Lugar	Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca
Fecha	04/12/2025 1:00 – 2:00 p.m.
Tema	Contaminación cruzada
Desarrollo	**1. Objetivo de la sesión de capacitación** Establecer conocimientos claros, actualizados y aplicables sobre **contaminación cruzada** en el servicio de alimentos del *Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca*, dirigidos al talento humano involucrado en la recepción, almacenamiento, preparación, servido y distribución de alimentos, con el fin de **prevenir riesgos sanitarios**, proteger la salud de las personas mayores atendidas y fortalecer el cumplimiento de la normativa higiénico–sanitaria vigente. Específicamente, la capacitación tuvo como propósito que los participantes reconocieran las **fuentes y mecanismos de contaminación cruzada**, identificaran las **etapas críticas del proceso de producción de alimentos** en las que esta puede ocurrir, y aplicaran **medidas preventivas concretas** relacionadas con la higiene personal, el uso adecuado de utensilios y equipos, la organización de áreas, la manipulación de alimentos crudos y listos para el consumo, el correcto almacenamiento, y las buenas prácticas de limpieza y desinfección. Todo ello, en coherencia con el plan de capacitación anual del servicio de alimentación y los lineamientos internos de seguridad alimentaria del Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca. **2. Introducción** En el marco del **plan de capacitación anual** del servicio de alimentos del *Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca*, se desarrolló una jornada formativa orientada al talento humano responsable de la producción y suministro de alimentos a las personas mayores institucionalizadas. Esta población se considera especialmente **vulnerable** desde el punto de vista nutricional e inmunológico, debido a la presencia frecuente de enfermedades crónicas, polifarmacia, cambios fisiológicos propios del envejecimiento y posibles limitaciones funcionales, lo que incrementa el impacto de cualquier enfermedad transmitida por alimentos. Dentro de los factores que más contribuyen a los brotes de enfermedades de origen alimentario, la **contaminación cruzada** ocupa un lugar central. Esta se define como la **transferencia de microorganismos patógenos, alérgenos o sustancias indeseables desde un alimento, superficie, utensilio, equipo, manipulador o ambiente contaminado hacia un alimento limpio o listo para el consumo**, generando un riesgo sanitario para quien lo ingiere. En un entorno como el del Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca, donde diariamente se

producen y distribuyen preparaciones a una población sensible, la prevención de la contaminación cruzada no es únicamente un requisito técnico, sino también un componente esencial de la calidad del cuidado.

En razón de lo anterior, la capacitación realizada el día 0 de noviembre se orientó a **reforzar las competencias del personal de cocina y auxiliares del servicio**, abordando tanto los aspectos conceptuales como las prácticas concretas que deben observarse en la operación diaria. Se consideró de especial relevancia enfatizar en la **responsabilidad individual y colectiva** del talento humano, en la correcta comprensión de los **flujos de trabajo dentro de la cocina**, en la adecuada separación entre alimentos crudos y listos para consumo, y en el cumplimiento riguroso de las Buenas Prácticas de Manufactura (BPM).

Este espacio formativo también se concibió como una oportunidad para **identificar y corregir prácticas inadecuadas** que puedan presentarse en el servicio, promover el trabajo en equipo y alinear las acciones cotidianas con los estándares de seguridad alimentaria. De esta manera, la capacitación contribuye a fortalecer el sistema de calidad del servicio de alimentos y a garantizar que cada preparación que llega al plato de una persona mayor sea inocua, segura y acorde con los principios de cuidado integral que orientan la labor institucional.

3. Desarrollo del tema: Contaminación cruzada en el servicio de alimentos

Durante el desarrollo de la capacitación sobre **contaminación cruzada**, se abordó el tema de manera progresiva, partiendo de los fundamentos conceptuales hasta llegar a las aplicaciones prácticas en el contexto específico de la cocina del *Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca*.

En primer lugar, se presentó la **definición de contaminación cruzada**, aclarando que no solo se refiere a la presencia de bacterias, virus u hongos, sino también a la posible transferencia de **alérgenos o sustancias químicas** desde un sustrato contaminado a un alimento limpio o listo para el consumo. Se explicó la diferencia entre:

- **Contaminación cruzada directa:** cuando un alimento crudo entra en contacto físico con un alimento listo para consumo (por ejemplo, una pechuga cruda tocando un alimento ya cocido).
- **Contaminación cruzada indirecta:** cuando la transferencia ocurre a través de manos, cuchillos, tablas de picar, paños, equipos, superficies o recipientes, entre otros.
- **Contaminación cruzada por alérgenos:** cuando residuos de alimentos potencialmente alergénicos se transfieren a preparaciones destinadas a personas que no deberían recibir dichos componentes.

Posteriormente, se revisaron las **principales fuentes de contaminación cruzada** en una cocina institucional, destacando:

- **Manipulador de alimentos:** manos sin el adecuado lavado, uso incorrecto de guantes, uniformes sucios, hábitos como tocarse la cara, el cabello o el teléfono celular durante la preparación.
- **Superficies y equipos:** tablas de corte, mesones, cuchillos, licuadoras, ollas, bandejas, hornos, refrigeradores y otros equipos que, si no se limpian y desinfectan adecuadamente, pueden convertirse en vehículos de contaminación.
- **Alimentos crudos:** especialmente carnes, pollo, pescado, huevos y algunas verduras sin lavar, que pueden contener microorganismos patógenos.
- **Utensilios y paños de cocina:** en particular los paños reutilizados múltiples veces sin la higiene adecuada y los utensilios usados indistintamente para alimentos crudos y listos para consumo.
- **Ambiente y organización:** desorden en la distribución de áreas, ausencia de separación física o funcional entre zonas de crudos y cocidos, manipulación simultánea de múltiples preparaciones sin protocolos claros.

Se hizo énfasis en la **organización del flujo de trabajo dentro de la cocina**, explicando que la disposición física y la secuencia de actividades deben diseñarse de manera que siempre se avance de lo **"más sucio" a lo "más limpio"**: recepción de materias primas → almacenamiento → prealistamiento de alimentos crudos → cocción → porcionamiento → servido. Se analizó cómo la ruptura de este flujo (por ejemplo, devolver alimentos cocidos a zonas de crudos o utilizar las mismas tablas y cuchillos sin limpieza y desinfección adecuada) incrementa de forma importante el riesgo de contaminación cruzada.

En cuanto a la **higiene personal**, se reforzaron los siguientes puntos:

- Lavado de manos con agua y jabón en los momentos críticos: inicio de labores, después de usar el baño, después de toser o estornudar, tras manipular basura, carnes crudas u otros alimentos de riesgo, y antes de manipular alimentos listos para consumo.
- Uso correcto del uniforme: gorro o cofia cubriendo el cabello, tapabocas cuando sea requerido, delantal limpio, uñas cortas y sin esmalte, ausencia de joyas o accesorios.
- Conductas prohibidas en área de cocina: comer, fumar, manipular teléfonos celulares, dinero u objetos personales durante la preparación de alimentos.

Se abordó luego el tema del **manejo diferenciado de alimentos crudos y alimentos listos para consumo**, recomendando:

- Utilizar **tablas de picar y cuchillos diferenciados y claramente identificados**

para carnes, pollo, pescado, vegetales y panificados.

- Mantener los alimentos crudos **siempre separados** de los alimentos cocidos o listos para el consumo, tanto en las mesas de trabajo como en los equipos de refrigeración.
- Almacenar los alimentos crudos en niveles inferiores dentro de la nevera o cuarto frío para evitar goteos sobre otros alimentos.
- Proteger las preparaciones listas para servir mediante recipientes tapados, envolturas adecuadas o contenedores cerrados.

En relación con la **limpieza y desinfección**, se revisaron los procedimientos básicos para reducir el riesgo de contaminación cruzada:

- Retiro de residuos gruesos, lavado con detergente, enjuague y desinfección de superficies y utensilios en el orden correcto.
- Frecuencia de limpieza de equipos de uso continuo (mesones, tablas, cuchillos, licuadoras, balanzas, entre otros), en especial cuando se cambia de tipo de alimento (por ejemplo, de carne cruda a vegetales o alimentos cocidos).
- Uso de soluciones desinfectantes en concentraciones adecuadas y respetando tiempos de contacto.
- Importancia del **plan de saneamiento** y su articulación con la prevención de contaminación cruzada (programas de limpieza y desinfección, manejo de residuos, control de plagas, mantenimiento de equipos).

Se discutieron ejemplos concretos del día a día en el **servicio de alimentos del Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca**, tales como:

- Preparaciones que involucran carnes crudas y ensaladas de consumo en fresco.
- Servicio de alimentos a personas mayores con dietas modificadas en consistencia o restricciones específicas.
- Situaciones en las que el tiempo y la presión de la operación pueden llevar a atajos peligrosos (por ejemplo, reutilizar un cuchillo sin lavado o colocar alimentos cocidos en una bandeja donde antes hubo productos crudos).

Los participantes fueron invitados a **identificar prácticas de riesgo** que pudieran estar ocurriendo en la cocina y a proponer acciones correctivas y preventivas, fomentando así la corresponsabilidad en el cuidado de la seguridad alimentaria.

Se resaltó que la contaminación cruzada es, en muchos casos, **evitable**, siempre que se cumplan de forma sistemática las Buenas Prácticas de Manufactura, se mantenga una cultura de higiene y se respeten los procedimientos establecidos por la institución.

Finalmente, se reiteró que la prevención de la contaminación cruzada tiene un impacto directo en la **salud y seguridad de las personas mayores**, motivo por el

cual cada integrante del talento humano del servicio de alimentos cumple un papel fundamental. La capacitación se integró como parte del proceso continuo de **mejora de la calidad del servicio**, reforzando el compromiso del equipo con la inocuidad de los alimentos y el cuidado integral de la población atendida.

Registro Fotográfico



	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
Asistentes	Carmen Alicia Rico	Aux. Cocina	CCT Cundinamarca
	Luz Marina Sandoval	Aux. Cocina	CCT Cundinamarca
	María Bernarda Abril	Aux. Cocina	CCT Cundinamarca
	Ludybia Olarte Aguilar	Aux. Cocina	CCT Cundinamarca
	David Esteban Perdomo	Nutricionista	CCT Cundinamarca

	Yeiny Victoria Martinez 	Coordinadora	CCT Cundinamarca
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	No se generaron compromisos	No aplica	No aplica
Próxima reunión	Se propone una nueva reunión para el mes de enero		
Elaboró	David Esteban Perdomo Sossa		