Dr. Alejandro Duarte Restrepo
Médico General
CMC 2016-17052

Fecha: 3/01/2026

Nombre: MICHAEL YESID RICO

Edad: _____ Sexo M F D. Identidad: 1.010.961.109

ALIMENTACIÓN SANA

R/.

Se expide certificado médico de paciente en mencion, el cual puede vivir en comunidad sin enfermedades infecto contagiosas de la piel o garganta, con examenes paraclinicos normales apto para manipular alimentos

Alejandro Duarte Restrepo
Medico General
CMS 2016-17052
C.C. 80875448 - E.M.S.N.C.

CONVENIO AS

CERTIFICATE F.S.

EXPEDIDO TRES DE ENERO DE 2026

Carrera 81D No. 22C - 49 Cel.:314 415 0119 - Bogotá, D.C. - Colombia

LABORATORIO CLINICO

Universidad Libre
Bacteriólogo

ALIMENTACIÓN SANA

Paciente: MICHAEL YESID RICO
C.C: 1.010.961.109
Fecha: 3/01/2026

KOH UÑAS	Negativo para hongos y levaduras	
FROTIS DE GARGANTA:	Diplococos Gram Negativos	+
	Bacilos Positivos	+
	Cocos positivos	+
	Frotis de Garganta normal	

José Alfredo Londoño
Bacteriólogo
Tp. 1234

CONVENIO AS

CERTIFICATE F.S.

Cel: 314 415 0119 - Bogotá - Colombia

Powered by CamScanner

CERTIFICATE F.S.	CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES Y PLAN DE CAPACITACIÓN	código: gaf-cap-01 código: gaf-cap-01 versión: 01

CONTENIDO

1. **OBJETIVO:** Fortalecer y mejorar estilos de vida (hábitos, costumbres y comportamientos) saludables, así como de brindar educación, capacitación continua y concientización higiénico sanitaria a los operarios y vendedores del personal que labora en Diferentes empresas, ajustados a las diferentes normas establecidas por los entes gubernamentales; que minimicen los riesgos de
2. contaminación o la salud pública por la manipulación o el consumo de nuestro producto.

2. DEFINICIONES:

CURSO DE MANIPULADOR: son las herramientas de aprendizaje y formación que capacita a las personas que lo toman, para desempeñar funciones de manipulación de alimentos.

MANIPULADOR DE ALIMENTOS: es toda persona que por su actividad laboral o casera tiene contacto directo con los alimentos durante cualquiera de sus fases hasta que llega al consumidor final, esto incluye durante: su preparación, fabricación, transformación, envasado, almacenamiento, transporte, distribución, venta, suministro y servicio.

ETA – EMFERMEDADES TRANSMITIDAS POR ALIMENTOS: es cualquier enfermedad producida por consumir alimentos contaminados. **HIGIENE ALIMENTARIA:** Es un conjunto de medidas necesarias para asegurar la inocuidad de los alimentos, desde que se obtienen hasta que llegan al consumidor final.

SALUD: es un estado de bienestar o de equilibrio que puede ser visto a nivel subjetivo o a nivel objetivo. El termino salud se contrapone al de enfermedad, y es objeto de especial atención por parte de la medicina y la ciencias de la salud.

TRAZABILIDAD: es la "capacidad de seguir o reconstruir la vida de un alimento desde su origen hasta su venta al consumidor final".

3. DESARROLLO: La Capacitación Sanitaria, se llevará a cabo por la empresa con personal idóneo; con una intensidad horaria de 10 horas durante el año; según cronograma anexo.

Se debe utilizar el material desarrollado en la empresa que se mantendrá en forma digital y que deberán ser utilizados por la persona que realice la capacitación. La Capacitación interna y/o refuerzos están bajo los siguientes criterios mínimos.

4. CONTAMINACIÓN DE LOS ALIMENTOS:

• Existen muchos factores que se consideran dentro de los contaminantes o peligros alimentarios donde cualquier agente extraño al alimento es capaz de producir efectos negativos en la apariencia sensorial de los alimentos y lo que es más importante, la salud del consumidor. Según su origen los peligros se clasifican en:

- **Físicos:** todos aquellos cuerpos extraños inertes que podemos ver e inclusive tocar y que no pertenecen al producto.
- **Químicos:** toda aquella sustancia química como lo puede ser las utilizadas en el proceso de saneamiento o de limpieza que haya caído en el producto alimenticio.
- **Biológicos:** seres vivos como insectos, roedores, aves visibles al ojo humano y los microscópicos como bacterias, hongos, que causan contaminación del alimento.

Powered by CamScanner

5. FUENTES DE CONTAMINACIÓN

Las principales Fuentes de Contaminación de los alimentos son:

- El medio Ambiente
- Plagas
- Utensilios y locales: mala higiene
- Basuras
- El propio manipulador de alimentos: por falta de higiene
- Otros Alimentos: esto es muy importante, ya que hablamos de CONTAMINACION CRUZADA, (es el paso de contaminantes de unos alimentos a otros).

6. LOS MICROORGANISMOS: Los microorganismos actúan como fuente de infección o peligro alimentario. Pero ¿qué son? También se les llama gérmenes o microbios y son seres vivos tan pequeños, que resultan invisibles al ojo humano.

Los clasificaremos en función del daño que pueden causarnos:

- **Beneficiosos:** nos sirven para elaborar alimentos.
- **Alterantes:** nos "avisan" de su presencia, puesto que cambian el olor, color, sabor y textura normal del alimento.
- **Patógenos:** estos son los más peligrosos, porque a simple vista no dan cambios en el alimento. Son los principales responsables de las enfermedades de transmisión alimentaria.

¿QUÉ NECESITAN PARA VIVIR?

- Agua.
- Nutrientes: comida.
- Calor.
- Tiempo: cuánto más tiempo pase más se multiplicarán y mayor será el riesgo.
- Acidez: al aumentar la acidez se contaminan menos por bacterias.
- Oxígeno: algunas bacterias prefieren vivir con oxígeno (la mayoría), pero otras crecen también sin él.

¿QUÉ ALIMENTOS PUEDEN SER MÁS PELIGROSOS O SUSCEPTIBLES DE PODERSE CONTAMINAR?

Los que presentan MAYOR RIESGO son:

- Platos con base de huevo (está prohibido el uso de huevo crudo).
- Carne picada.
- Aves de corral y granja.
- Pescados frescos, mariscos y moluscos.
- Productos crudos.

7. HIGIENE DEL MANIPULADOR:

Para evitar los riesgos los manipuladores deben cuidar:

- **Su salud:** En caso de enfermedad hay que avisar al superior lo antes posible (Si tiene náuseas, vómitos, diarrea, fiebre, erupciones cutáneas…).
- **Higiene personal:** Mantener un alto grado de higiene personal.
- **Ropa de trabajo:** La ropa de trabajo será exclusiva del trabajo y manipulación de alimentos, y será preferiblemente de colores claros. Deberá estar limpio y cuidado.

Si se necesitan guantes para trabajar, se mantendrán limpios y sin roturas. Aunque se lleven guantes también hay que lavarse las manos.

Powered by CamScanner

- **Hábitos higiénicos:** Está prohibido en el puesto de trabajo: fumar, masticar chicle, comer, toser, estornudar o sonarme sobre los alimentos, hablar encima de ellos (hace que caigan los microorganismos que tenemos en la saliva).

  Uno de los hábitos más importantes a la hora de trabajar de manipulador de alimentos es el correcto LAVADO DE MANOS. El lavado de manos será frecuente y hay ocasiones donde es obligatorio. Hay que lavarse las manos con agua caliente y jabón bactericida, frotando bien entre los dedos, y con un cepillo de manos entre las uñas. Después nos secaremos con papel de un solo uso.

8. almacenamiento y conservación de los alimentos:
El tiempo máximo en el que un alimento conserva todas sus propiedades organolépticas, nutricionales y sanitarias se denomina VIDA ÚTIL.
Los sistemas de conservación más frecuentes y tradicionales que se utilizan, son:

- **Mediante frío:** Refrigeración (Entre 0º y 5ºC), Congelación (menor a-18ºC). Hay que mantener la CADENA DE FRÍO, que consiste en mantener el frío (refrigeración o congelación) durante todo el proceso por el que pasa el alimento: producción, transporte, recepción, almacenamiento, venta al consumidor. Si no se mantiene la temperatura adecuada durante todo el proceso el alimento sufrirá consecuencias IRREVERSIBLES.
- **Mediante Calor:** sólo se destruyen los microorganismos con calor. Los más conocidos son: Pasterización, Cocción, Esterilización, Uperización (UHT).
- **Eliminando parte del agua del alimento:** Desecación, Salazón, Curado, Azucarado, Ahumado.
- **Otros:** Escabechado, uso de conservantes.

9. ENVASADO Y ETIQUETADO: El envasado además de para proteger al alimento también cumple la función de facilitar la distribución y el uso (dosificación).

Las ETIQUETAS de los productos deben informarnos de todo lo relacionado con el alimento que contiene, y debe contener información obligatoria que es: Denominación (el nombre), Ingredientes, Grado alcohólico (si tiene), Peso o

Unidades, Instrucciones de conservación y uso, Fecha de caducidad o consumo preferente, Razón social o denominación del fabricante o envasador, y su domicilio, Lote (código con el que podríamos "rastrear" ese producto en caso de haber problemas con él). Son productos que están fabricados o envasados en circunstancias similares.

El lote es muy importante, porque se relaciona con la TRAZABILIDAD o rastreabilidad de un producto.

10. LIMPIEZA E HIGIENE:

Hablamos de la limpieza de todo lo que va a rodear al alimento, desde los utensilios hasta las instalaciones. Limpiar y desinfectar no es lo mismo, son dos acciones complementarias.

LIMPIAR: es eliminar todos los residuos visibles que pueden servir de alimento para los microorganismos.

Desinfectar: elimina o disminuye en gran medida los microorganismos que pueda haber, y debe realizarse después de limpiar.

La correcta higienización viene determinada por programas de limpieza y desinfección, donde se llevará un control escrito de todo ello.

NORMATIVA Se deben seguir a cabalidad la resolución 2674 de 2013, dispuesto por el Ministerio de Salud.

Se deberá realizar seguimiento para verificar cumplimiento de los requisitos

Higiénicos de los manipuladores de Alimentos.

Powered by CamScanner

CONSEJO PROFESIONAL
DE MEDICINA VETERINARIA Y DE ZOOTECNIA DE COLOMBIA

Matricula Profesional
33726

BLANCA PAOLA PEÑAFIEL MARTINEZ
DI: 1022391112 de Bogotá D.C.
Médico Veterinario
Universidad de la Salle

Jhon Didier Ruiz Buitrago
Presidente

Acuerdo 1160 de 2017-02-10

Esta tarjeta es documento Público y se expide de conformidad con la Ley 073 de 1985 y Ley 576 de 2000

Habilita al titular para el ejercicio de la Medicina Veterinaria y Zootecnia, de la Medicina Veterinaria de la Zootecnia en Colombia

En caso de encontrar esta tarjeta, por favor comunicarse con el Consejo Profesional de Medicina Veterinaria y de Zootecnia de Colombia

www.consejoprofesionalmvz.gov.co
Calle 101 No 71 A - 52 Bogotá, D.C. Tel. 643 41 35 - 226 67 41

USO EXCLUSIVO CERTIFICATE F.S.

Cronograma

MÓDULO 1. (4 HORAS)	MÓDULO 2. (3 HORAS)	MÓDULO 3. (3 HORAS)
Legislación sanitaria resol. 2674/2013	Microorganismos	Temperaturas de conservación
Introducción a la Manipulación de Alimentos	Clasificación de los Microorganismos	Escalas de temperatura
Clasificación de los Alimentos	Conservación de los alimentos	Clasificación de desechos sólidos
Contaminación de los alimentos	Higiene y desinfección	Manejo adecuado de basuras
Causas de Contaminación	Plan de Saneamiento	Control de plagas
Temperaturas de conservación	Recomendaciones	Practicas Higiénicas y medidas de protección
Escalas de temperatura	Temperaturas de conservación	Prohibiciones
Higiene y desinfección	Practicas Higiénicas y medidas de protección	
Practicas Higiénicas y medidas de protección		

ASISTENCIA MODULO 1	ASISTENCIA MÓDULO 2	ASISTENCIA MODULO 3
Firma:	Firma:	Firma:
Cedula: 1010961109	Cedula: 1010961109	Cedula: 1010961109
29/12/2025	30/12/2025	03/01/2026

Powered by CamScanner

CERTIFICADO DE CAPACITACIÓN

MANEJO HIGIENICO DE ALIMENTOS

Nº de Certificado:

15086

Nombre:

MICHAEL YESID RICO ALBORNOZ

1010961109 **BOGOTA**

3/01/2026 **3/01/2027**

FECHA DE EXPEDICIÓN FECHA DE VENCIMIENTO

Certificamos al portador del presente documento haberse capacitado en el manejo higienico de alimentos con una intensidad de 10 horas, en cumplimento con la resolución 2874/2013.

Powered by CamScanner