Mapa conceptual Preguntas directas sobre características del trabajo en contexto local Sociodrama Texto Argumentativo

Evidencias de Producto: Texto escrito acerca de la relación entre el trabajo dignidad humana y sociedad		Lista de chequeo

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Evidencias de Conocimiento: **Historia y Evolución de la Cocina.** Historia, especies **Recopilando los platos más representativos de la cocina ancestral norte del valle del cauca** Revista	Interpretar los contextos actuales de la cocina de acuerdo a su evolución histórica, avances tecnológicos y características de clima.	**Técnica de evaluación:** Formulación de preguntas. **Instrumento de evaluación:** Cuestionario. **Técnica de evaluación** Valoración de producto **Instrumento de evaluación:** Lista de chequeo
Evidencia de desempeño Participa activamente en la realización de los juegos de motricidad fina y gruesa. **Evidencia de producto** Informe con la realización del	* ADMINISTRA UN PLAN DE HIGIENE CORPORAL DENTRO DEL CONTEXTO PRODUCTIVO. * IDENTIFICA LAS TÉCNICAS DE COORDINACIÓN MOTRIZ RELACIONADAS CON SU PERFIL OCUPACIONAL.	**De desempeño:** Lista de Chequeo **Técnica de Evaluación:** Observación directa **De producto:** Lista de chequeo

componente teórico y plasmar las evidencias del componente práctico.	* SELECCIONA TÉCNICAS QUE LE PERMITEN POTENCIAR SU CAPACIDAD DE REACCIÓN MENTAL Y MEJORAR SUS DESTREZAS MOTORAS SEGÚN LA NATURALEZA DE SU ENTORNO LABORAL.	**Técnica de evaluación:** Valoración de producto
De producto: Cuadro de identificación de riesgos laborales relacionados con su ambiente laboral.	Contribuyen el cuidado y uso de los elementos que integran su entorno formativo y laboral.	**Técnica de Evaluación**: Valoración del producto **Instrumento de Evaluación**: Lista de chequeo.
Evidencias de Producto: Carta / menu	Interpretar los contextos actuales de la cocina de acuerdo a su evolución histórica, avances tecnológicos y características de clima. Reconoce las características organolépticas y físicas y químicas de los alimentos.	**Técnica de evaluación**: Valoración de producto. **Instrumento de evaluación:** Lista de chequeo.
De desempeño: presentación sobre la importancia de la implementación de estrategias de gestión ambiental en el desempeño laboral y social.	Dispone los residuos teniendo en cuenta las normas de clasificación de los mismos. Optimiza los recursos requeridos en el desarrollo de sus actividades formativas y productivas. Mantiene limpio y ordenado el lugar donde desarrolla sus actividades formativas y productivas según estándares de protección ambiental. Contribuye en el cuidado y uso de los elementos que integran su entorno formativo y laboral según normas institucionales.	**Técnica:** Valoración de Desempeño. **Instrumento de evaluación:** Lista de chequeo

DETECTAR LOS RIESGOS DE CONTAMINACIÓN QUE AFECTAN LA PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS TENIENDO EN CUENTA LOS TIPOS DE CONTAMINANTES (FÍSICOS, QUÍMICOS Y BIOLÓGICOS).		
Evidencias de Aprendizaje	**Criterios de Evaluación**	**Técnicas e Instrumentos de Evaluación de la Evidencia**
Evidencias de Conocimiento:		Sustentación verbal, de elementos teóricos vinculados

(Maneja los conceptos vinculados a, Listado de defectos Higiénicos, Resumen Técnico características de la normativa, formato de verificación, Glosario**)**	Asume las prácticas higiénicas y medidas de protección en la preparación de alimentos de acuerdo con normatividad y procedimientos operativos estandarizados de saneamiento	al desarrollo de la actividad, cuestionario Acordado.
Evidencias de Desempeño: **(**Aplica en sus entornos de trabajo de forma preventiva el **Listado** de defectos Higiénicos, Resumen Técnico características de la normativa, formato de verificación, Glosario**)**		Diseño, creación mejora, y **Manejo** de Herramienta en función de la aplicación de los saberes adquiridos en el desarrollo de la actividad.
Evidencias de Producto: **(**Realiza el Listado de defectos Higiénicos, Resumen Técnico características de la normativa, formato de verificación, Glosario**)**		Herramienta, de trabajo, vinculada al desempeño operativo, documento, programa, app, documento Hipervínculo, video, poster.

1. GLOSARIO DE TERMINOS

Cultura física: Disciplina de tipo pedagógica que se centra en el movimiento corporal para luego desarrollar de manera integral y armónica las capacidades físicas, afectivas y cognitivas de las personas con la misión de mejorar la calidad de vida de las mismas en los diferentes aspectos de esta, familiar, social y productivo.

Motricidad: Termino con el cual se designan las actividades corporales en la educación física y el deporte. Con la palabra motricidad se busca la complejidad de las actividades corporales, sus características neurológicas, psicológicas, estereotipos, automatismos genéticos y productos del aprendizaje motor (Silva Camargo , 2014).

Actividades deportivas: Se entiende por actividad física, según la OMS, cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija más gasto de energía que estar en reposo, actividad que se considera una herramienta para mantener la salud y para prevenir diferentes enfermedades. Entre estas actividades está, por ejemplo, caminar hasta el sitio de trabajo, utilización de escaleras en vez de ascensores, determinadas rutinas en el trabajo y actividades recreativas.

Aprendizaje auto dirigido

Es un método en el que el aprendiz asume la iniciativa en el diagnóstico de sus necesidades de formación, la formulación de los objetivos, la elección y búsqueda de los recursos humanos y materiales, selecciona las estrategias para aprender mejor y evalúa los resultados obtenidos. El instructor – tutor actúa como facilitador y es un recurso al del aprendizaje auto dirigido.

El aprendizaje autónomo se refiere a la posibilidad que tiene el aprendiz de gestionar su propio proceso de aprendizaje para desarrollar las competencias, accediendo a diferentes fuentes de conocimiento. Desde el proyecto se identifican los tiempos de dedicación del aprendiz a trabajo con el Instructor- tutor, con el monitor, con el equipo (grupo de trabajo) y al trabajo individual (por ejemplo, consultas en blackboard, tiempo dedicado a prácticas empresariales y a otras actividades).

Aprendizaje colaborativo

Conjunto de métodos que se aplican en grupos pequeños, de entrenamiento y desarrollo de habilidades mixtas, donde cada miembro del grupo es responsable tanto de su aprendizaje como del de los restantes miembros del grupo.

Criterio de Evaluación

Enunciado que expresa el grado y tipo de aprendizaje que se espera que sea alcanzado por el Aprendiz respecto a algún concepto, procedimiento o actitud concreta. El criterio puede

representarse a través de indicadores o descriptores específicos. Proveen señales significativas para la evaluación, las cuales dan cuenta del estado de las competencias desarrolladas por el Aprendiz.

6. REFERENTES BILBIOGRAFICOS

Libro Manual gastronómico de Nestlé profesional creative food & beverage solutions

Libro la cocina francesa clásica de Le Gordon Blue

Libro: La guía profesional de la cocina de Jaime álzate

Libro: salsas madres y salsas derivadas de Daniel Sandoval escuela de gastronomía instituto superior mariano moreno introducción a la cocina I

Libro: historia de la cocina y de los cocineros (E. neirinck, J-P Poulain)

BIBLIOGRAFÍA

Cañizares Márquez , J., & Carbonero, C. (2016). Juegos y deportes tradicionales. En *Juegos y deportes populares, autóctonos y tradicionales* (pág. 30). Sevilla: Wanceulen Editorial.

Castañer, M., & Oleguer, C. (2006). En *Manifestaciones básicas de la motricidad* (pág. 172). Lérida: Edicions de la Universitat de Lleida.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (Octubre de 2017). *Pausas Activas.* Obtenido de https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/procesos/pu1.pg6_.gth_publicacion_cartilla_pausas_activas_2018_v1.pdf

Silva Camargo , G. (2014). Diccionario básico del deporte y la educación fisica . Armenia : Kinesis .

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)				

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

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					