ACTA No 1057 CCC HOGAR NAZARETH – 2021

FECHA: Cogua, Febrero 13 de 2023.

HORA: 12:30 pm – 13:00 pm

LUGAR: CCC Hogar Nazareth

TEMA: Protocolo De Preparación De Alimentos.

ASISTENTES: Juan Pablo Donoso R. Nutricionista

Nubia E. Arenas G. Nutricionista

Myriam Moreno Ángel. Coordinadora del CCC.

ORDEN DEL DÍA:

1. Objetivo de la actividad.
2. Introducción de la actividad.
3. Actividad a desarrollar.
4. Materiales.
5. Compromisos.
6. Anexos

DESARROLLO:

1. **Objetivo de la actividad:** Proporcionar a los participantes las habilidades y conocimientos necesarios para preparar alimentos de manera segura y adecuada, de acuerdo con las normas de higiene y sanidad establecidas por las autoridades correspondientes. Al final de la capacitación, los participantes deberán ser capaces de identificar los riesgos asociados con la manipulación de alimentos, aplicar técnicas adecuadas de higiene y sanitización, y conocer los procesos necesarios para la preparación y conservación segura de los alimentos, con el fin de garantizar la salud y el bienestar de los consumidores.

2. **Introducción de la actividad:**

   Esta capacitación ha sido diseñada para brindar a los participantes las habilidades y conocimientos necesarios para preparar alimentos de manera segura y adecuada, de acuerdo con las normas de higiene y sanidad establecidas por las autoridades correspondientes.

   La manipulación y preparación de alimentos es una tarea importante y delicada que requiere una atención especial a la seguridad y la higiene para evitar riesgos en la salud de los consumidores. Por esta razón, es esencial que todos los que trabajan en la industria alimentaria, ya sea en restaurantes, hoteles, servicios de catering o cualquier otro establecimiento que maneje alimentos, estén capacitados en las técnicas y medidas necesarias para garantizar la seguridad de los alimentos que se ofrecen. Durante esta capacitación, los participantes aprenderán sobre las buenas prácticas de higiene y manipulación de alimentos, incluyendo el almacenamiento, la preparación, la cocción, el enfriamiento y la conservación de los alimentos. También se abordarán los riesgos de contaminación alimentaria y cómo prevenirlos, así como los métodos de limpieza y desinfección necesarios para garantizar una manipulación segura de los alimentos.

   Al final de esta capacitación, los participantes estarán equipados con el conocimiento y las habilidades necesarias para manejar los alimentos de manera segura y adecuada, lo que garantizará la salud y el bienestar de los consumidores y cumplirá con las regulaciones de las autoridades sanitarias.

Protocolo para la preparación de alimentos:

- **Lave las manos:** Antes de comenzar a preparar alimentos, lávese bien las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos.

- **Use ropa adecuada:** Use ropa adecuada y limpia para la preparación de alimentos, incluyendo un delantal, guantes de cocina, gorro y calzado antideslizante.

- **Limpie y desinfecte las superficies:** Limpie y desinfecte las superficies de trabajo, como mesas, encimeras, utensilios y electrodomésticos, antes y después de la preparación de alimentos.

- **Mantenga los alimentos a una temperatura segura:** Mantenga los alimentos refrigerados hasta que esté listo para cocinarlos y evite la contaminación cruzada.

- **Limpie las frutas y verduras:** Lave bien las frutas y verduras antes de prepararlas.

- **Cocine los alimentos a una temperatura segura:** Asegúrese de cocinar los alimentos a una temperatura segura para matar las bacterias, especialmente carnes y aves de corral.

- **Almacenamiento seguro:** Almacene los alimentos sobrantes de manera segura en recipientes herméticos en el refrigerador o congelador.

- **Limpieza final:** Después de terminar de preparar los alimentos, limpie y desinfecte las superficies de trabajo y los utensilios.

Recuerde siempre seguir estas prácticas de seguridad alimentaria para evitar la contaminación y garantizar la seguridad de los alimentos.

El orden en el que se preparan los alimentos dependerá del tipo de receta y los ingredientes que se utilicen. Sin embargo, como regla general, se recomienda seguir el siguiente orden:

I. Lavar y pelar los ingredientes que lo requieran, como frutas, verduras y tubérculos.

II. Preparar los ingredientes que requieran cocción previa, como el arroz o las legumbres.

III. Preparar los ingredientes que se cocinarán en la misma olla o sartén, comenzando por los que tardan más tiempo en cocinarse, como las carnes o las aves.

IV. Mientras los ingredientes se cocinan, preparar los aderezos, salsas y aliños que se utilizarán para la preparación.

V. Agregar los ingredientes que se cocinan más rápido, como las verduras, cuando falten pocos minutos para que estén listos los otros ingredientes.

VI. Una vez que todo esté cocido, retirar del fuego y dejar reposar por unos minutos.

VII. Servir la preparación y agregar los aderezos y salsas, si es necesario.

Es importante recordar que la preparación de alimentos debe seguir las normas de higiene y seguridad alimentaria en todo momento, para evitar la contaminación de los ingredientes y garantizar la salud de los consumidores.

Manejo y control de temperaturas:

Las temperaturas adecuadas de cocción son esenciales para garantizar la seguridad alimentaria y prevenir enfermedades transmitidas por los alimentos. A continuación, se presentan las temperaturas recomendadas para la preparación de alimentos:

Carnes rojas: La temperatura interna debe alcanzar los 63°C (145°F) para ser considerada segura para el consumo. Esto incluye carne de res, ternera, cordero y cerdo.

Aves de corral: La temperatura interna debe alcanzar los 74°C (165°F) para ser considerada segura para el consumo. Esto incluye pollo, pavo, pato y ganso.

Pescados y mariscos: La temperatura interna debe alcanzar los 63°C (145°F) para ser considerada segura para el consumo. Esto incluye pescado, camarones, langostas y otros mariscos.

Huevos: Los huevos deben cocinarse hasta que la yema y la clara estén firmes. La temperatura recomendada es de 74°C (165°F) para huevos enteros y 71°C (160°F) para platos con huevos, como huevos revueltos.

Leche y productos lácteos: La leche y los productos lácteos, como el queso, deben cocinarse a una temperatura suficiente para matar las bacterias dañinas, pero sin sobrecalentarlos. La temperatura recomendada es de 74°C (165°F) para la leche y 71°C (160°F) para los productos lácteos.

Alimentos precocidos o precocinados: Si se utilizan alimentos precocidos o precocinados, como lasaña o pollo frito, deben calentarse a una temperatura de al menos 74°C (165°F) antes de servir.

En el caso de los alimentos fríos, es importante mantenerlos a una temperatura segura para prevenir la multiplicación de bacterias y otros microorganismos que pueden causar enfermedades transmitidas por los alimentos. La temperatura segura para los alimentos fríos es de 4°C (40°F) o menos. Estas son algunas recomendaciones para la preparación y almacenamiento de alimentos fríos:

- Lave y seque bien los alimentos antes de prepararlos.

- Mantenga los alimentos fríos en el refrigerador o en un recipiente con hielo hasta el momento de servirlos.

- Si se preparan ensaladas, salsas o aderezos con mayonesa, utilice versiones pasteurizadas de la misma, ya que son menos propensas a desarrollar bacterias.

- Sirva los alimentos fríos en platos fríos o recipientes con hielo para mantenerlos a la temperatura adecuada.

- Si sobra comida, refrigere los alimentos en recipientes herméticos y manténgalos en el refrigerador a una temperatura de 4°C (40°F) o menos.

- No descongele alimentos a temperatura ambiente. Utilice el refrigerador, agua fría o el microondas para descongelarlos de forma segura.

- Limpie y desinfecte todas las superficies y utensilios que se utilizaron para preparar los alimentos fríos.

Es importante utilizar un termómetro de cocina para asegurarse de que se alcanzan estas temperaturas en el centro de los alimentos, para garantizar que están completamente cocidos y seguros para su consumo.

1 Actividad a desarrollar.

a. Se informó al personal del servicio de alimentos y se acordó el horario adecuado que permitiera el desarrollo de la capacitación, garantizando la participación.
b. El equipo de nutrición desarrolla y prepara el material para la capacitación así como la organización del espacio.
c. Antes de iniciar la capacitación se realiza el pre- test asociado al tema.
d. Se realiza abordaje del tema planteado con la participación de los asistentes.
e. Se aclaran dudas e inquietudes
f. Se aplica post-test
g. Se entrega folleto informativo.
h. Cierre

2 Materiales. Pre y post-test y computadora para presentación en PowerPoint.

3 Compromisos.

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
1. Realizar la producción de alimentos, siguiendo las directrices establecidas en el protocolo de preparación de alimentos.	Manipuladores de Alimentos, Gastrónomo y Nutricionistas.	Durante todos los días.

CONVOCATORIA: Se propone reunión para el mes de Marzo.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Dra. Myriam Moreno Ángel	Coordinadora	Hogar Nazareth	
Juan Pablo Donoso Reina	Nutricionista	Hogar Nazareth	
Nubia Esperanza Arenas	Nutricionista	Hogar Nazareth	

Elaboró: Juan Pablo Donoso Reina – Nutricionista - Nubia Esperanza Arenas – Nutricionista

Anexos: Registro fotográfico y planilla de asistencia.





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 1 de 1

Tema: Capacitación Preparacion alimentos Lugar: Hogar Nazareth Fecha y hora: 12:30 13/02/23

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	JUAN CARLOS RUIZ	1072638190	Hogar Nazareth	Gastrónomo	nazarethzipa@yahoo.com	3219737463	
2	DIANA PATRICIA SUAREZ	35424016	Hogar Nazareth	Auxiliar Servicio Alimentos	nazarethzipa@yahoo.com	3203390716	
3	MARIA NELLY GORDILLO	35413594	Hogar Nazareth	Auxiliar Servicio Alimentos	nazarethzipa@yahoo.com	3222467457	
4	YEIDIS LUZ RICARDO FERIA	1075655711	Hogar Nazareth	Auxiliar Servicio Alimentos	nazarethzipa@yahoo.com	3142779301	
5	MABEL ALICIA MORA CARRILLO	20423492	Hogar Nazareth	Auxiliar Servicio Alimentos	nazarethzipa@yahoo.com	3209955497	
6	LUZ NANCY MARTINEZ	65773368	Hogar Nazareth	Auxiliar Servicio Alimentos	nazarethzipa@yahoo.com	3106992121	
7	CECILIA SANCHEZ MONTAÑO	35422007	Hogar Nazareth	Auxiliar Servicio Alimentos	nazarethzipa@yahoo.com	3212045366	
8	NANCY FERNANDEZ	52735407	Hogar Nazareth	Auxiliar Servicio Alimentos	nazarethzipa@yahoo.com	3197710764	
9	OLGA ANGELICA PEÑUELA	1074415576	Hogar Nazareth	Auxiliar Servicio Alimentos	nazarethzipa@yahoo.com	3115729010	
10	LUZ MARINA ZAMORA	35418938	Hogar Nazareth	Auxiliar Servicio Alimentos	nazarethzipa@yahoo.com	3133101757	
11	BLANCA LILIANA FORERO	1071329734	Hogar Nazareth	Auxiliar Servicio Alimentos	nazarethzipa@yahoo.com	3143546882	

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

PRETEST BPM

NOMBRES Y APELLIDOS: Cecilia Sánchez Montaño FECHA: _13/02/2023___

RESPONDA FALSO O VERDADERO:

		FALSO	VERDADERO
A	Existen 2 (dos) tipos de calor que pueden ser usados para la preparación de alimentos.		X
B	Al preparar alimentos se debe tener en cuenta alcanzar la temperatura de seguridad, la cual va entre 15 °C y 60 °C.	X	
C	Agregar azúcar a la mezcla en la preparación del jugo, antes del proceso de licuado, incrementa el riesgo de fermentación por la formación de levaduras.		X
D	Las leguminosas pueden ser remojadas un mínimo de 3 horas para su preparación.		X

GRACIAS...

POST TEST BPM

NOMBRES Y APELLIDOS: Cecilia Sánchez Montaño FECHA: 13/02/2023___

RESPONDA FALSO O VERDADERO:

		FALSO	VERDADERO
A	Existen 2 (dos) tipos de calor que pueden ser usados para la preparación de alimentos.	X	
B	Al preparar alimentos se debe tener en cuenta alcanzar la temperatura de seguridad, la cual va entre 15 °C y 60 °C.	X	
C	Agregar azúcar a la mezcla en la preparación del jugo, antes del proceso de licuado, incrementa el riesgo de fermentación por la formación de levaduras.		X
D	Las leguminosas pueden ser remojadas un mínimo de 3 horas para su preparación.		X

GRACIAS ...

NOMBRES Y APELLIDOS: Diana Suárez FECHA: 13/02/2023

RESPONDA FALSO O VERDADERO:

		FALSO	VERDADERO
A	Existen 2 (dos) tipos de calor que pueden ser usados para la preparación de alimentos.		X
B	Al preparar alimentos se debe tener en cuenta alcanzar la temperatura de seguridad, la cual va entre 15 °C y 60 °C.	X	
C	Agregar azúcar a la mezcla en la preparación del jugo, antes del proceso de licuado, incrementa el riesgo de fermentación por la formación de levaduras.		X
D	Las leguminosas pueden ser remojadas un mínimo de 3 horas para su preparación.	X	

GRACIAS

POST TEST BPM

NOMBRES Y APELLIDOS: Diana Suárez FECHA: 13/02/2023

RESPONDA FALSO O VERDADERO:

		FALSO	VERDADERO
A	Existen 2 (dos) tipos de calor que pueden ser usados para la preparación de alimentos.	X	
B	Al preparar alimentos se debe tener en cuenta alcanzar la temperatura de seguridad, la cual va entre 15 °C y 60 °C.	X	
C	Agregar azúcar a la mezcla en la preparación del jugo, antes del proceso de licuado, incrementa el riesgo de fermentación por la formación de levaduras.	X	
D	Las leguminosas pueden ser remojadas un mínimo de 3 horas para su preparación.		X

GRACIAS ...

PRETEST BPM

NOMBRES Y APELLIDOS: Luz Ricardo FECHA: 13/02/2023

RESPONDA FALSO O VERDADERO:

		FALSO	VERDADERO
A	Existen 2 (dos) tipos de calor que pueden ser usados para la preparación de alimentos.		X
B	Al preparar alimentos se debe tener en cuenta alcanzar la temperatura de seguridad, la cual va entre 15 °C y 60 °C.		X
C	Agregar azúcar a la mezcla en la preparación del jugo, antes del proceso de licuado, incrementa el riesgo de fermentación por la formación de levaduras.	X	
D	Las leguminosas pueden ser remojadas un mínimo de 3 horas para su preparación.		X

GRACIAS ...

POST TEST BPM

NOMBRES Y APELLIDOS: Luz Ricardo FECHA: 13/02/2023

RESPONDA FALSO O VERDADERO:

		FALSO	VERDADERO
A	Existen 2 (dos) tipos de calor que pueden ser usados para la preparación de alimentos.	X	
B	Al preparar alimentos se debe tener en cuenta alcanzar la temperatura de seguridad, la cual va entre 15 °C y 60 °C.	X	
C	Agregar azúcar a la mezcla en la preparación del jugo, antes del proceso de licuado, incrementa el riesgo de fermentación por la formación de levaduras.		X
D	Las leguminosas pueden ser remojadas un mínimo de 3 horas para su preparación.		X

PRETEST BPM

NOMBRES Y APELLIDOS: Juan Carlos Ruíz FECHA: 13/02/2023___

RESPONDA FALSO O VERDADERO:

		FALSO	VERDADERO
A	Existen 2 (dos) tipos de calor que pueden ser usados para la preparación de alimentos.	X	
B	Al preparar alimentos se debe tener en cuenta alcanzar la temperatura de seguridad, la cual va entre 15 °C y 60 °C.		X
C	Agregar azúcar a la mezcla en la preparación del jugo, antes del proceso de licuado, incrementa el riesgo de fermentación por la formación de levaduras.	X	
D	Las leguminosas pueden ser remojadas un mínimo de 3 horas para su preparación.		X

GRACIAS ...

POST TEST BPM

NOMBRES Y APELLIDOS: Juan Carlos Ruíz FECHA: ____13/02/2023_____

RESPONDA FALSO O VERDADERO:

		FALSO	VERDADERO
A	Existen 2 (dos) tipos de calor que pueden ser usados para la preparación de alimentos.	X	
B	Al preparar alimentos se debe tener en cuenta alcanzar la temperatura de seguridad, la cual va entre 15 °C y 60 °C.	X	
C	Agregar azúcar a la mezcla en la preparación del jugo, antes del proceso de licuado, incrementa el riesgo de fermentación por la formación de levaduras.		X
D	Las leguminosas pueden ser remojadas un mínimo de 3 horas para su preparación.		X

GRACIAS ...

PRETEST BPM

NOMBRES Y APELLIDOS: Marina Zamora FECHA: 13/02/2023

RESPONDA FALSO O VERDADERO:

		FALSO	VERDADERO
A	Existen 2 (dos) tipos de calor que pueden ser usados para la preparación de alimentos.		X
B	Al preparar alimentos se debe tener en cuenta alcanzar la temperatura de seguridad, la cual va entre 15 °C y 60 °C.		X
C	Agregar azúcar a la mezcla en la preparación del jugo, antes del proceso de licuado, incrementa el riesgo de fermentación por la formación de levaduras.	X	
D	Las leguminosas pueden ser remojadas un mínimo de 3 horas para su preparación.		X

GRACIAS...

POST TEST BPM

NOMBRES Y APELLIDOS: Marina Zamora FECHA: 13/02/2023

RESPONDA FALSO O VERDADERO:

		FALSO	VERDADERO
A	Existen 2 (dos) tipos de calor que pueden ser usados para la preparación de alimentos.	X	
B	Al preparar alimentos se debe tener en cuenta alcanzar la temperatura de seguridad, la cual va entre 15 °C y 60 °C.	X	
C	Agregar azúcar a la mezcla en la preparación del jugo, antes del proceso de licuado, incrementa el riesgo de fermentación por la formación de levaduras.		X
D	Las leguminosas pueden ser remojadas un mínimo de 3 horas para su preparación.		X