Lugar	Centro de cuidado Transitorio Quiroga.
Fecha	11/06/2026 – 1:00 pm
Tema	Buenas prácticas de manipulación de alimentos.
Desarrollo	Se da inicio a la capacitación con un saludo de bienvenida a la sesión en donde se abordará el tema Buenas Prácticas del manipulador de alimentos, parte fundamental de los procesos y procedimientos establecidos en la preparación de alimentos. **Alimento:** Es todo producto natural o artificial, elaborado o no, que ingerido aporta al organismo humano los nutrientes y la energía necesaria para el desarrollo de los procesos biológicos. Se entienden incluidas en la presente definición las bebidas no alcohólicas y aquellas sustancias con que se sazonan algunos comestibles, y que se conocen con el nombre genérico de especias. Cuando nos referimos al manipulador de alimentos se entiende como toda persona que por su actividad laboral tiene contacto directo con los alimentos durante su preparación, fabricación, transformación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte, distribución, venta, suministro y servicio. La normatividad que nos rige en Colombia es el decreto 3075 de 1997 y la resolución 2674 de 2013; en donde nos especifica que las buenas prácticas de manufactura "Son los principios básicos y prácticas 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 se fabriquen en condiciones sanitarias adecuadas y se disminuyan los riesgos inherentes a la producción." **Higiene en la manipulación de alimentos:** • Lavado de manos • No toser, ni comer, ni mascar chicle durante la manipulación de alimentos. • No usar el celular durante la manipulación de los alimentos. • No hablar sobre los alimentos (caída de saliva). • No tocarse la nariz, la boca, los oídos, ojos o rascarse la cabeza. **Preparación y servido de alimentos:** • Lavar las manos antes de preparar los alimentos. • Los alimentos crudos, tales como, hortalizas, frutas, carnes que se utilicen en la preparación de los alimentos deben ser lavados con agua potable antes de su preparación.

- Separar los alimentos crudos de los alimentos listos para comer y mantener en recipientes separados hasta que estén listos para servirlos y use utensilios diferentes para dispensarlos.
- Usar equipos y utensilios limpios y desinfectados durante la preparación de alimentos.
- Preparar los alimentos lo más cerca que sea posible de la hora del servicio tanto como el menú y la logística lo permita.
- Limitar el tiempo de preparación de cualquier alimento de forma que los ingredientes no permanezcan a temperatura ambiente más de 30 min después de cocinados, servidos o de que hayan sido retirados del refrigerador.
- Descartar los alimentos potencialmente peligrosos después de 4 horas de servidos.
- Si un alimento potencialmente peligroso no es cocinado o servido después de la preparación se debe enfriar rápidamente.
- El servido de los alimentos debe hacerse con utensilios (pinzas, cucharas, etc.), evitando en todo caso el contacto del alimento con las manos.
- Toma y registro de la temperatura de los alimentos preparados: Cocción mayor a 60ºC.
- Distribuir los alimentos al comedor usando bandejas.
- El personal que está directamente vinculado a la preparación o servido de los alimentos no debe manipular algún agente contaminante o peligroso durante el servido.

Reglas para almacenar los alimentos:

- Cada uno de los productos recibidos debe ser organizado de acuerdo con el tipo de producto y método de almacenamiento.
- Se debe señalizar dentro del área de almacenamiento los espacios para cada tipo de productos.
- Los alimentos deben estar separados de las paredes, pisos y techos.
- Los productos de vidrio, latas y productos pesados en general deben ubicarse en la parte inferior.
- Los productos congelados, un día antes de ser empleados deben pasar a refrigeración de 4ºC o menos.
- Se debe llevar un control de primeras entradas y primeras salidas.
- Los plaguicidas, detergentes, desinfectantes, etc., deben etiquetarse adecuadamente
- No se debe saturar el refrigerador y/o el congelador

- En el almacenamiento de alimentos en neveras y congeladores, se debe evitar la contaminación cruzada
- Transporte y distribución de los alimentos: el vehículo debe ser:
- Hermético e impermeable
- Fácil de limpiar y desinfectar
- Temperatura adecuada para los alimentos a transportar (refrigeración, congelación o ambiente).
- Uso de estibas en su interior y canastillas para almacenar los alimentos.
- Contar con carro transportador de canastillas para realizar el desplazamiento.
- Acta de inspección sanitaria vigente y con concepto favorable.

Tipos de contaminantes:

- Física: Vidrio, fragmentos de metal, tachuelas, polvo, huesos, etc.
- Química: Pesticidas, componentes limpiadores, metales tóxicos, aditivos y persevantes.
- Biológica: Bacterias, virus, hongos, levadura, moho, parásitos, insectos y roedores.

El manipulador de alimentos debe contar con:

- Certificado médico una vez al año o cada vez que se requiera.
- Educación y Capacitación: Plan de capacitación (10hr anuales)
- Deberá bañarse diariamente
- El personal no deberá portar joyas, relojes, cadenas, aretes, audífonos, otros.
- El personal deberá llevar el cabello corto o recogido, cubierto totalmente por una cofia.
- Las uñas de las manos deberán estar cortas, limpias y sin esmalte.
- No se deberá utilizar cosméticos.
- Se deberá ingresar a trabajar con uniforme completo y limpio.
- Deberá lavarse las manos con agua y jabón desinfectante luego de: ir al baño, manipular basura, manipular cajas o baldes, cada vez que cambie de actividad, antes de iniciar el servicio de los alimentos. Luego deberá secarse las manos con papel toalla (nunca con el uniforme).

Se finaliza la sesión con la aplicación del Post Test de pregunta abierta y falso - verdadero, que reforzará los conocimientos construidos con el tema del día siendo las 2:13 pm.

Evidencia fotográfica:



Se anexa listado de asistencia FOR GD 023.

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Ver Listado de Asistencia.		

Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Continuar implementando las buenas prácticas del manipulador de alimentos.	Operarias de Cocina	De inmediato
Próxima reunión	Julio 2026		
Elaboró	Lyna Olarte Arias – Nutricionista.		

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Buenas Practicas de manipulacion 2. Lugar o Localidad o Sede: CC7 Quiroga 3. Fecha y hora: 11 Junio 2026 H: 1:00 Pm.

4. Nombre responsable: Lyna Olarte A. 5. Dependencia responsable: Nutricion.

6. ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Yessika Perez	PPt	4674570	cc7Quiroga	aux Cocina	Contratista	Yessikaveli.n2908@gmail.com	3143982208	
2	Evimileth Nieto	C.C	52528855	cc7quiroga	aux cocina	contratista	evimilethnegimail	3125700621	
3	José Mercado	C.C.	1067974366	CC7Quiroga	Aux Cocina	Contratista	joselemu29@gmail.com	3153653319	
4	José Arnulfo	CC	7629144	CC7Quiroga	Aux cocina	contratista	[illegible]	3002912190	
5	Enyi Viviana C	cc	1073426?	cc7 Quiroga	Aux Cocina	Contrato.	— o —	3214517007	
6	Natalia Arenas	CC	1005024249	Cc7 Quiroga	Aux Cocina	Contrato	— o —	3108593085	
7	Lyna Olarte A.	CC	1024484350	cc7 QUIROGA	Nutricionista	Contrato.	Etquiroga1652@hotmail.com	3144203684	
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales:"En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.