

Agrupación Profesional de Servicios Públicos. Turno Libre

TEMA 11

NORMATIVA DE MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS. NORMAS BÁSICAS PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN ALIMENTARIA. GUIA DE BUENAS PRÁCTICAS HIGIENICO-SANITARIAS EN RESTAURACIÓN, RESIDENCIAS Y CENTROS ASISTENCIALES. NORMAS DE HIGIENE PARA LA DISTRIBUCIÓN DE COMIDAS PREPARADAS. CONDICIONES DE ALMACENAMIENTO, CONSERVACIÓN Y TRANSPORTE DE COMIDAS.

Autor: Constantino Abenza Ibáñez

Fecha actualización: 30/01/2023

ÍNDICE

RESUMEN.....	3
OBJETIVOS	3
INTRODUCCIÓN. EL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.	4
Importancia del manipulador de alimentos en la promoción de salud.	5
REGLAMENTO DE MANIPULADORES DE ALIMENTOS.....	5
Ámbito de aplicación.....	6
La figura del manipulador de alimentos.....	6
Condiciones generales del personal manipulador de alimentos.	6
Prohibiciones.....	7
Relativas al personal manipulador.....	7
Relativas a la empresa.	7
1. REGLAMENTACION TECNICO-SANITARIA DE LOS COMEDORES COLECTIVOS.....	8
Introducción.....	8
Legislación. Normativa vigente.	8
Ámbito de aplicación.....	8
Definiciones y clasificaciones.	9
2. CONDICIONES DE LOS LOCALES E INSTALACIONES, DE LOS MATERIALES Y UTILLAJE Y DEL PERSONAL. MANIPULACIONES PERMITIDAS Y PROHIBIDAS. 9	
De los locales.....	9
De las cocinas.....	10
Equipos y otros útiles de trabajo.....	12
Higiene de los locales y utillajes.	12
Condiciones del personal.....	13
3. GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS.....	14
4. RELATIVO A MATERIAS PRIMAS Y COMIDAS.....	15
Materias primas.	15
Preparación y servicio de comidas.....	16
Características de las comidas reguladas por esta Reglamentación.	17
DIFERENCIA ENTRE INTOLERANCIA Y ALERGIA ALIMENTARIA.....	18

CARM. Cuerpo Agrupaciones Profesionales

Tema 11. Normativa de manipulación de alimentos. Normas básicas para la prevención de enfermedades de transmisión alimentaria. Guía de buenas prácticas higiénico-sanitarias en restauración, residencias y centros asistenciales. Normas de higiene para la distribución de comidas preparadas. Condiciones de almacenamiento, conservación y transporte de comidas.

Alergia alimentaria.....	18
Intolerancia alimentaria	19
BIBLIOGRAFÍA.....	20



Creative Commons License Deed Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España (CC BY-NC-SA 3.0 ES)

RESUMEN

En este tema se aportan una serie de conceptos básicos, sobre riesgos específicos, relacionados con la manipulación y conservación de alimentos y materias primas, así como una normativa vigente y normas básicas para la prevención de enfermedades de transmisión alimentarias.

La correcta manipulación de los alimentos incide directamente en la salud de las personas desde su producción hasta su consumo. Los responsables que manipulen alimentos deben conocer los procesos de elaboración, conservación y el procesado de los mismos, así como respetar las normas y extremar las medidas de higiene, tanto en su manipulación, como en su conservación, para que los alimentos lleguen al público en las mejores condiciones de calidad higiénico-sanitaria.

OBJETIVOS

1. Conocer las medidas higiénico-sanitarias que se deben de aplicar en el puesto de trabajo.
2. Establecer los criterios y normas básicas para una correcta manipulación.
3. Adquirir los conocimientos sobre los riesgos específicos y medidas preventivas que faciliten el desarrollo procedimental en ésta materia
4. Delimitar los procesos de elaboración, conservación y el proceso de materias primas, para que los alimentos lleguen a las personas en una óptima calidad, evitando así, posibles enfermedades de transmisión alimentaria.

INTRODUCCIÓN. EL MANIPULADOR DE ALIMENTOS.

Son todas aquellas personas que, por su actividad laboral, tienen contacto directo con los alimentos, durante su preparación, fabricación, transformación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte, distribución, venta, suministro y servicio.

Todo manipulador de alimentos tiene que recibir formación referente a la manipulación de alimentos para garantizar la seguridad e higiene alimentarias durante todas aquellas fases del proceso en las que esté en contacto con algún tipo de alimento.

Las manos son una de las partes de nuestro cuerpo que más utilizamos cada día. Con ellas saludamos, cogemos, trabajamos; casi todo lo que entra en contacto con nosotros pasa por nuestras manos. De ahí su importancia como vehículo receptor y transmisor.

En tema que nos ocupa vamos a centrarnos en como la utilización de las manos puede influir en nuestra salud y en la de los demás, sobre todo haciendo referencia a los aspectos que pueden suponer una elevación del nivel de Salud colectiva.

Veremos también de que manera podemos reducir al máximo el riesgo de transmisión de enfermedades ya no solo por la utilización de las manos, sino cuidando nuestras actitudes en el trabajo y manteniendo el entorno en que nos desenvolvemos diariamente en buenas condiciones de higiene.

Como ya dijimos en el apartado correspondiente, la mayoría de personas podemos ser portadores de gérmenes. Esto, en el caso de profesionales de la alimentación, adquiere una gran importancia, ya que por sus manos pasan diariamente un gran volumen de alimentos que van dirigidos a un elevado número de consumidores.

Es importante destacar pues el aspecto positivo que para la Salud de las personas puede tener la realización de una manipulación correcta de los productos alimenticios.

Como puede verse, enfocamos la problemática de la manipulación, preparación, etc. de alimentos, con un sentido positivo, activo y práctico. Es decir, no solo trataremos de evitar la aparición de tox infecciones alimentarias, sino que además y más importante, debemos mantener y por qué no mejorar el nivel de Salud del colectivo al que van dirigidos los productos alimenticios.

Tema 11. Normativa de manipulación de alimentos. Normas básicas para la prevención de enfermedades de transmisión alimentaria. Guía de buenas prácticas higiénico-sanitarias en restauración, residencias y centros asistenciales. Normas de higiene para la distribución de comidas preparadas. Condiciones de almacenamiento, conservación y transporte de comidas.

Esta llevará consigo también un aumento del nivel de confianza del consumidor hacia el alimento que consume.

Importancia del manipulador de alimentos en la promoción de salud.

Los alimentos y su consumo los podemos considerar como un fenómeno social. Por todos es reconocida también la relación existente entre alimentos-salud-enfermedad.

Vistas estas dos consideraciones es fácil deducir que llevando a cabo una manipulación técnica y adecuada, abandonando ciertas prácticas tradicionales y existiendo junto a todo esto un buen soporte informativo y asesor, se puede llevar a cabo una labor de Promoción de Salud no solo por parte del profesional sanitario, sino también y lo que es más importante, por el mismo trabajador dígase (manipulador, repartidor, recolector, vendedor, etc.) y por los consumidores en general.

REGLAMENTO DE MANIPULADORES DE ALIMENTOS.

Una de las medidas utilizadas para la prevención de las enfermedades transmitidas por los alimentos, es el control de los manipuladores de alimentos. Hasta ahora este control se venía realizando mediante exámenes médicos apoyados por técnicas de laboratorio y/o radiológicas, en virtud de la Orden de 15 de octubre de 1.959.

No obstante está comprobado la poca utilidad de los exámenes médicos, principalmente porque los resultados de pruebas de laboratorio, negativos pueden originar una peligrosa sensación de seguridad y dar lugar a una relajación de los hábitos higiénicos de los manipuladores de alimentos que se consideran no infectados, cuando precisamente esos resultados sólo pueden asegurar lo que sucede en el momento de la toma de la muestra, que, por otra parte, puede cambiar de manera inmediata.

Ha sido la educación sanitaria de los manipuladores de alimentos con énfasis en las prácticas higiénicas de la manipulación y en los hábitos de higiene adecuados, la que se ha manifestado realmente eficaz en la prevención de las enfermedades transmitidas por los alimentos.

Por otra parte, nuestro Código Alimentario recogía, en su capítulo VIII, las condiciones que debe reunir el personal relacionado con los alimentos, establecidos e industrias de la alimentación.

Por tanto parece oportuno, no sólo refundir las disposiciones vigentes al respecto, sino adecuar la norma a los resultados de los estudios epidemiológicos de los diferentes brotes de enfermedades transmitidas por los alimentos.

Ámbito de aplicación.

Real Decreto 109/2010, de 5 de febrero, por el que se modifican diversos reales decretos en materia sanitaria para su adaptación a la Ley 17/2009, de 23 de noviembre, sobre el libre acceso a las actividades de servicios y su ejercicio y a la Ley 25/2009, de 22 de diciembre, de modificación de diversas leyes para su adaptación a la Ley sobre el libre acceso a las actividades de servicios y su ejercicio.

El presente Reglamento tiene por objeto definir a efectos legales las condiciones que deben reunir los manipuladores de alimentos y fijar con carácter obligatorio los requisitos que los mismo deben cumplir en orden a proteger la salud de los consumidores y la ordenación jurídica de dicho personal en lo que a efectos sanitarios exclusivamente se refiere.

La figura del manipulador de alimentos.

A los efectos de este Reglamento tendrán la consideración de manipuladores de alimentos todas aquellas personas que por su actividad laboral entran en contacto directo con los mismos como consecuencia de los siguientes supuestos:

- Distribución y venta de los productos frescos sin envasar.
- Elaboración, manipulación y/o envasado de alimentos o productos alimenticios en los que estas operaciones se realicen de forma manual, sin posterior tratamiento que garantice la eliminación de cualquier posible contaminación proveniente del manipulador.
- Preparación culinaria y actividades conexas de alimentos para consumo directo sin envasar, tanto en hostelería y restauración, como en cocinas y comedores colectivos.

Condiciones generales del personal manipulador de alimentos.

El personal manipulador de alimentos, deberá cumplir las condiciones siguientes:

- a) Acreditar la formación en materia de manipulador de alimentos.

- b) Mantener la higiene en su aseo personal y utilizar en estado de limpieza adecuado la indumentaria y los utensilios propios de la actividad que desempeña y de uso exclusivo para el trabajo.
- c) Lavarse las manos con agua caliente y jabón o detergente adecuado y cepillo, tantas veces como lo requieran las condiciones del trabajo y siempre antes de incorporarse a su puesto, después de una ausencia o haber realizado actividades ajenas a su cometido específico.
- d) El manipulador aquejado de enfermedad de transmisión por vía digestiva o que sea portador de gérmenes, deberá ser excluido de toda actividad directamente relacionada con los alimentos hasta su total curación clínica y bacteriológica o la desaparición de su condición de portador. Será obligación del manipulador afectado sea consciente o tenga sospecha de estar comprendido en alguno de los supuestos contemplados en el párrafo anterior, poner el hecho en conocimiento de su inmediato superior a los efectos oportunos.
- e) En los casos que exista lesión cutánea que pueda estar o ponerse en contacto, directa o indirectamente, con los alimentos al manipulador afectado se le facilitará el oportuno tratamiento y una protección con vendaje impermeable, en su caso.

Prohibiciones.

Relativas al personal manipulador.

Se prohíbe durante el ejercicio de la actividad:

- Fumar y masticar goma de mascar.
- Comer en el puesto de trabajo.
- Utilizar prendas de trabajo distintas a las reglamentarias.
- Estornudar o toser sobre los alimentos.
- cualquier otra que pueda ser causa de la contaminación de los alimentos.
- Conservar menús sobrantes, en el caso de la distribución en caliente, o los ya calentados en la distribución en frío

Relativas a la empresa.

Se prohíbe la presencia no justificada de personas extrañas a la actividad en los locales donde ésta se desarrolle. Para el caso de presencia justificada deberán tomarse las precauciones adecuadas.

1. REGLAMENTACION TECNICO-SANITARIA DE LOS COMEDORES COLECTIVOS.

Introducción.

Por un lado, y con relación a los resultados de los estudios epidemiológicos, tener en cuenta los posibles riesgos para la salud de los usuarios, que se pueden derivar de los distintos procesos de conservación y manipulación de los alimentos que se dan en dichos establecimientos.

Por otro, y quizá sea este el aspecto más importante, considerar que estos establecimientos pueden ayudar a fomentar la salud de la comunidad, si nos esforzamos en mejorar las condiciones higiénico-sanitarias de los locales y la educación sanitaria de los manipuladores de alimentos, en cuanto a hábitos y prácticas higiénicas, medidas que al mismo tiempo, se muestran realmente eficaces en la prevención de las posibles enfermedades transmitidas por los alimentos.

Estas dos razones, unidas a la idea de que el resultado puede contribuir a un aumento de la calidad de vida y en definitiva, a la mejora del bienestar social, nos ha llevado a la difusión del presente Reglamento para una aplicación educativa del mismo.

Legislación. Normativa vigente.

REGLAMENTO (CE) 852/2004 del Parlamento Europeo y del Consejo de 29 de abril de 2004 relativo a la higiene de los productos alimenticios, así como la responsabilidad de formar a los manipuladores de alimentos, reside en la empresa, que debe encargarse de que sus trabajadores obtengan el certificado de manipulador de alimentos y reciban una adecuada formación.

Ámbito de aplicación.

El presente Reglamento tiene por objeto definir, a efectos legales, las características higiénico-sanitarias de los comedores colectivos y fijar, con carácter obligatorio, el código de prácticas higiénicas de funcionamiento de los mismos en orden a proteger la salud pública y, en general, la ordenación de tales establecimientos.

Definiciones y clasificaciones.

1. A los efectos de esta disposición, se entiende por comedores colectivos aquellos establecimientos públicos o privados, con finalidad mercantil o social, cuya actividad sea la de facilitar comidas que en los mismos se consumen, incluyendo tanto a los comedores dotados de cocina propia como los que carecen de la misma, tengan o no instalaciones al aire libre. Estos establecimientos pueden tener entidad propia e independiente o formar parte de Empresas, Centros, Instituciones y Organismos, constituyendo actividad accesoria de éstos.
2. En la anterior definición de comedores colectivos quedan incluidos también aquellos establecimientos sujetos a la competencia de la Administración turística: restaurantes y cafeterías así como cafés, bares, tabernas, cantinas y otros establecimientos que sirvan comidas. Todo ello con independencia de la normativa específica que los regula.
3. Quedan igualmente incluidos en este Reglamento los establecimientos de temporada, entendiéndose por tales las instalaciones o establecimientos que sirven comidas y bebidas, cuyo funcionamiento se limita a determinadas épocas del año, instalados tanto en calles, plazas, vías públicas, como en playas y riberas de lagos, pantanos, ríos o en parques y ferias o aquellas que se montan con dicha finalidad con motivo de otros movimientos o concentraciones de población (manifestaciones deportivas, concentraciones religiosas, culturas, etc.).

2. CONDICIONES DE LOS LOCALES E INSTALACIONES, DE LOS MATERIALES Y UTILLAJE Y DEL PERSONAL. MANIPULACIONES PERMITIDAS Y PROHIBIDAS.

Los establecimientos contemplados en los puntos 1 y 2 de esta Reglamentación cumplirán obligatoriamente las siguientes exigencias:

De los locales.

1. Todos los locales destinados a comedores y a la manipulación de alimentos a consumir en aquéllos estarán convenientemente diferenciados y debidamente aislados de otros ajenos a sus cometidos específicos.
2. Los comedores colectivos en los que se preparan alimentos dispondrán de locales de almacenamiento, así como de instalaciones frigoríficas para aquellos productos

que requieran conservación por el frío, con capacidad siempre acorde con su volumen de consumo.

3. En su construcción, acondicionamiento o reparación se emplearán materiales idóneos y en ningún caso susceptibles de originar intoxicaciones o contaminaciones.
4. Las paredes internas, suelos, ventanas, techos, el trabajo de carpintería y todas las demás partes de los locales destinados al servicio de comidas deberán estar contruidos de tal forma y mantenidos en orden, reparación y condiciones tales que puedan limpiarse eficazmente y sin deterioro.
5. Los locales de servicio de comidas, así como los de elaboración o manipulación, conservación y almacenamiento, en todo caso, deberán ser adecuados para el uso a que se destinan situados a conveniente distancia de cualquier posible causa de suciedad, contaminación o insalubridad y separados de viviendas o locales donde pernocte cualquier clase de personal. No podrán utilizarse para dormitorio ni comunicar directamente con un lugar de servicios higiénicos, vestuarios y aseos.
6. Le serán de aplicación los reglamentos vigentes para todas las instalaciones, maquinarias y utensilios disponibles, así como los relativos a dimensiones mínimas, ya establecidas por los diferentes Organismos competentes.

De las cocinas.

1. Los locales deberán ser apropiados para el uso que se destinan, con emplazamiento y orientación adecuados: serán de dimensiones suficientes, con accesos fáciles.
2. Los suelos estarán contruidos con materiales no absorbentes, resistentes y no atacables por ácidos o álcalis empleados en la limpieza. Serán fáciles de limpiar y tendrán una inclinación suficiente hacia los sumideros que permita la evacuación de agua y otros líquidos. Estarán provistos de desagües con los dispositivos adecuados (sifones, rejillas, etc.) que eviten olor y el acceso de roedores.
3. Los parámetros verticales tendrán superficies lisas, no absorbentes, de color claro y revestidos de material o pintura que permita ser lavado sin deterioro. Las cubiertas o techos estarán contruidos de forma que no se acumule polvo ni vapores de condensación, serán de fácil limpieza y siempre estarán en condiciones tales que no puedan aportar contaminación a los productos. Las uniones de parámetros verticales y horizontales serán redondeadas.

4. La ventilación natural y/o forzada (artificial) será la apropiada (capaz de cubrir con eficacia su función) a la capacidad del local. Se prestará especial atención a la ventilación de los lugares y maquinaria que emitan calor y humedad desagradables.
5. Las aberturas y ventanas o huecos practicables para ventilación de los locales deberán estar dotados de rejillas de malla adecuadas para evitar el paso de insectos.
6. La iluminación puede ser natural o artificial; en ambos casos de suficiente intensidad, que vendrá determinada por un mínimo de 350 lux. El sistema de iluminación estará debidamente protegido de manera que en caso de rotura no contamine los alimentos, y su fijación al techo o paredes se hará de forma que sea fácil su limpieza y evite la acumulación de polvo.
7. Dispondrán de agua potable, corriente, fría y caliente, en cantidad suficiente para cubrir sus necesidades. La red de distribución de agua tendrá el necesario número de tomas para asegurar la limpieza y lavado de todas sus actividades, incluido el aseo personal.
8. Existirán dispositivos en los que los operarios se podrán lavar y secar las manos. Los lavabos colocados en esta zona estarán dotados de agua fría y caliente. Serán accionados a pedal u otro sistema no manual, y el secado de las manos se efectuará con toallas de un solo uso o secadores automáticos. Habrá jabón o detergente y cepillos de uñas.
9. Dispondrán de los servicios higiénicos, aseos y vestuarios de acuerdo con lo legislado por la ordenanza laboral para cada tipo de industria. Su separación de las zonas de manipulación y elaboración será completa.
10. Las aguas residuales abocarán en una red de evacuación dotada de arquetas, alcantarillas y tuberías de material apropiado que desembocará a un sistema de depuración industrial o a la red de alcantarillado público.
11. Existirá un lugar separado para el almacenamiento de los residuos, que dispondrá de dispositivos o recipientes higiénicos e instalaciones inalterables, de fácil limpieza y desinfección, con una tapa de cierre hermético y se evacuarán diariamente.
12. Contarán con medios e instalaciones adecuados en su construcción y situación dentro de estos establecimientos para garantizar la conservación de sus productos en óptimas condiciones de temperaturas, higiene, limpieza y no contaminación por la proximidad o contacto con cualquier clase de residuos o aguas residuales, humos,

suciedad y materias extrañas, así como la presencia de insectos, roedores y otros animales. Mantendrán las adecuadas condiciones ambientales de manera que los productos no sufran alteraciones o cambios anormales en sus características iniciales, debiendo existir sistemas de protección necesarios que impidan la acción directa de la luz solar sobre los productos.

Equipos y otros útiles de trabajo.

1. Toda maquinaria y utillaje será construida o instalada de tal forma que se facilite su completa limpieza y desinfección. Serán de material inocuo, que pueda transmitir a los alimentos propiedades nocivas ni cambiar sus características organolépticas.
2. Su superficie será impermeable, atóxica y resistente a la corrosión. Se vigilará su estado de conservación, debiendo ser eliminados cuando pierdan las condiciones requeridas para su uso.
3. La superficie de las mesas, bandejas o cualquier otra clase de recipientes destinados a la manipulación de los alimentos estarán contruidos de material liso, anticorrosivo y de fácil limpieza y desinfección.

Higiene de los locales y utillajes.

1. Todos los locales deben mantenerse en estado de limpieza por los métodos más apropiados para no levantar polvo ni producir alteraciones ni contaminaciones. Nunca deben ser barridos los suelos en seco y en ningún caso cuando se estén preparando alimentos. Las dependencias deberán someterse a procesos de desinfección y desratización con la periodicidad necesaria.
2. Después de cada jornada de trabajo, o antes si es necesario, se procederá sistemáticamente a la limpieza y desinfección de todos los útiles empleados (mesas, recipientes, elementos desmontables de máquinas, cuchillos, etc.) que hayan tenido contacto con alimentos. Los útiles y maquinaria que no se empleen cotidianamente serán lavados y desinfectados antes de ser utilizados nuevamente.
3. Los utensilios que se empleen para la preparación de los alimentos, así como la vajilla, cubiertos, etc. se limpiarán y enjuagarán para después lavarlos con detergente autorizado y por último sumergirlos durante treinta segundos, como

mínimo en agua a una temperatura no inferior a 82° C. El aclarado se efectuará con abundante agua corriente para arrastrar totalmente el detergente.

4. Cuando se empleen máquinas de lavar vajilla y utillaje, éstas deberán ser fácilmente desmontables para su limpieza una vez usadas.
5. Los productos empleados en la limpieza, desinfección, desinsectación y desratización que se utilicen en las dependencias de los establecimientos regulados por esta reglamentación deberán disponer de la autorización correspondiente otorgada por la Subsecretaría de Sanidad y Consumo. Su utilización y almacenaje se hará de tal forma que no suponga ningún riesgo de contaminación para los alimentos. Los insecticidas, raticidas y demás sustancias peligrosas deben guardarse lejos de las áreas de almacenamiento y preparación de los alimentos, en recipientes cerrados y su manejo se permitirá sólo al personal convenientemente responsable del uso.
6. Queda prohibida la permanencia y entrada de animales domésticos en las dependencias de estos establecimientos.

Condiciones del personal.

1. El personal dedicado a la preparación, elaboración y en general a la manipulación de los alimentos observará en todo momento la máxima pulcritud en su aseo personal y utilizará ropa de uso exclusivo de trabajo, prenda de cabeza, calzado adecuado a su función y en perfecto estado de limpieza. No podrá emplear ropa de trabajo nada más que en el momento de ejercer sus funciones. Los correspondientes servicios sanitarios oficiales podrán exigir el cambio de indumentaria o cualquier otra exigencia de tipo higiénico, cuando por razones sanitarias lo crean conveniente.
2. Todo el personal, antes de iniciarse el trabajo, se lavará las manos con jabón o detergente, repitiendo dicha operación cuando se considere necesario o aconsejable y en cualquier caso siempre antes de incorporarse al trabajo después de una ausencia.
3. El personal no podrá llevar expuesto vendaje alguno, salvo que esté perfectamente protegido por una envoltura impermeable y ésta no pueda desprenderse accidentalmente.

4. En la manipulación de los alimentos no podrán intervenir personas que padezcan enfermedades transmisibles o que puedan ser portadoras de las mismas, lo que deberán acreditar, antes de ser empleada, mediante el oportuno justificante de haber pasado satisfactoriamente el reconocimiento médico establecido por la Dirección General de Salud Pública. Dicho reconocimiento se repetirá con la periodicidad que las autoridades sanitarias determinen. En caso de que por las personas ya empleadas fuese contraída alguna enfermedad transmisible, o que puedan ser portadoras de las mismas, en el momento de su reincorporación deberán presentar certificado médico que acredite su total recuperación y de que no existe impedimento alguno para desarrollar sus tareas.
5. Queda prohibido fumar, masticar goma o tabaco o cualquier otra práctica no higiénica en las dependencias de elaboración y en las de manipulación en su caso.
6. No se permitirá la entrada a las áreas de elaboración de alimentos a ninguna persona ajena a dichos servicios, que no vaya equipada con la indumentaria adecuada, excepto las visitas de comprobación e inspección del funcionamiento de la actividad, que guardarán iguales condiciones.
7. El personal encargado de servir las comidas será advertido de mantener altos grados de higiene personal, en particular de conservar sus manos y ropas de trabajo escrupulosamente limpias.
8. Al tenor de lo dispuesto en la Orden Ministerial de 15 de octubre de 1.959 y concordantes, las autoridades sanitarias impondrán el régimen de control sobre el personal manipulador de alimentos, queda obligados a comunicar a sus jefes cualquier alteración de la salud.

3. GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

Para garantizar la seguridad de los productos durante la conservación en seco (almacenes, despensas, etc.), respetad las recomendaciones siguientes:

1. Inspeccionad el producto que se tenga que almacenar y cambiad o retirad los envases y embalajes sucios, rotos o en mal estado.
2. Evitad que los productos queden abiertos.

3. Evitad el contacto directo de los productos con el suelo.
4. Sistema PEPS (primero en entrar primero en salir): colocad los alimentos más “nuevos” detrás o debajo de los ya existentes.
5. No admitáis latas infladas o con golpes.
6. Disponed de una zona identificada para productos no conformes (caducados, con golpes, etc.) o etiquetad claramente los productos que se tengan que retirar.
7. No almacenéis nunca alimentos con productos de limpieza u otros productos químicos.
8. Proteged todo el material que vaya a estar en contacto con los alimentos (envases, papel film y productos fungibles en general).
9. Mantened la etiqueta original cuando traspaséis productos, o etiquetadlos con: nombre del producto, fecha de caducidad, número de lote e ingredientes alérgenos.
10. Retirad inmediatamente cualquier producto derramado y mantened un buen estado de limpieza y desinfección (incluir en el documento del Plan de limpieza y desinfección).

4. RELATIVO A MATERIAS PRIMAS Y COMIDAS

Materias primas.

1. Todas las materias primas utilizadas deberán cumplir las condiciones higiénico-sanitarias de calidad y pureza estipuladas en las normas que regulan dicha materia, así como las condiciones de los medios empleados en su transporte.
2. Se corregirán los fallos o prácticas viciosas que puedan descubrirse o las negligencias de los proveedores, eliminando a los presuntamente clandestinos.
3. Comprobación en su caso de la documentación oficial (guías, marchamo, etiquetado o rotulación, etc.) que garantice el origen de la materia prima.
4. Correcto almacenamiento y adecuado método de conservación, de acuerdo con el estado físico de las materias primas.

5. Se ha de procurar no sobrepasar su capacidad de almacenamiento para conseguir que todos los alimentos sean empleados dentro de su período normal de utilización llevándose a cabo las rotaciones necesarias.
6. No almacenar productos no alimenticios y en especial sustancias peligrosas, detergentes, etc., junto a productos alimenticios.
7. Evitar el contacto entre los alimentos crudos y las comidas preparadas durante la preparación de las mismas o durante su conservación.
8. Las materias primas como las comidas preparadas, cuando sean expuestas, estarán aisladas y protegidas mediante armario o vitrina y mantenidas en adecuadas condiciones de conservación.

Preparación y servicio de comidas.

1. La materia prima una vez retirada de las cámaras de conservación será utilizada de inmediato, comprobándose antes de su uso las condiciones higiénico-sanitarias de aptitud para consumo.
2. La cocción será lo suficientemente prolongada, y se evitará la cocción de piezas de gran volumen. Se vigilará que los tiempos y temperaturas de preparación culinaria sean los adecuados.
3. Los aditivos empleados así como las especias, deberán ajustarse a las prescripciones en vigor sobre la materia.
4. Las comidas deberán prepararse con la menor anticipación posible al tiempo de consumo, salvo las que vayan a ser congeladas.
5. Las comidas para consumo inmediato, una vez terminada su cocción, deberán mantenerse a temperaturas iguales o superiores a 70° C en el corazón del producto. Estas comidas deben consumirse en el mismo día de su preparación y cocción.
6. Las comidas destinadas a ser conservadas antes de su consumo por un procedimiento de refrigeración, congelación o ultracongelación deben envasarse inmediatamente después de su cocción o preparación, de tal forma que sus dimensiones favorezcan la obtención, en el menor tiempo posible de una temperatura como mínimo en el centro del producto inferior o igual a 3° o a -18° respectivamente.

7. Desde el fin de la fase de enfriamiento las comidas refrigeradas deben almacenarse en cámaras frigoríficas que aseguren una temperatura de conservación inferior o igual a 3º C en todos los puntos del producto. El período de conservación máximo de las mismas será igual o inferior a cinco días.
8. La conservación de las comidas congeladas o ultracongeladas debe hacerse en cámaras frigoríficas que aseguren el mantenimiento de -18º C en todos los puntos del producto. Los responsables de los establecimientos identificarán cualquier aspecto de su actividad que sea determinante para garantizar la higiene de los alimentos y velarán para que se cumplan y actualicen sistemas de autocontrol adecuados, de acuerdo a los principios del sistema de análisis de peligros y puesta de control crítico (APPCC)

Características de las comidas reguladas por esta Reglamentación.

1. Las comidas elaboradas y servidas por los establecimientos regulados por esta Reglamentación no contendrán en ningún caso sustancia alguna en tal cantidad que pueda presentar peligro para la salud humana.
2. Estarán exentas de materias extrañas.
3. Estarán exentas de sustancias extrañas que modifiquen desfavorablemente las características organolépticas.
4. Estarán exentas de gérmenes patógenos.
5. Las Comidas refrigeradas, congeladas o ultracongeladas se regeneran inmediatamente antes de su consumo y se realizará por procedimientos autorizados hasta alcanzar en el centro de la masa 70º C, en un tiempo máximo de unas dos horas, manteniéndose a dicha temperatura hasta su consumo. El consumo de las mismas se efectuará dentro de las veinticuatro horas.
6. La elaboración y manipulación de mahonesas, salsas, cremas y natas se efectuará con la mínima antelación y serán consumidas dentro de las veinticuatro horas, manteniéndose constantemente en refrigeración.
7. Las ensaladas elaboradas con vegetales crudos se sumergirán durante unos 5 minutos, en solución de hipoclorito sódico (Legía de uso alimentario, dependiendo del % de cloro por litro), para una concentración del 40% de cloro por litro, se añadirán unos 2 mililitros por cada litro de agua potable y después

se lavarán con abundante agua. Siempre que sea posible se utilizará equipo mecánico para estos fines. También se podrá utilizar el vinagre, como desinfectante.

8. Las ensaladas que contengan productos proteicos o estén constituidas por artículos picados de cualquier clase se elaborarán obligatoriamente por procedimientos mecánicos y se mantendrán siempre a temperaturas no superiores a 3º. C y protegidas del ambiente circulante.
9. Nunca se debe cortar sobre la misma tabla carne cruda y carne cocida.
10. El hielo que ha de estar en contacto con los alimentos será hecho a partir de agua potable, y será troceado o picado de forma mecánica que evite la contaminación.
11. Los alimentos decorativos, no comestibles que se produzcan en la presentación de las comidas no deberán en ningún caso estar en contacto directo con las mismas, y estarán contruidos o fabricados con materiales de calidad alimentaria.

Reglamento (UE) 1169/2011, conocido como 'Ley de información Alimentaria' o de Alérgenos, por la cual se establece que todo operador alimentario está obligado a informar sobre los alérgenos presentes en sus productos mediante un sistema que permita identificarlos claramente. Dicha normativa afecta entre otros a restaurantes, bares, cafeterías, hoteles, supermercados, tiendas de alimentación, comedores colectivos y, en general, todo establecimiento que ofrezca productos envasados o sin envasar

DIFERENCIA ENTRE INTOLERANCIA Y ALERGIA ALIMENTARIA

Alergia alimentaria

Cuando se producen una serie de reacciones adversas inmunológicas como respuesta a la ingesta de un alimento concreto o a un aditivo contenido en él. Cuando una persona tiene alergia a un alimento, su cuerpo lo recibe como un elemento invasor contra el que tiene que luchar, y para ello se pone a trabajar su sistema inmunológico.

Esta respuesta inmunológica provoca una serie de reacciones físicas concretas, que son las que interpretamos como "alergia". Entre las más comunes se encuentran los

Tema 11. Normativa de manipulación de alimentos. Normas básicas para la prevención de enfermedades de transmisión alimentaria. Guía de buenas prácticas higiénico-sanitarias en restauración, residencias y centros asistenciales. Normas de higiene para la distribución de comidas preparadas. Condiciones de almacenamiento, conservación y transporte de comidas.

problemas respiratorios, dolor de estómago, vómitos, urticaria, inflamación, dolor de cabeza...

Las alergias alimentarias tienden a producirse frente a la ingesta de proteínas grandes, como las que hay en carnes, pescados, mariscos, soja... especialmente cuando hay una patología digestiva previa con alteración de la flora intestinal.

Intolerancia alimentaria

A diferencia de una alergia alimentaria, una intolerancia provoca una reacción adversa no inmunológica ante la ingesta de un alimento o un aditivo contenido en él. Normalmente, las intolerancias se producen porque se consumen productos que alteran la mucosa digestiva o simplemente por la ingesta excesiva de un producto que tomado en menor cantidad no produciría dicha intolerancia.

Como expertos en manipulación de alimentos sabemos que las intolerancias más comunes son las que existen a la fructosa y a la lactosa.

Aunque muchas intolerancias pueden provocar síntomas muy parecidos a los que causan las alergias, en términos generales, las intolerancias se caracterizan por un malestar general en la persona que la sufre.

Las intolerancias se clasifican en cuatro grupos, en función del tipo de respuestas que producen y los productos que las ocasionan: enzimáticas (intolerancia a azúcares), farmacológicas, metabólicas e indeterminadas

BIBLIOGRAFÍA.

LEGISLACIÓN ESTATAL

- REGLAMENTO (CE) 852/2004 del Parlamento Europeo y del Consejo de 29 de abril de 2004 relativo a la higiene de los productos alimenticios, así como la responsabilidad de formar a los manipuladores de alimentos, reside en la empresa, que debe encargarse de que sus trabajadores obtengan el certificado de manipulador de alimentos y reciban una adecuada formación.
- Real Decreto 109/2010, de 5 de Febrero, por el que se modifican diversos reales decretos en materia sanitaria para su adaptación a la Ley 17/2009, de 23 de Noviembre, sobre el libre acceso a las actividades de servicios y su ejercicio y la Ley 25/2009, de 22 de Diciembre.
Este decreto, certifica además, que las empresas alimentarias están obligadas a ofrecer alimentos en buen estado y que no supongan ningún riesgo para los consumidores.

PUBLICACIONES

- Dorado Juarez J.A. *Organización y control de empresas y turismo*. Editorial Síntesis.
- Regidor Regidor V. *Cocina*. Editorial McGraw-Hill – Interamericana
- *Guía de buenas prácticas higiénico-sanitarias en restauración colectiva – consejería de sanidad y política social*, elaborado por el equipo de trabajo:
 - Bañón Peregrín, Maravillas - Federación Regional de Hostelería (HOSTEMUR)
 - Blesa Pedreño, Juan Antonio- Federación Regional de Hostelería (HOSTEMUR)
 - Zanacajo Villa, Alberto – Consejería Sanidad y Política Social