Lugar	Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca
Fecha	09/12/2025 1:00 – 2:00 p.m.
Tema	Contaminación cruzada
Desarrollo	**1. Objetivo de la sesión de capacitación** Fortalecer las competencias del talento humano del servicio de alimentos del **Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca** en el **manejo adecuado de la minuta de alimentos**, comprendiendo la estructura, objetivos y correcta utilización de la **minuta patrón**, el **ciclo de menús** y las **guías de estandarización de preparaciones y manejo de utensilios**, con el fin de garantizar una alimentación organizada, suficiente, inocua, equilibrada y acorde con las necesidades nutricionales de las personas mayores atendidas en la institución. Específicamente, la sesión tiene como propósito que el personal: • Reconozca la **función de la minuta patrón y del ciclo de menús** como herramientas de planificación técnica y operativa del servicio de alimentos. • Comprenda la importancia de las **preparaciones estandarizadas**, de los **utensilios de medida y servicio** y de su uso riguroso para asegurar porciones homogéneas y cumplimiento de las raciones definidas. • Aplique correctamente la minuta diaria durante la **preparación, servido y distribución de alimentos**, evitando variaciones no autorizadas, desperdicios o desajustes en la oferta alimentaria. • Identifique su **responsabilidad individual y colectiva** en el cumplimiento de la minuta, como parte clave de la calidad del servicio y del bienestar de las personas mayores. **2. Introducción** En el contexto del **Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca**, el servicio de alimentos constituye un componente fundamental del cuidado integral que se brinda a las personas mayores. La alimentación no solo cumple un rol nutricional, sino que también se relaciona con aspectos de **salud, bienestar, satisfacción, rutina diaria y dignidad** de quienes reciben el servicio. Por ello, la planificación, organización y ejecución de la oferta alimentaria deben realizarse de manera **técnica, sistemática y coherente** con las necesidades específicas de esta población. En ese marco, la **minuta patrón** y el **ciclo de menús** se consolidan como herramientas esenciales para asegurar que la alimentación responda a criterios de **variedad, equilibrio, adecuación y suficiencia nutricional**, teniendo en cuenta los lineamientos institucionales, los requerimientos

derivados de patologías crónicas, las derivaciones dietarias, las preferencias razonables de las personas mayores y los recursos disponibles. Una minuta bien diseñada, respetada en su ejecución y actualizada cuando corresponde, permite que el servicio de alimentos funcione de forma ordenada, predecible y verificable.

Sin embargo, la minuta no se limita a una lista de comidas por día; está íntimamente ligada a las **guías de estandarización de preparaciones**, los **gramajes definidos**, el **uso de utensilios de medida y servido**, y las **porciones establecidas**. Estos elementos aseguran que lo que está escrito en la minuta se traduzca fielmente en lo que llega al plato de la persona mayor, evitando que algunas reciban raciones insuficientes o excesivas, cambios no autorizados de preparaciones o variaciones importantes entre un turno y otro.

La capacitación dirigida al talento humano del servicio de alimentos busca justamente reforzar esta **cadena de coherencia** entre el diseño técnico de la minuta, el ciclo de menús, la estandarización de preparaciones y su aplicación práctica día a día. En la medida en que todo el equipo comprenda el sentido de estas herramientas, se fortalece el **trabajo organizado**, se disminuyen errores, se optimizan los recursos y se mejora la experiencia alimentaria de las personas mayores.

De esta forma, la jornada de cualificación se integra al **plan de capacitación anual**, con el objetivo de consolidar una cultura de trabajo basada en normas claras, procedimientos estandarizados y un alto sentido de responsabilidad frente a la alimentación institucional y a la seguridad alimentaria en el contexto del cuidado de personas mayores.

3. Desarrollo del tema: Manejo de la minuta de alimentos

(minuta patrón, ciclo de menús, manejo de utensilios estandarizados)

Durante el desarrollo de la capacitación, se abordó de manera detallada el **manejo de la minuta de alimentos**, insistiendo en la relación estrecha entre la **minuta patrón**, el **ciclo de menús**, las **preparaciones estandarizadas** y el uso de **utensilios de medida y servido**.

- **3.1. Concepto y función de la minuta patrón**

En primer lugar, se explicó que la **minuta patrón** es el documento técnico que orienta la oferta alimentaria del servicio, estableciendo:

- Los **tiempos de comida** (desayuno, media mañana, almuerzo, onces, comida, refrigerios cuando aplique).
- Las **preparaciones específicas** en cada tiempo de comida.

	• La **frecuencia de aparición** de cada grupo de alimentos (cereales, frutas, verduras, proteínas, lácteos, grasas, etc.). • La **participación de las diferentes derivaciones dietarias** para personas mayores con indicaciones especiales (hipoglucídicas, hiposódicas, hipograsa, hiperproteicas, blandas, licuadas, etc.). Se destacó que la minuta patrón: • Permite garantizar **equilibrio nutricional** en el tiempo, evitando repeticiones excesivas o ausencia de alimentos clave. • Sirve como base para el **ciclo de menús**, la **planificación de compras** y la **estimación de raciones**. • Es una herramienta que debe ser **respetada en su ejecución diaria**, salvo cambios autorizados por el profesional en nutrición o la coordinación del servicio. Se enfatizó que la minuta patrón no debe verse como un simple formulario administrativo, sino como una **guía de trabajo técnico** que orienta todas las actividades de la cocina, desde el prealistamiento hasta el servido. • **3.2. Ciclo de menús** A continuación, se abordó el concepto de **ciclo de menús**, entendiendo este como la **secuencia de días en la que se programan las diferentes preparaciones**, usualmente en periodos de 7, 14, 21 o 28 días, según la organización del servicio. Se explicó que el ciclo de menús: • Asegura **variedad en las preparaciones**, evitando monotonía y cansancio alimentario. • Permite una mejor **planificación de compras y uso de inventarios**, al conocer de antemano la rotación de ingredientes. • Facilita el control del cumplimiento de la minuta y la evaluación de la aceptación de las preparaciones. Se revisaron ejemplos prácticos de cómo el ciclo de menús del Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca organiza: • Alternancia de diferentes fuentes de proteína (pollo, carne, huevo, pescado, leguminosas). • Inclusión de frutas y verduras en diferentes formas de preparación. • Ajustes a derivaciones dietarias específicas, manteniendo la equivalencia nutricional. Se remarcó que el personal de cocina debe **consultar diariamente el ciclo de menús y la minuta del día**, verificando que las preparaciones correspondientes sean las realmente ejecutadas y servidas, salvo cambios **formalmente autorizados y registrados**.

- **3.3. Guías de estandarización de preparaciones**

  Otro componente central de la capacitación fue el repaso de las **guías de estandarización de preparaciones**, entendidas como las fichas técnicas donde se define:
- Nombre de la preparación.
- Lista de ingredientes con sus cantidades por ración y por número de raciones.
- Método de preparación paso a paso.
- Equipo y utensilios requeridos.
- Rendimiento final esperado (porciones).
- Tamaño de la porción servida para cada persona mayor.
- Observaciones específicas según derivaciones dietarias (sin sal añadida, sin azúcar, sin frituras, consistencia modificada, etc.).

  Se recalcó que **la estandarización** garantiza que:
- La preparación siempre tenga **un sabor, textura, color y presentación similares**, independientemente del turno o persona que la elabore.
- Se cumpla con los **gramajes definidos**, lo que repercute directamente en el cumplimiento de las raciones nutricionales.
- Se facilite el cálculo de requerimientos de insumos y se reduzca el desperdicio.

  Se insistió en que cualquier modificación que el personal de cocina desee realizar en una receta debe ser previamente **consultada y validada por el profesional en nutrición**, y, de ser aprobada, incorporada a la ficha técnica estandarizada.
- **3.4. Manejo de utensilios estandarizados y porciones**

  Una parte importante del desarrollo del tema se centró en el **uso de utensilios estandarizados**, tales como:
- Tazas medidoras.
- Cucharas de medida.
- Cucharones de porción.
- Vasos dosificadores.
- Bandejas y recipientes de porción definida.

  Se explicó que estos utensilios no son accesorios opcionales, sino herramientas claves para:
- Cumplir las **porciones establecidas** en el cuadro de raciones.
- Asegurar que todas las personas mayores reciban una **cantidad similar de alimento**, evitando diferencias marcadas entre platos.
- Facilitar el control de costos y el uso adecuado de los insumos.

Se advirtió que prácticas como “servir al ojo”, “llenar el plato según se vea” o “a lo que alcance” son inadecuadas en un servicio institucional, pues generan **inconsistencias**, riesgo de **déficit o exceso de ración**, y dificultan la supervisión del cumplimiento de la minuta. Por ello, se enfatizó en que:

- Cada preparación debe tener asignado un **utensilio de servicio específico** (por ejemplo, un cucharón de cierto volumen para guisos, una cuchara medidora para purés, etc.).
- El personal debe conocer qué utensilio corresponde a cada alimento y respetar este procedimiento en todos los tiempos de comida.
- El recambio o pérdida de utensilios debe reportarse, para evitar improvisaciones que afecten la estandarización.
- **3.5. Aplicación práctica en el servicio de alimentos del Centro**

  Durante la sesión se analizaron ejemplos concretos del **día a día en la cocina del Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca**:
- Revisión de la minuta diaria antes de iniciar el prealistamiento.
- Verificación de que las preparaciones programadas correspondan a lo que realmente se cocinará.
- Confirmación del número de raciones requeridas y de las derivaciones dietarias especiales.
- Uso de las fichas de estandarización para organizar ingredientes, tiempos de cocción y porcionamiento.
- Asignación de utensilios de servido para cada tipo de preparación (sopa, proteína, acompañamiento, postre, bebida).
- Registro de cambios justificados (por ejemplo, sustitución de una verdura por otra, falta de un insumo, cambio en el método de cocción), dejando constancia y comunicándolo al profesional responsable.

  Se promovió la participación del talento humano para:
- Identificar **dificultades prácticas** que encuentran al aplicar la minuta (tiempos cortos, confusión de recetas, variación de insumos, etc.).
- Proponer **mejoras en la organización**, como ubicación de utensilios, rotulación de recipientes, accesibilidad a las fichas técnicas.
- Reconocer la importancia de la **comunicación interna** entre turnos para garantizar continuidad en el cumplimiento de la minuta y del ciclo de menús.

  Finalmente, se recordó que la correcta aplicación de la minuta, el respeto por el ciclo de menús, el uso disciplinado de utensilios estandarizados y la adhesión a las guías de preparación no son acciones aisladas, sino parte de un **sistema integrado de calidad** en el servicio de alimentos. Este sistema

busca asegurar que la alimentación brindada a las personas mayores sea:

- Nutricionalmente adecuada.
- Inocua y segura.
- Suficiente y equitativa.
- Alineada con los principios de cuidado y dignidad propios del Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca.

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	No se proponen nuevas reuniones		
Elaboró	David Esteban Perdomo Sossa		