	FUNDACION HOGAR SAN FRANCISCO DE ASIS	**VERSIÓN: 01**
	Plan de Capacitación en higiene de los alimentos y aseguramiento de la inocuidad de los alimentos suministrados en el HOGAR NAZARETH COGUA	**FECHA: febrero 2023**
	NUTRICIÓN	

CAPACITACIÓN DE BPM

“BUENAS PRACTICAS DE MANUFACTURAS”

CENTRO DE COMUNIDAD DE CUIDADO
HOGAR NAZARETH
COGUA 2023

MARCO NORMATIVO

Resolución 2674 de 2013: Establece los requisitos sanitarios que se deben cumplir para las actividades de fabricación, procesamiento, preparación, envase, almacenamiento, transporte, distribución y comercialización de alimentos y materias primas de alimentos y los requisitos para la notificación, permiso o registro sanitario de los alimentos, según el riesgo en salud pública, con el fin de proteger la vida y la salud de las personas.

Resolución 719 de 2015: La presente resolución tiene por objeto establecer la clasificación de alimentos para consumo humano de acuerdo con el riesgo en salud pública, contenido en el anexo técnico que hace parte integral del presente acto

Artículo 12. 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. Las empresas deben tener un plan de capacitación continuo y permanente para el personal manipulador de alimentos desde el momento de su contratación y luego ser reforzado mediante charlas, cursos u otros medios efectivos de actualización. Dicho plan debe ser de por lo menos 10 horas anuales, sobre asuntos específicos de que trata la presente resolución. Esta capacitación estará bajo la responsabilidad de la empresa y podrá ser efectuada por ésta, por personas naturales o jurídicas contratadas y por las autoridades sanitarias. Cuando el plan de capacitación se realice a través de personas naturales o jurídicas diferentes a la empresa, éstas deben demostrar su idoneidad técnica y científica y su formación y experiencia específica en las áreas de higiene de los alimentos, Buenas Prácticas de Manufactura y sistemas preventivos de aseguramiento de la inocuidad.

Artículo 13. Plan de capacitación. El plan de capacitación debe contener, al menos, los siguientes aspectos: Metodología, duración, docentes, cronograma y temas específicos a impartir. El enfoque, contenido y alcance de la capacitación impartida debe ser acorde con la empresa, el proceso tecnológico y tipo de establecimiento de que se trate. En todo caso, la empresa debe demostrar a través del desempeño de los operarios y la condición sanitaria del establecimiento la efectividad e impacto de la capacitación impartida. Parágrafo 1. Para reforzar el cumplimiento de las prácticas higiénicas, se colocarán en sitios estratégicos avisos

alusivos a la obligatoriedad y necesidad de su observancia durante la manipulación de alimentos. Parágrafo 2. El manipulador de alimentos debe ser entrenado para comprender y manejar el control de los puntos del proceso que están bajo su responsabilidad y la importancia de su vigilancia o monitoreo; además, debe conocer los límites del punto del proceso y las acciones correctivas a tomar cuando existan desviaciones en dichos límites.

Objetivo: Reconocer la normatividad para el manipulador de alimentos según la legislación vigente, para garantizar la idoneidad en el desempeño del rol expuesto.

Objetivos Específicos:

- ✓ Dar cumplimiento a las disposiciones de la resolución 2674 de 2013.
- ✓ Capacitar y asegurar que el personal del servicio de alimentación del Hogar Nazareth dé cumplimiento a las buenas prácticas de manufactura y así evitar que su funcionamiento ponga en riesgo la salud y el bienestar de la comunidad

Metodología:

La capacitación se desarrollará en forma teórica. Es decir, se realizará exposición de los temas propuestos, el profesional en nutrición trabajará en forma dinámica buscando que los manipuladores logren su aprendizaje con mayor eficacia y establezcan conexiones entre la información nueva y los saberes previos, con mayor facilidad se realizará una exposición a los asistentes con ayudas audiovisuales computador y presentaciones en power point diligenciando un pre test al inicio y pos test al finalizar la capacitación

Duración:

De acuerdo a lo establecido por la resolución 2674 2013 el plan de capacitación de se debe ser de por lo menos 10 horas anuales la capacitación se manejara de 1 hora mensual; por otro lado se realiza el curso de manipulación de alimentos en el mes de mayo con una intensidad horaria de 20 horas dividida en 2 sesiones.

Profesional:

El plan de capacitación lo desarrolla el equipo de nutrición y dietética del hogar Nazareth Cogua, quienes demuestran su unidad técnica y científica su formación y

experiencia específica en higiene de los alimentos buenas prácticas de manufactura y sistemas preventivos de aseguramiento de la inocuidad de acuerdo a lo estipulado en la resolución 0378 de 2012

Temas:

- ✓ Generalidades de las BPM
- ✓ Elección de proveedores
- ✓ Protocolo de compras
- ✓ Protocolo de recibo
- ✓ Características de los alimentos
- ✓ Protocolo de almacenamiento
- ✓ Rotulado de alimentos
- ✓ Protocolo de preparación de alimentos
- ✓ Protocolo de distribución de alimentos
- ✓ Normas del manipulador
- ✓ Conservación de alimentos
- ✓ Retroalimentación de las BPM

Cronograma de Actividades

CRONOGRAMA DE BUENAS PRACTICAS DE MANUFACTURA
CENTRO DE COMUNUDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH COVENIO 7452

No	TEMA CAPACITACION	jul-22				ago-22				sep-22				oct-22				nov-22				dic-22				ene-23				feb-23				mar-23				abr-23				may-23				jun-23			
	SEMANA	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	GENERALIDADES DE LAS BPM																																															
2	ELECCION DE PROVEEDORES																																															
3	PROTOCOLO DE COMPRAS																																															
4	PROTOCOLO DE RECIBO																																															
5	CARACTERISTICAS DE LOS ALIMENTOS																																															
6	PROTOCOLO DE ALMACENAMIENTO																																															
7	ROTULADO DE ALIMENTOS																																															
8	PROTOCOLO DE PREPARACION DE ALIMENTOS																																															
9	PROTOCOLO DE DISTRIBUCION DE ALIMENTOS																																															
10	NORMAS DEL MANIPULADOR																																															
11	CONSERVACION DE ALIMENTOS																																															
12	RETROALIMENTACION DE LAS BPM																																															

Fundación Hogar San Francisco de Asís	FUNDACION HOGAR SAN FRANCISCO DE ASIS	VERSIÓN: 01
	Plan de Capacitación en higiene de los alimentos y aseguramiento de la inocuidad de los alimentos suministrados en el HOGAR NAZARETH COGUA	FECHA: febrero 2023
	NUTRICIÓN	

Desarrollo Temático:

GENERALIDADES DE LAS BPM

Las Buenas Prácticas de Manufactura (BPM) son los requerimientos generales de higiene en la manipulación, preparación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte y distribución de alimentos para consumo humano, con el objeto de garantizar que los productos en cada una de las operaciones mencionadas cumplan con las condiciones sanitarias adecuadas disminuyendo los riesgos inherentes a la producción.

Objetivo de la actividad: Concientizar al personal manipulador de sobre la importancia que deben adoptar sobre las prácticas higiénicas, medidas de protección en el manejo de los alimentos.

Introducción de la actividad: Se realiza un refuerzo sobre las prácticas higiénicas y las medidas de protección a implementar en el servicio de alimentos.

Definiciones:

- ✓ **Estado de Salud:** Condición de todo ser vivo que goza de un absoluto bienestar tanto a nivel físico como a nivel mental y social.
- ✓ **Higiene Personal:** Cuidar apropiadamente de tu cuerpo, manteniéndolo limpio y saludable, lo que te permite verte y sentirte lo mejor posible. Según el Departamento de Bienestar Público de Pensilvania, también es una forma muy eficaz de protegerte de las enfermedades y de las infecciones.
- ✓ **Lavado de Manos:** El lavado de manos es la frotación vigorosa de las manos previamente enjabonadas, seguida de un aclarado con agua abundante, con el fin de eliminar la suciedad, materia orgánica, flora transitoria y residente, y así evitar la transmisión de estos microorganismos de persona a persona.
- ✓ **Vestimenta:** Prenda o conjunto de prendas exteriores que cubren el cuerpo.
- ✓ **Hábitos Higiénicos:** Repetición de acciones de limpieza en la persona, atuendos y entorno (casa, animales domésticos con los que se convive, muebles, etcétera) respetando los recursos, o sea si derrochar agua, ni usando productos que puedan dañar el medio ambiente, con el fin de preservar la salud.

Prácticas Higiénicas y Medidas de Protección.

Hacer relación con todos aquellos comportamientos y actitudes que las personas involucradas en las labores de producción de alimentos deben observar de forma rutinaria no solo esos puestos de trabajo o cuando salen y reingresan a su labor, sino también con su presentación personal (como patillas, uñas pintadas o con el uso de elementos como joyas, etcétera.).

Las prácticas sanitarias están encaminadas en todo momento a evitar la contaminación de los alimentos y la proliferación bacteriana. El personal manipulador debe asegurar la protección de los alimentos higiénicamente ya que el Hogar Nazareth provee de utensilios que se precisan para que las tareas se realicen mediante su uso (tenedores, pinzas, cucharas, cucharones) para evitar, en lo posible, el contacto directo de las manos con el alimento o dotando de guantes plásticos desechables para labores como mezclada de ensaladas o elaboraciones que así lo requieran.

Una buena apariencia de limpieza en la presentación personal no basta para garantizar que no se es un vehículo transportador de contaminación. Por tal razón se realiza capacitación permanente para que haga de las normas un hábito y no cumplirlas bajo criterio de una carga impuesta por la fundación

Dentro de las recomendaciones están:

- ✓ Mantener una esmerada limpieza e higiene personal y a aplicar buenas prácticas higiénicas en las labores, de manera que se evite la contaminación del alimento y de las superficies en contacto con el mismo.
- ✓ Mantener aseado y ordenado el puesto de trabajo y limpiar inmediatamente cualquier reguero.
- ✓ Controlar hábitos indeseables como: estornudar o toser sobre los alimentos.
- ✓ Utilizar la dotación debidamente limpia y hacer buen uso de ella en el lugar de trabajo y no traerla puesta desde casa (gorro, tapabocas, guantes, calzado y vestimenta).
- ✓ Lavarse las manos con agua y jabón, antes de comenzar su trabajo y en cada cambio de actividad (después de utilizar el sanitario, después de manejar basuras, antes de consumir un alimento, antes de manipular alimentos, después de manipular dinero, etc.).
- ✓ Uso de tapabocas obligatorio dentro del servicio de alimentos y cuando se manipula el mismo.
- ✓ Nuca usar dos veces la cuchara para prueba organoléptica.

- ✓ Disposición de los residuos líquidos y sólidos.
- ✓ Cubrir totalmente el cabello, nariz y boca.
- ✓ Mantener las uñas cortas, limpias y sin esmalte.
- ✓ No usar joyas, relojes u objetos que puedan contaminar los alimentos.
- ✓ Realizar limpieza y desinfección de las diferentes áreas de trabajo.

ELECCIÓN DE PROVEEDORES

Objetivo de la actividad: Garantizar la disponibilidad de alimentos de calidad, necesarios para la operación del servicio integral de bienestar.

Introducción de la actividad: Se realiza una socialización sobre la correcta elección de proveedores.

Identificar y seleccionar los proveedores

El operador en asociación debe hacer una lista de los posibles proveedores, mínimo 3
proveedores por grupo de alimentos, con los que se va a realizar la compra. La cual debe tener como mínimo nombre del proveedor, persona de contacto, teléfono de contacto fijo y/o celular y/o correo electrónico del proveedor.

El operador en asociación deberá contar con un protocolo de selección de proveedores, el cual incluirá como mínimo los siguientes soportes para cada proveedor:
Concepto sanitario del establecimiento o bodega favorable con fecha de expedición no mayor a un año o en trámite para que sea favorable.
Conceptos sanitarios de cada vehículo transportador de alimentos por proveedor, de acuerdo al tipo de alimento que transporta.
Copia del plan de capacitación en buenas prácticas de manufactura del personal manipulador que realiza la entrega de alimentos en la unidad operativa.
Certificado médico en donde conste la aptitud para manipular alimentos de acuerdo a normatividad vigente para el personal manipulador que realiza la entrega de alimentos a la unidad operativa y el personal manipulador de alimentos de todos los proveedores.
Fichas técnicas de todos los alimentos emitidas por el fabricante o productor a excepción de frutas, verduras, raíces, tubérculos y plátanos.

PROTOCOLO DE COMPRAS

Objetivo de la actividad: Garantizar la disponibilidad de alimentos necesarios para la operación del Hogar Nazareth.

Introducción de la actividad: Se da a conocer el instructivo de compras implementado en el servicio de alimentos basado en el instructivo 20190530 compra directa de alimentos por operador Código: INS-PSS-018

Protocolo de Compras

Identificar y seleccionar los proveedores

El operador en asociación debe hacer una lista de los posibles proveedores por grupo de alimentos, con los que se va a realizar la compra. La cual debe tener como mínimo nombre del proveedor, persona de contacto, teléfono de contacto fijo y/o celular y/o correo electrónico del proveedor.

El operador en asociación deberá contar con un protocolo de selección de proveedores, El cual incluirá como mínimo los siguientes soportes para cada proveedor:

- Concepto sanitario del establecimiento o bodega favorable con fecha de expedición no mayor a un año o en trámite para que sea favorable.

Disponer de las especificaciones y criterios de calidad de los alimentos

Las especificaciones y criterios de calidad de los alimentos serán definidos por el hogar Nazareth mediante fichas técnicas y/o anexos técnicos.

En la unidad operativa deben disponer en medio físico o magnético de los soportes de concepto sanitario favorable de las instalaciones del proveedor y del vehículo transportador de alimentos según normatividad vigente,

Calcular las cantidades a comprar

En las unidades operativas hogar Nazareth donde se prepara alimentos, se debe identificar el alimento necesario para cada preparación acorde al ciclo de menús y las cantidades requeridas de acuerdo a lo establecido en el análisis nutricional por grupo de edad, tiempo de comida.

Las cantidades se calculan teniendo en cuenta:

- Peso bruto de cada alimento establecido en el análisis nutricional
- Número de participantes.
- Número de días que el alimento hace parte de una preparación en el ciclo de menús por tiempo de comida
- Frecuencia de compra de alimentos.

La unidad operativa podrá realizar este cálculo de alimentos en una hoja de Excel, cada unidad operativa definirá como realizar el cálculo de alimentos a comprar de acuerdo a la frecuencia establecida y derivaciones dietarías.

Realizar compra de los alimentos

Las solicitudes de pedidos para la unidad operativa se realizan teniendo en cuenta:

1. La cantidad de alimentos necesarios para la operación del servicio de alimentación.
2. La cobertura de la unidad operativa.
3. La capacidad de almacenamiento tanto en seco como en refrigeración y congelación de cada unidad operativa.

El representante legal pactará con el proveedor todas las condiciones para el cumplimiento de las normas de calidad, la entrega oportuna en tiempo, cantidad y calidad, así la frecuencia de pedidos, forma de pago y reclamos a los proveedores.

Los horarios para la entrega de alimentos por parte del proveedor a la unidad operativa no podrán interferir con el proceso de servido y distribución.

Transporte de alimentos.

Los proveedores deben garantizar la inspección a los vehículos antes de cargar los alimentos para ser transportados, y la cadena de frío si se requiere, dando cumplimiento con lo establecido en la normatividad vigente.

Requisitos de los vehículos trasportadores de alimentos

Durante el proceso de recibo de los alimentos el responsable de la unidad operativa debe inspeccionar los vehículos para verificar las condiciones sanitarias, teniendo en cuenta:

- Limpieza general y ausencia de humedad, materias extrañas, como vidrio, grasas, pintura y otros.
- Presencia de defectos estructurales como tablas, astillas, puntillas, material de madera, entre otros.
- Techo, paredes y pisos que sean de materiales fácilmente lavables.
- El interior sea de color claro y permanezca limpio.
- El vehículo debe contar con termómetros y medidores de humedad cuando se requiere (alimentos en refrigeración o congelación).
- No transportar alimentos en un mismo vehículo con otros alimentos que generen riesgo de contaminación cruzada, ejemplo: carnes con fruver, lácteos y derivados con fruver, lácteos y derivados con carnes. Pollo con lácteos y derivados entre otros.
- Refrigeración a máximo 6 °C.
- Congelación a máximo -25 °C.
- Mantener la cadena de frío y demás condiciones ambientales requeridas por cada alimento.
- Se deben utilizar estibas o canastillas base de material sanitario para evitar que los alimentos estén en contacto directo con el piso.
- Los vehículos transportadores deberán tener en el exterior la leyenda clara y completa “Transporte de alimentos” o “Transporte de carne o productos cárnicos”
- Los manipuladores encargados de entregar los alimentos deben portar mínimo la siguiente dotación: gorro, tapaboca y bata, los cuales deben ser de colores claros y estar en adecuadas condiciones de limpieza.

PROTOCOLO DE RECIBO

Objetivo de la actividad: Asegurar que la materia prima que ingresa al servicio de alimentos cumplan con las características organolépticas, microbiológicas, químicas, físicas requeridas, con el fin de garantizar la calidad.

Introducción de la actividad: Para el recibo de materia prima el centro define a sus proveedores de alimentos, días y horarios de entrega de acuerdo al instructivo de compra, a continuación se adjunta cronograma.

FUNDACION HOGAR SAN FRANCISCO DE ASIS
CENTRO DE COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH
SERVICIO SOCIAL: CENTRO DE BIENESTAR Y CUIDADO DE PERSONAS MAYORES CONVENIO 7452

PROGRAMACIÓN DE RECEPCIÓN DE PROVEEDORES			
PROVEEDOR	**PRODUCTO**	**DÍAS DE ENTREGA**	**HORARIO DE ENTREGA**
AIGOMERKAR	ABARROTES, LACTEOS Y CARNICOS	PRIMER JUEVES DE CADA MES	09:00 a. m.
EL PAISITA	POLLO, CARNICOS	TODOS LOS MIERCOLES	10:00 a. m.
PANADERIA LAS VEGAS	PAN Y DERIVADOS	A DIARIO	09:00 a. m.
MERCABASTOS LEON	FRUTAS Y VERDURAS	TODOS LOS MARTES	10:00 a. m.
FLECHAS	HUEVOS	MIERCOLES	09:00 a. m.

Es importante que la actividad de recibo de alimentos se dé en condiciones en donde no genere riesgo de contaminación cruzada, contando con el tiempo y recursos suficientes para la inspección, verificación de la calidad y cantidad de los alimentos.

- Se realiza teniendo en cuenta: el sitio destinado para el recibo de alimentos debe contar con las condiciones higiénicas sanitarias de acuerdo con la normatividad legal vigente.
- Verificando la cantidad solicitada de materia prima necesaria para la operación del servicio de alimentación.
- Verificar el cumplimiento de las normas de calidad, la entrega oportuna en tiempo, cantidad y calidad.
- Los horarios para la entrega de alimentos por parte del proveedor a la unidad operativa no podrán interferir con el proceso de servido y distribución.

Equipos y utensilios para el recibo de materia prima: cada centro debe contar con los siguientes equipos y elementos debidamente higienizados:

- Báscula en buen estado.
- Termómetros: para frío y para caliente en buen estado.
- Estibas en material sanitario o canastillas, que pueden usarse como base.

Durante el proceso de recibo de los alimentos se debe inspeccionar los vehículos para verificar las condiciones sanitarias, teniendo en cuenta: Limpieza general, presencia de defectos estructurales, el interior sea de color claro y permanezca limpio, el vehículo debe contar con termómetros y medidores de humedad cuando se requiere (alimentos en refrigeración o congelación), no transportar alimentos en un mismo vehículo con otros alimentos que generen riesgo de contaminación cruzada, ejemplo: carnes con fruver, lácteos y derivados con fruver, lácteos y derivados con carnes. Pollo con lácteos y derivados entre otros, se deben utilizar estibas o canastillas base de material sanitario para evitar que los alimentos estén en contacto directo con el piso.

Los manipuladores encargados de entregar y recibir los alimentos deben portar mínimo la siguiente dotación: gorro, tapabocas y bata, los cuales deben ser de colores claros y estar en adecuadas condiciones de limpieza.

CARACTERÍSTICAS DE LOS ALIMENTOS

Protocolo de almacenamiento
Rotulado de alimentos

1. **Objetivo de la actividad:** Comprender la importancia que tiene para el consumidor y usuario de los servicios de salud la lectura e interpretación del rotulado nutricional a su vez conocer la información general y nutricional que se incluye en las etiquetas de los alimentos.

2. **Introducción de la actividad:**

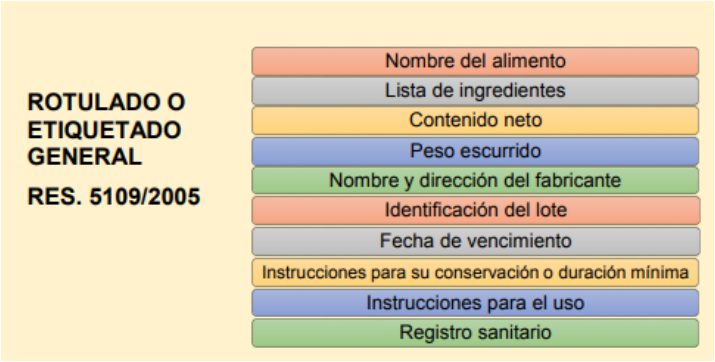
El rotulado o etiquetado general permite al consumidor conocer el nombre del alimento, los ingredientes, el contenido neto, el fabricante, el envasador o reempacador, el número del lote, la fecha de vencimiento, las instrucciones para la conservación y uso y el registro sanitario. (Ministerio de la Protección Social, 2005). Por su parte, el rotulado nutricional informa a cerca del contenido de nutrientes y ofrece datos complementarios, como las declaraciones de propiedades nutricionales y las declaraciones de propiedades de salud. Esta información suministrada a través del rotulado, debe ser una ayuda para que el consumidor seleccione los alimentos más adecuados para mantener una alimentación saludable y así, prevenir el riesgo de contraer algunas enfermedades comunes.

Es importante:

- Comparar las etiquetas de los alimentos para seleccionar los alimentos que va a consumir o va a preparar.
- Seleccione aquellas que tienen un menor contenido de sodio, grasas saturadas, azúcares. *Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Este texto es obligatorio, por tanto, debe estar en todas las tablas de información nutricional de los alimentos. 21
- Observe el número de porciones en el empaque, recuerde que si consume más de una porción, el consumo de nutrientes se incrementa en proporción a la cantidad consumida.

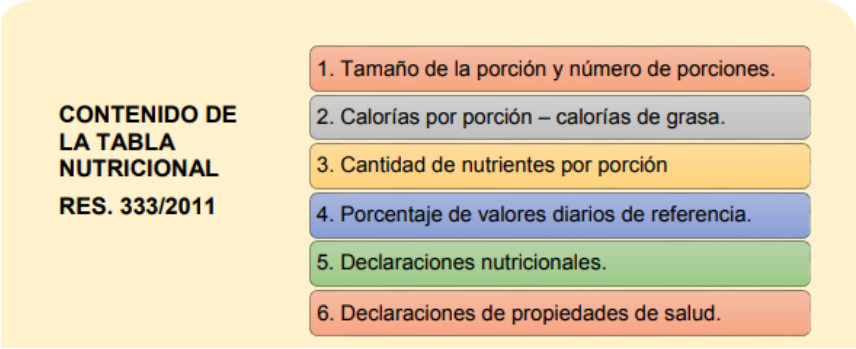
TIPOS DE ROTULADO O ETIQUETADO DE ALIMENTOS ENVASADOS

Rotulado y etiquetado general. (Ministerio de la Protección Social, 2005) La Resolución 5109 de 2005 del Ministerio de Protección Social, establece la información que debe contener el rotulado o etiquetado de los alimentos que se fraccionen y reenvasen o reeempaquen en los expendios para su posterior comercialización:



Rotulado y etiquetado nutricional. En Colombia está regulado por la Resolución 333 de 2011, la cual establece el reglamento técnico sobre los requisitos de rotulado o etiquetado nutricional que deben cumplir los alimentos envasados para consumo humano; dentro de la información que debe contener la tabla nutricional se incluye:

Fundación Hogar San Francisco de Asís	FUNDACION HOGAR SAN FRANCISCO DE ASIS	VERSIÓN: 01
	Plan de Capacitación en higiene de los alimentos y aseguramiento de la inocuidad de los alimentos suministrados en el HOGAR NAZARETH COGUA	FECHA: febrero 2023
	NUTRICIÓN	



PROTOCOLO DE PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

Objetivo: Retroalimentar los conceptos e indicaciones consignadas en el instructivo INS-PSS-014 Protocolo de preparación de alimentos, referentes a los procesos de transformación a los alimentos mediante la mezcla, modificación física y/o térmica para ofrecer los alimentos programados en el ciclo de menús a los participantes del hogar Nazareth, asegurando el aporte nutricional, calidad microbiológica y características organolépticas.

Introducción: Teniendo en cuenta que el servicio de alimentos es la unidad encargada de programar, elaborar y distribuir raciones alimentarias de acuerdo con guías, protocolos y estándares nacionales e internacionales con el objetivo de cubrir las necesidades nutricionales de un grupo determinado de individuos, para lo cual debe adquirir, almacenar y transformar diversos tipos de insumos, garantizando en todo momento la inocuidad del producto final.

Siendo la preparación, el proceso en el cual se obtiene un producto a partir de cambios térmicos,físicos y/o mezclas de alimentos en su estado primario, este se divide en diferentes etapas, dentrode las que se destacan 5 actividades, que son:

Pre alistamiento de alimentos
Pelar, cortar, desmenuzar, picar, entre otros.
Pesar los alimentos en peso neto
Preparación de los alimentos
Toma de muestras testigo

ACTIVIDAD 1. Pre alistamiento de alimentos

De acuerdo al ciclo de menú establecido para cada servicio social y asistencia a atender, se deben definir las cantidades netas a utilizar en cada preparación y continuar con las etapas descritas a continuación:

Cálculo de cantidades de alimentos a preparar: este proceso se realiza para cada tiempo de comida, teniendo en cuenta el número de personas mayores.
Para realizar el cálculo de los ingredientes a utilizar en una preparación deberán seguirse los siguientes pasos:

Tener en cuenta el número de personas mayores

Si el alimento no fue pre alistado antes de almacenar, multiplique el peso bruto del alimento establecido en el análisis del aporte nutricional por el número de asistentes, teniendo en cuenta los grupos de edad atendidos en el servicio. Sumar las cantidades de alimento en peso bruto calculadas, para obtener el total de alimento a preparar.

Si el alimento fue pre alistado antes de almacenar, multiplique el peso neto del alimento establecido en el análisis del aporte nutricional por el número de asistentes, teniendo en cuenta los grupos de edad atendidos en el servicio. Sumar las cantidades de alimento en peso neto calculadas, para obtener el total de alimento a preparar.

Realizar las anteriores operaciones con todos los alimentos que hagan parte de una preparación.

ACTIVIDAD 2. Pelar, cortar, desmenuzar, picar, entre otros.
Los implementos o utensilios utilizados en estas actividades deben ajustarse a las siguientes características:

Tabla de picado: Las superficies para el picado deben ser de material sanitario, de preferencia plástico, nylon, polietileno o teflón, cuando se evidencie deterioro por uso como: grietas profundas, desprendimiento de material, deformación o percudido que no es posible retirar con desinfectante o blanqueador es necesario reemplazarla.

Cuchillos de cortar y trinches: Los equipos y utensilios empleados en el manejo de alimentos deben estar fabricados con materiales resistentes al uso y a la corrosión,

así como a la utilizaciónfrecuente de los agentes de limpieza y desinfección, por tal razón el mango de los utensilios no podrá ser de madera.

Equipos manuales o eléctricos: como ayudante de cocina, peladoras, cortadoras, licuadoras entreotros, deben estar construidos en materiales higiénicos y diseñados de tal forma que todas las piezas que entren en contacto con el alimento sean desmontables y permitan su limpieza y desinfección.

ACTIVIDAD 3. Pesado
Una vez listos los alimentos, se procede a pesar cada uno de ellos, con el propósito de asegurargramaje requerido en peso neto para cada preparación. Esto se realiza debido a que en cada unade las actividades anteriores (selección, clasificación, pelado, lavado, cortado y picado) se presentan pérdidas o mermas que pueden generar disminución de la cantidad real a preparar. Los equipos requeridos para esta operación como báscula o grameras deben contar con los criterios definidos por la SDIS frente a metrología.

ACTIVIDAD 4. Preparación de los alimentos
Para dar cumplimiento a los menús, los primeros alimentos que se preparan son aquellos que deben someterse a procesos térmicos como son: sopas, arroz, leguminosas, tubérculos, pastas y otros, y los últimos alimentos en preparar serán los que no requieren tratamiento térmico comojugos, ensaladas crudas y aderezos, esto con el fin de prevenir el aumento de carga microbiana,en caso que la unidad cuente con capacidad de almacenamiento en refrigeración, los alimentos crudos podrán prepararse con anticipación para asegurar temperatura de servido.

ACTIVIDAD 5. Toma de muestras testigos
Dada la importancia de realizar seguimiento a calidad de los alimentos, se hace necesaria la tomade muestras de todos los alimentos preparados de manera diaria antes de realizar el servido de alimentos y teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

Antes de realizar la toma de muestras, el personal manipulador debe realizar el lavado de manosde acuerdo al protocolo de lavado de manos de la SDIS.

Para la toma de muestras se deben usar bolsas de polietileno de cierre hermético tipo sello packo ziplock o sello clic, de baja densidad, que protejan completamente la integridad del alimento, eviten cualquier tipo de contaminación; de material no toxico, inerte, impermeable al agua y grasas, color transparente, forma lisa, que no influyan en la composición del alimento, con capacidad suficiente para almacenar

la cantidad de muestra. Estas bolsas no podrán ser reutilizables.

La toma de la muestra debe realizarse con utensilios diferentes para cada tipo de alimento, nuncadirectamente con la mano.

El tamaño de la muestra será el siguiente:

TIPO DE ALIMENTO	TAMAÑO DE LA MUESTRA
Sopas o cremas	200 cm3
Jugos	200 cm3
Proteína origen animal o vegetal	70 gramos
Verduras cocidas	70 gramos
Queso	70 gramos
Verdura (ensalada)	70 gramos
Cereal (arroz, pasta)	70 gramos
Tubérculo, plátano, yuca	70 gramos

PROTOCOLO DE DISTRIBUCIÓN DE ALIMENTOS

Objetivo

Servir y distribuir los alimentos preparados en el servicio de alimentación con calidad y calidez, cumpliendo con la minuta patrón, el ciclo de menús y las características organolépticas óptimas para la satisfacción de los participantes.

ACTIVIDAD 1. Organización del área destinada para servir los alimentos

En el área de preparación de alimentos debe destinarse un espacio para el servido de los alimentos. Esta área debe estar organizada e higienizada previamente de acuerdo a lo establecido en el Plan de saneamiento.

ACTIVIDAD 2. Alistamiento del menaje para el servido de alimentos

Todo implemento o utensilio necesario para el servido de los alimentos preparados deberá ser conforme a la naturaleza del alimento, estos deben estar lavados y desinfectados, secos y listos para su uso.

Dentro de los utensilios más usados a la hora de servir están cucharas y vasos medidores, pocillos, cucharones, trinches, pinzas, vasos. Debe evitarse la manipulación excesiva de los alimentos y no servir ningún alimento o preparación directamente con las manos o guantes.

Para probar los alimentos y verificar si cuentan con la calidad organoléptica para el servido, deben utilizarse dos cucharas, una se utiliza para sacar el alimento del recipiente, este alimento se pasa a la otra cuchara para probarlo, la cuchara con la que se prueba **NO** puede volver a usarse sin que se haya realizado el proceso de limpieza y desinfección.

ACTIVIDAD 3. Conocer las porciones a servir y las preparaciones, según el grupo de edad de los participantes definido en la minuta patrón.

Para realizar el servido de los alimentos la persona responsable debe consultar en la minuta patrón las porciones que se deben servir a los participantes de acuerdo a la preparación y grupo de edad.

Para la exactitud en la medición de las porciones servidas es necesario usar utensilios estandarizados, estos pueden ser pocillos, vasos, cucharas u otro elemento que facilite la medida de acuerdo al protocolo plan de muestreo porciones servidas.

En todos los servicios sociales antes de empezar a servir los alimentos para los participantes, deberá pesarse un plato modelo para todos los grupos de edad presentes en el servicio, este plato modelo será entregado a los participantes, por tanto, no puede permanecer más de 15 minutos servido.

ACTIVIDAD 4. Servir en el menaje con los utensilios estandarizados y distribuir a los participantes.

En el momento de realizar el servido de los alimentos estos deben servirse en menaje previamente lavado, desinfectado y seco, con los cubiertos requeridos para ser entregados a los participantes de tal forma que la presentación de los alimentos invite a disfrutarlos, por lo tanto se deben seguir las siguientes recomendaciones de acuerdo a los alimentos ofrecidos:

- Cuando los alimentos sean distribuidos por el personal manipulador de alimentos directamente a la mesa, cada participante debe tener espacio en

el comedor o lugar dispuesto para el consumo de alimentos, por ningún motivo deberán entregarse alimentos en la mano.

- Cuando los alimentos sean recogidos por los participantes en el sitio de distribución, se deberán entregar servidos en plato sobre una bandeja, la cual no debe estar mojada.
- Cuando el menú incluya fruta, esta debe servirse en un plato de forma individual, un plato para cada participante, en la presentación (picada, tajada) definida en el ciclo de menús.
- Los alimentos servidos deben entregarse en platos y con cubiertos limpios, secos y en buen estado.
- En caso de ser requerido el uso de desechables (platos, cucharas, vasos, tenedores, cuchillos) estos deberán ser de material biodegradable.
- Si los alimentos deben ser transportados en los carros transportadores, entre el lugar de servido y el lugar de distribución dentro de la unidad operativa, estos deben estar debidamente cubiertos, asegurando calidad y presentación de los mismos.
- El tiempo entre el servido y la distribución no debe superar los 15 minutos, para garantizar la inocuidad de la preparación.
- Los jugos deben ser servidos máximo 15 minutos antes de ser entregados a los participantes y estar protegidos para evitar la contaminación.
- Los postres sin empaque primario deben servirse en postreras o plato dulce al igual que el queso, nunca en el plato del seco o sobre la bandeja. Para el caso de los postres que contengan empaque estos podrán ubicarse en la bandeja
- Los alimentos preparados pueden salir de la unidad operativa solo en casos excepcionales y solo en el servicio de comedores, de acuerdo a lo establecido en el anexo técnico de este servicio.

Los horarios para iniciar la distribución de alimentos en la unidad operativa son:

- Bebida Caliente: 7:30 am
- Desayuno: 8:00 am
- Nueves: 10:00 am
- Almuerzo 12:00 am
- Onces: 3:00 pm
- Cena: 6:00 pm
- Refrigerio Nocturno: 8:30 pm

1. Observaciones

1.1 Formas Correctas e incorrectas de tomar los utensilios y servir los alimentos



Fuente: Applied foodservice, sanitation a certification coursebook. 2nd ed. Chicago. II: William C. Brown Co., Publisher in cooperation with the National Institute for the Foodservice Industry, 1978, p.96.

Temperaturas de conservación de los alimentos preparados

- Los alimentos preparados listos para servir como: sopas, carnes, verduras calientes, arroz tubérculos y otros, deben ser conservados a temperaturas igual o superiores a 60ºC, con el propósito de disminuir el riesgo de contaminación del alimento conforme a las buenas prácticas de manufactura.
- Cuando en el servicio de alimentación se disponga de una línea de distribución para alimentos calientes, esta debe estar en condiciones óptimas de higiene y el agua del baño maría deberá mantener una temperatura de 70ºC a 75ºC para asegurar que los alimentos se encuentren en la zona de temperatura segura.
- Los alimentos listos para el consumo sin proceso térmico como jugos de frutas y las ensaladas frías deben mantenerse a una temperatura de refrigeración igual o inferior a 4ºC +/-2ºC.
- De acuerdo al volumen y peso promedio total de la ensalada fría se recomienda que una vez preparada se refrigere en un recipiente protegido con tapa y se vaya sacando de la nevera conforme a la demanda del servicio, la ensalada preparada en refrigeración deberá rotularse así vaya a ser usada durante el servido y distribución del tiempo de comida.
- Se puede mantener la ensalada también fuera de la nevera en un recipiente protegido con tapa, sobre una cama de hielo suficiente que garantice la temperatura de seguridad.
- Para garantizar la temperatura de seguridad del jugo (4ºC +/-2ºC) puede adicionarse hielo, este debe ser preparado con agua potable, empacado en bolsas para alimentos previamente lavadas y desinfectadas, calculando la cantidad de agua congelada, esto es bolsas de hielo de 1, 2 o 3 litros, el hielo debe ser manipulado de la misma forma que los alimentos listos para consumir; cuando sea necesario adicionar hielo, debe planearse con anterioridad a la preparación de la bebida, para restar esa cantidad de hielo al total de agua que se utilizará en la preparación, con el fin de asegurar que la dilución no altere el aporte nutricional estimado para esta preparación, para servir debe esperarse a que se derrita el hielo. En caso de utilizar pilas refrigerantes, estas deben estar limpias y desinfectadas previo a la utilización, el uso de estas pilas debe estar contemplado dentro del plan de saneamiento de la unidad operativa.

1.2 Estandarización del servido y distribución

- La tolerancia para la variación del gramaje en los alimentos servidos está definida de la siguiente manera:
- Alimentos proteicos de origen animal 100 % del peso establecido y 10% por encima del peso establecido en la minuta patrón.
- Los demás grupos de alimentos el 10% en peso de tolerancia por debajo y 10% por encima del peso establecido en la minuta patrón. declarado en la minuta.
- Disponer de un recipiente plástico para la recolección de los sobrantes de comida, el cual no debe encontrarse cerca al espacio destinado para la entrega de los platos servidos.
- Los alimentos servidos deberán entregarse a los participantes en bandejas en buen estado de limpieza, desinfección y secas.
- A los niños menores de 5 años, población habitante de calle, personas mayores y niños en condición de discapacidad que no puedan manejar tenedor y cuchillo, se les entregará solo cuchara o cuchara de postre; a los demás participantes se entregará cuchara, tenedor, cuchillo y cuchara postrera cuando aplica.
- Los alimentos calientes servidos, no deben permanecer en tiempo de espera por más de diez (10) minutos en la línea de servido; para las niñas, niños y adultos mayores, el inicio de distribución de los alimentos debe ser cercano a los diez (10) minutos, tiempo prudente para evitar riesgo de quemaduras y asegurar la calidad microbiológica. Sin embargo con las bebidas calientes tipo coladas debe asegurarse que el alimento se encuentre entre 40°C a 50°C para iniciar su distribución y consumo.
- La persona que participe o realice la asistencia de alimentos en el momento del consumo, debe contar con el adecuado uso de gorro, tapabocas, uñas cortas, sin esmalte y realizar correcto lavado de manos antes de iniciar la actividad en mención.

NORMAS DEL MANIPULADOR

Artículo 14. Prácticas higiénicas y medidas de protección de la resolución 2674 de 2013

Todo manipulador de alimentos debe adoptar las prácticas higiénicas y medidas de protección que a continuación se establecen:

1. Mantener una estricta limpieza e higiene personal y aplicar buenas prácticas higiénicas en sus labores, de manera que se evite la contaminación del alimento y de las superficies de contacto con este.

2. Usar vestimenta de trabajo que cumpla los siguientes requisitos: De color claro que permita visualizar fácilmente su limpieza; con cierres o cremalleras y/o broches en lugar de botones u otros accesorios que puedan caer en el alimento; sin bolsillos ubicados por encima de la cintura; cuando se utiliza delantal, este debe permanecer atado al cuerpo en forma segura para evitar la contaminación del alimento y accidentes de trabajo. La empresa será responsable de una dotación de vestimenta de trabajo en número suficiente para el personal manipulador, con el propósito de facilitar el cambio de indumentaria el cual será consistente con el tipo de trabajo que desarrolla. En ningún caso se podrán aceptar colores grises o aquellos que impidan evidenciar su limpieza, en la dotación de los manipuladores de alimentos.

3. El manipulador de alimentos no podrá salir e ingresar al establecimiento con la vestimenta de trabajo.

4. Lavarse las manos con agua y jabón desinfectante, antes de comenzar su trabajo, cada vez que salga y regrese al área asignada y después de manipular cualquier material u objeto que pudiese representar un riesgo de contaminación para el alimento. Será obligatorio realizar la desinfección de las manos cuando los riesgos asociados con la etapa del proceso así lo justifiquen.
5. Mantener el cabello recogido y cubierto totalmente mediante malla, gorro u otro medio efectivo y en caso de llevar barba, bigote o patillas se debe usar cubiertas para estas. No se permite el uso de maquillaje.

6. Dependiendo del riesgo de contaminación asociado con el proceso o preparación, será obligatorio el uso de tapabocas desechables cubriendo nariz y boca mientras se manipula el alimento. Es necesario evaluar sobre todo el riesgo asociado a un alimento de mayor y riesgo medio en salud pública en las etapas finales de elaboración o manipulación del mismo, cuando este se encuentra listo para el consumo y puede estar expuesto a posible contaminación.

7. Mantener las uñas cortas, limpias y sin esmalte.

8. No se permite utilizar reloj, anillos, aretes, joyas u otros accesorios mientras el personal realice sus labores. En caso de usar lentes, deben asegurarse a la cabeza mediante bandas, cadenas u otros medios ajustables.

9. Usar calzado cerrado, de material resistente e impermeable y de tacón bajo.

10. De ser necesario el uso de guantes, estos deben mantenerse limpios, sin roturas o desperfectos y ser tratados con el mismo cuidado higiénico de las manos sin protección. El material de los guantes, debe ser apropiado para la operación realizada y debe evitarse la acumulación de humedad y contaminación en su interior para prevenir posibles afecciones cutáneas de los operarios. El uso de guantes no exime al operario de la obligación de lavarse las manos, según lo contempla el numeral 4 del presente artículo.

11. No está permitido comer, beber o masticar cualquier objeto o producto, como tampoco fumar o escupir en las áreas donde se manipulen alimentos.

12. El personal que presente afecciones de la piel o enfermedad infectocontagiosa debe ser excluido de toda actividad directa de manipulación de alimentos.

13. Los manipuladores no deben sentarse, acostarse, inclinarse o similares en el pasto, andenes o lugares donde la ropa de trabajo pueda contaminarse.

14. Los visitantes a los establecimientos o plantas deben cumplir estrictamente todas las prácticas de higiene establecidas en esta resolución y portar la vestimenta y dotación adecuada, la cual debe ser suministrada por la empresa

CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS

Objetivo de la actividad:

Brindar información de la finalidad de la conservación de los alimentos**,** para lograr el mantenimiento de estos por largo tiempo y de manera óptima para su consumo, evitando su descomposición

Introducción de la actividad: Se socializa los diferentes métodos de conservación de los alimentos.

Tipos de Conservación de los Alimentos

Clasificación de la conservación de los alimentos según las técnicas de preservación tradicionales en: curado, esterilización, refrigeración, congelación, enterrado y la fermentación. Según las técnicas de preservación industriales modernas en: pasteurización, envasado al vacío, secado al frio, aditivos artificiales,

irradiación, electroporación de campo eléctrico y atmósfera modificada. Así como plasma no termal, pascalización o alta presión, bio preservación y la tecnología de obstáculos.

Técnicas de Conservación de los Alimentos y sus Usos

Los diferentes métodos para la conservación de los productos alimenticios se resumen en: refrigeración, congelación, ultra congelación, escaldado, cocción, pasteurización, esterilización, sazonado, ahumado, y agentes antimicrobianos.

Ventajas

Mantenimiento de la cadena de frío
Neutralización de la actividad bacteriana y descomposición de los productos alimenticios
Mayor tiempo de conservación
Preservación de las propiedades
Ahorro de tiempo, dinero y esfuerzo
Mayor calidad y nutrición
Reducción de desperdicios
Conservación de la salud
Seguridad alimentaria

En cuanto a su almacenamiento hay que tener en cuenta:

Almacenar de forma correcta los productos:
Estibar el área de almacenamiento, es decir, no dejar los alimentos en contacto directo con el suelo ni paredes.
No almacenar productos alimenticios junto con productos que pueden contaminarlos como productos de limpieza, etc.
No sobrepasar la capacidad del refrigerador o congelador, debido a que no se enfriarán los productos correctamente.
Hacer que los productos que llegan primero al almacén, salgan primero; con el fin de que la rotación de los mismos sea adecuada y se tenga en nuestra propiedad productos viejos, que pueden incluso caducarse.

Este sistema se denomina PEPS (Primeros en Entrar, Primeros en Salir).

Controlar tres veces al día las temperaturas de los cuarto fríos de almacenamiento y asegurarse de que se cumplen los límites de las temperaturas adecuadas (refrigeración 0º- 5ºC, congelación -18ºC).
Permitir la circulación de aire entre los productos alimenticios.

No dejar alimentos aptos para el consumo cerca de la zona de basuras o devoluciones.

Respetar las fechas de vencimiento o consumo preferente que requiere cada producto y viene indicado por el fabricante (no reutilizar los productos una vez que están caducados).

Dentro de los cuartos fríos, no mezclar alimentos crudos y cocidos, para evitar las posibles contaminaciones cruzadas.

No introducir alimentos con embalajes sucios, en mal estado o sin etiquetado.

El almacenamiento de alimentos secos y enlatados se deben conservar en condiciones de una temperatura entre 10°C y 21°C.

Se debe mantener el empaque original.

Importancia de la Conservación de los Alimentos

Los beneficios son: productos alimenticios en buen estado, previene el crecimiento de microorganismos, reducción de la oxidación de las grasas, inhibición del deterioro visual o reacción de pardeamiento enzimático. También ahorro de costos y recursos, alimentos perecederos con periodos más duraderos, nutrición, calidad y dieta balanceada.

Asimismo reducción de basura, conservación de recursos naturales, prevención de enfermedades, consumo permanente y aprovechamiento al máximo para una mejor calidad de vida.

Resumen: En conclusión, la conservación de los productos alimenticios o preservación de los alimentos; es el proceso por medio de un conjunto de métodos o técnicas de conservación para el cuidado y buena manipulación de los alimentos. Sus diversos métodos se clasifican según la conservación por: calor, por frio, por reducción del contenido de agua, por concentración, no térmicos y envasado controlado.

Finalmente, el punto negativo de la conservación de los alimentos; es que las alteraciones de los alimentos dependen de su composición, intervención del tipo de microorganismo, de ciertas condiciones de almacenamiento y conservación

Bibliografía:

Resolución 2674 de 2013

Resolución 719 de 2015

https://www.invima.gov.co/buenas-practicas-de-manufactura-bpm-sinonimo-de-responsabilidad-e-inocuidad-en-los-alimentos#:~:text=Las%20Buenas%20Pr%C3%A1cticas%20de%20Manufactura,las%20operaciones%20mencionadas%20cumplan%20con

https://sig.sdis.gov.co/index.php/es/prestacion-de-los-servicios-sociales-documentos-asociados/prestacion-de-los-servicios-sociales-documentos-asociados-nutriabaste

REVISIÓN Y APROBACIÓN				
Fecha		Nombre	Cargo/Rol	Firma
Elaboró	12/02/2023	Nubia Esperanza Arenas	Nutricionista	Nubia A.
Aprobó	12/02/2023	Dra. Myriam moreno Ángel	Coordinadora CCC	