



Agencia Nacional
de **Regulación, Control
y Vigilancia Sanitaria**

INSTRUCTIVO EXTERNO PARA LA EVALUACIÓN DE “RESTAURANTES/CAFETERÍAS”

(Versión 1.0)

***Dirección Técnica de Vigilancia y Control Posterior de
Establecimientos y Productos
Coordinación General Técnica de Vigilancia y Control
Posterior
Agosto, 2015***

	EVALUACIÓN DE “RESTAURANTES/CAFETERÍAS”	CODIGO	IE-E.2.2-42
		VERSIÓN	1.0
		Página 3 de 4	

INDICE Y CONTENIDO

1. OBJETIVO.....	4
2. PROCEDIMIENTO.....	4
3. ANEXOS	4

	EVALUACIÓN DE “RESTAURANTES/CAFETERÍAS”	CODIGO	IE-E.2.2-42
		VERSIÓN	1.0
		Página 4 de 4	

1. OBJETIVO

Facilitar una guía a los usuarios para aplicar correctas prácticas de higiene y manipulación en la preparación de alimentos en “Restaurantes /Cafeterías” en beneficio de la salud de la población. Por medio de la aplicación de estas guías los representantes de los establecimientos podrán solicitar a la Agencia la evaluación y posterior calificación de su establecimiento.

2. PROCEDIMIENTO

2.1 El representante del “restaurante/cafetería” que desee solicitar la evaluación para calificación de su establecimiento debe seguir el procedimiento establecido en la Guía de Usuario “PROCEDIMIENTO PARA LA CALIFICACIÓN DE RESTAURANTES/CAFETERÍAS” (Anexo 2)

2.2 El usuario podrá encontrar el Manual de Prácticas Correctas de Higiene y Manipulación en la preparación de alimentos en Restaurantes/Cafeterías (Anexo 1)

2.3 El usuario podrá conocer el Acta de Evaluación para “Restaurantes/Cafeterías” (Anexo 3) para conocer los puntos que se verificarán en la inspección

3. ANEXOS

Anexo 1. Guía del Usuario - MANUAL DE PRÁCTICAS DE HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS EN RESTAURANTES Y CAFETERÍAS

Anexo 2. Guía del Usuario - PROCEDIMIENTO PARA LA CALIFICACIÓN DE RESTAURANTES/CAFETERÍAS”

Anexo 3. Acta de evaluación de “Restaurantes/Cafeterías”



Agencia Nacional
de **Regulación, Control
y Vigilancia Sanitaria**

Anexo 1. GUÍA DE USUARIO
***“MANUAL DE PRÁCTICAS CORRECTAS DE
HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE
ALIMENTOS EN
RESTAURANTES/CAFETERÍAS”***

Versión [1.0]

Agosto, 2015

CONTENIDO

1. OBJETIVO DEL MANUAL.....	2
2. DIRECTRICES.....	2
2.1. RECEPCIÓN, ALMACENAMIENTO Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS.....	2
2.1.1 RECEPCIÓN	2
2.1.2 ALMACENAMIENTO.....	4
2.2. MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS	8
2.2.1. ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR LOS ALIMENTOS	9
2.2.2. CONTAMINACIÓN DE LOS ALIMENTOS Y FUENTES DE CONTAMINACIÓN.	18
2.3. PREPARACIÓN DE ALIMENTOS.....	20
2.4 ALERGIAS A LOS ALIMENTOS.....	23
2.5 HIGIENE DEL PERSONAL	24
2.6 MANTENIMIENTO DE LAS INSTALACIONES Y EQUIPOS	28
2.7 CONTROL DE PLAGAS	31
2.8 AGUA SEGURA.....	37
2.9 CONTROL DEL TABACO.....	37

1. OBJETIVO DEL MANUAL

Facilitar una guía a los usuarios para aplicar correctas prácticas de higiene y manipulación en la preparación de alimentos en “Restaurantes /Cafeterías” en beneficio de la salud de la población.

2. DIRECTRICES

2.1. RECEPCIÓN, ALMACENAMIENTO Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

✓ ¿Qué es alimento?

Es todo producto natural o artificial que ingerido aporta al organismo de los seres humanos o de los animales, los materiales y la energía necesarios para el desarrollo de los procesos biológicos.

Comprende también las sustancias y mezclas de las mismas que se ingieren por hábito o costumbre, tengan o no valor nutritivo.

✓ ¿Qué son los alimentos preparados?

Producto elaborado, semielaborado o crudo destinado al consumo humano que requiera o no mantenerse caliente, refrigerado o congelado y se expende directamente al público

✓ ¿Cuáles son los alimentos “potencialmente peligrosos”?

Los alimentos que se consideran potencialmente peligrosos son aquellos con elevado contenido de proteínas y que ofrecen las condiciones apropiadas para la proliferación de microorganismos.

Por ejemplo alimentos que contengan leche o derivados de la leche, huevos, carne, pescado, aves, y mariscos (tanto moluscos como crustáceos). También se incluyen algunos alimentos que al estar crudos no son potencialmente peligrosos pero después de cocinarlos cambian a alimentos potencialmente peligrosos como el arroz cocido, la pasta cocida y las papas cocidas.

No se consideran potencialmente peligrosos los alimentos secos con un valor de actividad de agua de 0.85 o menos, ni los ácidos con un pH de 4.6 o menos.

2.1.1 RECEPCIÓN

Para ser aptos para el consumo humano, se debe evitar que los alimentos puedan ser adulterados, se descompongan, se ensucien o se contaminen de algún modo.

Por lo tanto es importante, que todos los alimentos que se reciban en un “restaurante/cafetería”, provengan de fuentes confiables,

En la recepción de materias primas, considere los siguientes lineamientos:

RECEPCIÓN DE MATERIAS PRIMAS	
1	Solicitar que las entregas se realicen en horas de menos movimiento para poder realizar una inspección adecuada.
2	Planificar la recepción de los productos, asegurando un lugar disponible para almacenarlos.



3	Verificar las características como olor, color, sabor, aroma y textura que corresponden a cada tipo de producto.
4	Verificar la temperatura de llegada de los alimentos de acuerdo a las pautas para su conservación en congelación, refrigeración o en caliente.
5	Almacenar de inmediato los alimentos en lugares apropiados y en condiciones de temperatura indicadas para cada uno.
6	Evitar sobrecargar las heladeras o los congeladores porque esto reduce la circulación del frío y dificulta que los productos se congelen o enfrien debidamente. Todo esto sin descartar la limpieza de los equipos.
7	Los alimentos crudos deben colocarse en las partes bajas y aquellos listos para consumir o que no requieren cocción en la parte superior, para evitar la contaminación cruzada. Esto tiene fundamento en que los alimentos crudos pueden liberar jugos y caer sobre los alimentos ya cocinados.
8	Se debe tener en cuenta las recomendaciones de los fabricantes de los equipos acerca de los lugares donde se deben acomodar los alimentos.
9	Evitar guardar cantidades importantes de alimentos calientes en grandes recipientes, porque esto hace que la temperatura de la heladera suba hasta el punto de colocar otros alimentos dentro de la zona de peligro (temperatura entre 5 a 60°C). Esta operación se puede facilitar, distribuyendo los alimentos en varios recipientes de poca profundidad, lo cual favorece su enfriamiento más rápido.
10	Todos los alimentos almacenados deberán estar debidamente tapados.
11	No compre productos caducados o a la fecha de vencimiento.

A continuación se detallan algunas características a considerar, así como las temperaturas recomendadas para algunos productos potencialmente peligrosos al momento de la recepción:

TIPO DE CARNE	CARACTERÍSTICAS CARNE FRESCA	TEMPERATURAS		CARACTERÍSTICAS CARNE EN MAL ESTADO
		FRESCO	CONGELADO	
CARNE DE RES	Debe ser rojo vivo a oscuro no tiene olor raro y la carne es firme y elástica	5 °C	-18°C	Presenta descoloramientos amarillos, verdosos o negros, manchas violeta, textura babosa, pegajosa.
CARNE CORDERO	Debe ser de color rojo claro, no tiene olor raro y la carne es firme y elástica	5 °C	-18°C	
CARNE DE CERDO	Debe ser de color rosado claro y la grasa es blanca, no tiene olor raro y la carne es firme y elástica	5 °C	-18°C	
CARNE DE POLLO Y DE AVES DE CORRAL	Debe ser de color claro con piel amarilla o blanca, no tiene olor raro y la carne es firme y elástica	5 °C	-18°C	Presenta pegajosidad debajo de las alas y en las articulaciones, carne blanda, color violáceo o verdoso, decoloración verde alrededor del cuello, puntas de las alas ennegrecidas o cualquier olor sospechoso.
PESCADO	Los ojos deben estar limpios e inflados, las agallas deben ser de un rojo vivo, y la carne firme y elástica	5 °C	-18 °C	Tendrá fuerte olor a pescado, los ojos estarán grises, hundidos y con bordes rojos y las agallas estarán grises o verdosas. Las escamas pueden estar sueltas y la carne se llenará de hoyos si se le ejerce presión y se la podrá separar del hueso fácilmente si se la estira.

- **Recepción de Enlatados**

Al momento de recepcionar y previo a su almacenamiento, se debe considerar:

COMIDA ENLATADA

1. Las latas no deben tener óxido ni abolladuras, deben estar correctamente selladas y etiquetadas y ser ligeramente cóncavas en ambos extremos.
2. Se deben separar e identificar todas las latas que tengan pérdidas o los extremos hinchados, que estén muy oxidadas o abolladas, o que tengan abolladuras en algunas de sus tres juntas (superior, inferior o lateral).
3. Se deben rechazar las latas dañadas al momento de recibirlas, o se las debe separar y etiquetar claramente para devolverlas al proveedor.

- **Recepción de alimentos secos**

Los alimentos secos tales como cereales, frijoles, harina y azúcar deben estar secos al momento de recibirlos. La humedad producirá moho y deterioro. Los envases rotos y defectuosos pueden indicar contaminación. También se deben buscar insectos o marcas de dientes de roedores.

Cuando se retiren estos productos de sus envases originales, se los debe almacenar en contenedores aptos para alimentos que estén firmemente tapados debidamente almacenados.

2.1.2 ALMACENAMIENTO

El almacenamiento debe asegurar una temperatura adecuada al tipo de materia prima para prevenir una reproducción de bacterias durante el tiempo de almacenamiento.

Generalmente se distinguen sitios de almacenamiento en el área de preparación de alimentos en “restaurantes/cafeterías”, distribuidos de la siguiente manera:

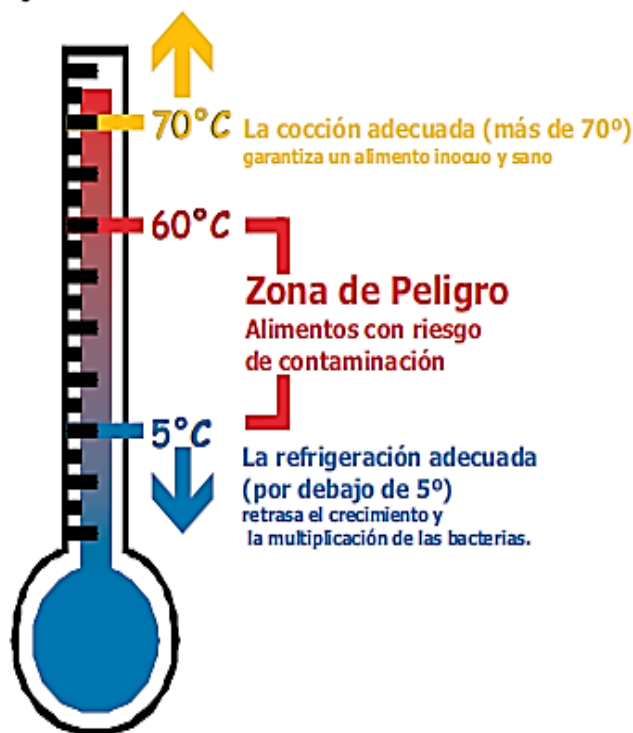
- Refrigerados o congelados (lácteos, carnes, pescados y mariscos)
- Frutas, verduras, granos y similares (cereales, semillas, harinas y otros)
- Vajilla y otros (platos, manteles, cristalería, cubiertos y utensilios)
- Productos de limpieza (lavandina, detergentes, escobas, cepillos, etc.)

Almacenamiento de alimentos potencialmente peligrosos:

Los alimentos potencialmente peligrosos se deben mantener adecuadamente refrigerados (a 5°C o menos) o calientes (60 °C o más) para evitar que el desarrollo de microorganismos. Las temperaturas entre los 5°C y los 60°C se conocen como la “**zona de peligro de temperatura**”, donde los microorganismos se multiplican rápidamente.

Las temperaturas de 5°C o menores son suficientemente frías para retrasar o reducir el crecimiento de los microorganismos, y en temperaturas mayores a 60°C, los microorganismos que causan enfermedades empiezan a morir.

Mantener los alimentos a temperaturas adecuadas



No descongeles los alimentos a temperatura ambiente
Mantén la comida bien caliente (arriba de los 60°C)
Refrigera lo más pronto posible los alimentos cocinados y los perecederos (preferiblemente bajo los 5°C)
No dejes alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 horas

Fuente: www.panalimentos.org

• Sistema de Almacenamiento

La principal regla para el almacenamiento, aplicable a cualquiera de los alimentos anteriormente mencionados, son los principios PEPS (lo primero que entra es lo primero que sale - FIFO) o PCPS (próximo a caducar primero en salir) dependiendo del producto, se aplica para asegurar que las entregas más antiguas se usen antes que las entregas más nuevas; para esto se debe considerar los siguientes lineamientos:

Condiciones de Almacenamiento	
1	Colocar fecha a todos los productos al momento de recibirlos.
2	Almacenar el producto nuevo detrás del producto viejo.
3	Los alimentos se deben almacenar a una distancia mínima del suelo de 15 centímetros, separado de las paredes y lejos de cualquier tubería con goteras.



4	Todos los alimentos, a granel o de otra manera, se deben conservar cubiertos y libres de contaminación.
5	Controlar los alimentos todos los días y deseche aquellos que estén en mal estado o contaminados.
6	Guardar los limpiadores, desinfectantes y otros productos químicos tóxicos lejos de los alimentos. Márquelos claramente y manténgalos en sus envases originales, preferentemente en un armario con llave.
7	Almacenar correctamente los platos y utensilios una vez que estén completamente limpios y manténgalos así. Guardar todas las tazas y los vasos boca abajo.
8	Las tortas, rosquillas y pasteles de frutas se deben mantener dentro de un exhibidor cubierto.
9	Las únicas mercaderías que pueden estar descubiertas sobre el mostrador son aquellas que estén envasadas individualmente y que no contengan ningún ingrediente potencialmente peligroso.

Una vez que se ha considerado los lineamientos de almacenamiento, existen 3 tipos que se deben tomar en cuenta:

- **Almacenamiento refrigerado y congelado**

Los establecimientos de comida deben contar con unidad / unidades de refrigeración eficientes para almacenar los alimentos fríos principalmente los potencialmente peligrosos. Al mantener fríos los alimentos, se mantiene al mínimo la cantidad de los microorganismos que naturalmente se encuentran en estos alimentos. **La temperatura fría no mata los microorganismos**, pero retrasa su desarrollo.

Se deben almacenar a 5 °C o menos la carne fresca, de aves y otros alimentos potencialmente peligrosos, y a -18 °C o menos, los alimentos congelados.

En el almacenamiento refrigerado y congelado se deberá considerar:

- Almacenar los alimentos cocidos encima de los alimentos crudos para evitar contaminación cruzada.
- Almacenar los alimentos lejos de tuberías con pérdidas o condensación, al menos a 15 centímetros de distancia del suelo y con suficiente espacio entre los productos para permitir la circulación de aire.
- Mantener cubiertos los alimentos cocidos a menos que estén en proceso de enfriamiento, en cuyo caso se los deberá cubrir luego de alcanzar los 5°C.
- Evitar colocar ollas grandes de comida caliente en las unidades de refrigeración ya que esto hace que la temperatura del refrigerador aumente y ponga en peligro a otros alimentos.
- Evitar la recongelación además de afectar la calidad del alimento, el volverlo a congelar puede facilitar que las bacterias se multipliquen, ya que la descongelación hace que el alimento libere líquidos y por tanto estos se conviertan en nutrientes. También, el proceso de descongelación hace que las partes externas del alimento aumenten su temperatura, mientras el centro del alimento permanece congelado, todo lo cual contribuye a la reproducción de las bacterias. **Solamente si el alimento ha sido completamente cocido, podrá procederse a una nueva congelación del mismo.**



A continuación se facilita una tabla referencial de tiempos seguros de almacenamiento refrigerado y congelado de alimentos:

Producto	Refrigerador	Congelador	Producto	Refrigerador	Congelador
Huevos			Sopas y guisos		
Frescos, con cáscara	4 a 5 semanas	No congelar	Con verduras o carne de res y mezclas de estos alimentos	3 a 4 días	2 a 3 meses
Yemas y claras crudas	2 a 4 días	1 año			
Duros	1 semana	No se congelan bien	Tocino y salchichas		
Huevos pasteurizados líquidos o sustitutos de huevos			Tocino	7 días	1 mes
abiertos	3 días	No congelar	Salchichas, carne cruda de cerdo, res, pollo o pavo	1 a 2 días	1 a 2 meses
cerrados	10 días	1 año	Salchichas ahumadas para desayuno, hamburguesas	7 días	1 a 2 meses
Mayonesa comercial	2 meses	No congelar	Salchicha de verano con la etiqueta "Mantener refrigerado"		
			(Keep Refrigerated), cerrada	3 meses	1 a 2 meses
			abierta	3 semanas	1 a 2 meses
Comidas listas para calentar, guisos congelados			Carne de res fresca (Carne de res, ternera, cordero y cerdo)		
Mantenerlos congelados hasta el momento de calentarlos		3 a 4 meses	Bistecs	3 a 5 días	6 a 12 meses
Productos de fiambrería y envasados al vacío			Chuletas	3 a 5 días	4 a 6 meses
Ensaladas con huevos, pollo, atún, jamón, macarrones preparadas en la tienda (o en el hogar)	3 a 5 días	No se congelan bien	Carne para asar	3 a 5 días	4 a 12 meses
Chuletas de cerdo y de cordero prerellenas, pechugas de pollo rellenas c/aderezo	1 día	No se congelan bien	Interiores (lengua, riñones, hígado, corazón, tripas)	1 a 2 días	3 a 4 meses
Comidas rápidas preparadas en la tienda	3 a 4 días	No se congelan bien			
Comidas envasadas al vacío de marcas comerciales con sello del USDA, cerradas	2 semanas	No se congelan bien	Sobras de carne de res		
Hamburguesas, carne molida y carne para guiso crudas			Carne de res cocida y platos de carne de res	3 a 4 días	2 a 3 meses
Hamburguesas y carne para guiso	1 a 2 días	3 a 4 meses	Salsa y caldo de carne	1 a 2 días	2 a 3 meses
Pavo, ternera, cerdo y cordero molidos	1 a 2 días	3 a 4 meses			
Jamón, carne de res en conserva			Carne de pollo fresca		
Carne de res en conserva en bolsa en escabeche	5 a 7 días	Escurrida, 1 mes	Pollo o pavo, entero	1 a 2 días	1 año
Jamón, en lata, con etiqueta "Mantener refrigerado"			Pollo o pavo, presas	1 a 2 días	9 meses
(Keep Refrigerated), cerrado	6 a 9 meses	No congelar	Menudos	1 a 2 días	3 a 4 meses
abierto	3 a 5 días	1 a 2 meses			
Jamón, bien cocido, entero	7 días	1 a 2 meses	Sobras de pollo cocido		
Jamón, bien cocido, mitad	3 a 5 días	1 a 2 meses	Pollo frito	3 a 4 días	4 meses
Jamón, bien cocido, rebanadas	3 a 4 días	1 a 2 meses	Platos de pollo cocido	3 a 4 días	4 a 6 meses
			En trozos, sin condimentos	3 a 4 días	4 meses
Salchichas y fiambres		(en envoltorio para congelador)	Trozos cubiertos con caldo, salsa	3 a 4 días	6 meses
Salchichas, envase abierto	1 semana	1 a 2 meses	Trozos de pollo, hamburguesas de pollo	3 a 4 días	1 a 3 meses
envase cerrado	2 semanas	1 a 2 meses			
Fiambres, envase abierto	3 a 5 días	1 a 2 meses	Pescados y mariscos		
envase cerrado	2 semanas	1 a 2 meses	Pescados magros	1 a 2 días	6 meses
			Pescados grasos	1 a 2 días	2 a 3 meses
			Pescado cocido	3 a 4 días	4 a 6 meses
			Pescado ahumado	14 días	2 meses
			Camarones, ostiones, langosta y calamares frescos	1 a 2 días	3 a 6 meses
			Pescados enlatados	después de abrir	fuera de la lata
			Productos de despensa, 5 años	3 a 4 días	2 meses

Fuente: <http://www.fda.gov/Food/ResourcesForYou/HealthEducators/ucm082667.htm>

- **Almacenamiento en seco**

Se necesita tener el espacio adecuado para almacenar en seco los alimentos como, granos, productos de papel y otros artículos que no requieren refrigeración.

- Los productos se deben almacenar en áreas designadas para ese propósito.
- Los productos se deben almacenar alejados de tuberías de desagüe expuestas o sin protección, separados de las paredes y del techo y, al menos a 15 cm de distancia del piso para facilitar la limpieza y para evitar la anidación de roedores e insectos.

- Los productos que se retiren de sus envases originales se deben colocar en contenedores aptos para comestibles, con tapas ajustables a prueba de roedores y se deben etiquetar con el nombre del producto cuando no se lo pueda reconocer fácilmente.
- Los productos que se deban devolver al proveedor para pedir un reembolso o un reemplazo se deben separar del resto y se los debe etiquetar.

- **Almacenamiento en hielo**

- Si se almacenan productos en hielo, se debe cuidar que el agua derretida drene constantemente de modo que el alimento quede sobre el hielo y no sumergido en el agua.
- Nunca se deben almacenar alimentos en máquinas de hielo, ni en hielo destinado para el consumo humano.

2.2. MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

Antes de conocer los procedimientos de la manipulación y preparación de alimentos, es indispensable entender su importancia. Hoy en día, son cada vez más las personas que debido a sus actividades de trabajo, utilizan los servicios de alimentación colectiva, como restaurantes o cafeterías.

Muchas veces se cree que quienes preparan y manipulan los alimentos son únicamente los chefs y cocineros, pero la verdad es que hay muchas otras personas que contribuyen diariamente a que los alimentos que consumimos sean seguros.

Enfermedades transmitidas por alimentos (ETA) como la diarrea y otras de tipo gastrointestinal, se presentan no por buena o mala suerte, sino por cuestiones de falta de higiene al manipular los alimentos. Las manos y uñas esconden gérmenes que se multiplican rápidamente en los alimentos y nos pueden causar este tipo de enfermedades.

Según la FDA, las enfermedades transmitidas por alimentos (ETA) afectan a las poblaciones más susceptibles como son niños, ancianos, mujeres embarazadas y personas enfermas y se sabe que cerca de dos terceras partes de las epidemias son por esta causa, ocurren por consumo de alimentos en restaurantes, cafeterías, comedores escolares y en las mismas viviendas.

Básicamente los alimentos contaminados pueden causar dos tipos de enfermedades:

1. Infecciones transmitidas por alimentos

Las enfermedades transmitidas por alimentos se producen cuando ingerimos comida que contiene grandes cantidades de microorganismos. Estos llegan al tracto intestinal de los seres humanos y afectan las funciones de los intestinos, lo que causa diarrea y otros problemas. La gravedad del problema depende de la cantidad de microorganismos ingeridos y el tipo específico de microorganismo. Los primeros síntomas de infección se presentan ya en las primeras seis (6) horas y hasta 48 horas después de haber ingerido el alimento.

Puede ser el caso de bacterias como *Salmonella*, presente con más frecuencia en huevos, carnes, pollos, lácteos, vegetales crudos y frutas cortadas o peladas. Lo importante de las infecciones, es que pueden ser prevenidas adoptando medidas higiénicas adecuadas para evitar que los alimentos se contaminen. Por ejemplo, asegurando una cocción completa de los alimentos en el momento de prepararlos, o realizando un buen lavado de aquellos que habitualmente se consumen en estado crudo como son las verduras y las frutas.

2. Intoxicaciones transmitidas por alimentos

Se presenta cuando consumimos alimentos contaminados con productos químicos, o con toxinas producidas por algunos microorganismos, o con toxinas que pueden estar presentes en el alimento desde la captura, recolección o desde la producción primaria o la cría, como es el caso de las toxinas contenidas en algunos mariscos.

Algunas de las toxinas que causan con más frecuencia enfermedades en la población, son por ejemplo las producidas por bacterias como el *Estafilococo aureus*, que puede estar presente en heridas de las manos o la piel, en granitos, en ojos u oídos con pus, así como en la nariz o garganta de las personas manipuladoras de alimentos.

La intoxicación alimentaria por *Estafilococo aureus* ocurre a menudo cuando una persona que manipula alimentos contamina los productos alimenticios tales como postres (especialmente salsas y los postres rellenos o cubiertos con crema), ensaladas (en especial las que contienen mayonesa) o comidas horneadas, que son servidos o almacenados a temperatura ambiente o en el refrigerador.

Las bacterias se multiplican rápidamente en los alimentos y puede haber una gran colonia de bacterias sin que haya evidencia de descomposición del alimento. Los factores de riesgo son:

- Ingestión de alimentos preparados por una persona con una infección en la piel, dado que estas infecciones comúnmente contienen el estafilococo dorado.
- Ingestión de alimentos almacenados a temperatura ambiente.
- Ingestión de alimentos preparados en forma inadecuada.
- Síntomas que ocurren en las personas que consumen el mismo tipo de alimentos.
- Los síntomas generalmente aparecen en un período de 4 a 6 horas.

Otro ejemplo de intoxicación es la del botulismo, causada por toxinas producidas por una bacteria en alimentos como embutidos y enlatados, o conservas, especialmente si son preparados en forma no adecuada en ambientes caseros.

Las intoxicaciones también se pueden presentar cuando productos como los mariscos, especialmente los del tipo mejillón, ostra, berberecho, vieira o caracol, han sido recolectados en aguas contaminadas por el fenómeno de “marea roja”, lo que ocasiona que la carne de estos productos, tome contacto con una toxina presente en las algas marinas.

2.2.1. ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR LOS ALIMENTOS

Las Enfermedades Transmitidas por Alimentos, de acuerdo a las cifras que maneja la Organización Mundial de la Salud (OMS) constituyen uno de los problemas de salud más extendido en el mundo entero y son causa importante de reducción de la productividad y de ausencia laboral.

A continuación en el siguiente cuadro se detallan las enfermedades transmitidas por alimentos más comunes, con sus síntomas y algunas medidas de control:

MANUAL DE PRÁCTICAS DE HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS EN
RESTAURANTES Y CAFETERÍAS

ENFERMEDAD	DESCRIPCIÓN	ORGANISMO RESPONSABLE	FUENTE	ALIMENTOS INVOLUCRADOS	APARICIÓN DE LOS PRIMERO SINTOMAS	INFECCIÓN O INTOXICACIÓN	SINTOMAS	MEDIDAS DE CONTROL
Salmonelosis	Esta enfermedad se la puede introducir a un alimento por medio de prácticas poco higiénicas de manipulación de alimentos. Es una de las infecciones transmitidas por alimentos más comunes.	<i>Salmonella enteritidis</i>	Animales, aves de corral, huevos y seres humanos	Pollo, aves de corral y huevos	6 a 48 horas	Infección	Dolor abdominal, diarrea, escalofríos, fiebre, náuseas, vómitos y malestar.	1. Cocine el pollo, las aves de corral y los rellenos como mínimo a 74 °C durante 15 segundos. Esto destruirá el microorganismo. 2. Refrigere el pollo crudo, las aves de corral y otras carnes y pescado a 5 °C o menos. 3. Preste especial atención a los huevos. Almacénelos en el refrigerador a 5 °C o menos, siempre cocínelos a 63 °C salvo que un cliente pida otra cosa, rompa y cocine los huevos sólo bajo pedido. Use huevos pasteurizados en lugar de huevos crudos si no va a cocinar el alimento a una temperatura de al menos 63°C. 4. Evite transferir el microorganismo que normalmente se encuentra en alimentos crudos a aquellos que ya están cocidos. Esto se llama contaminación cruzada y se puede prevenir de las siguientes maneras: * Lávese bien las manos luego de manipular productos crudos y antes de tocar productos cocidos. * Asegúrese de no tocar con las manos la comida que está lista para servir. Use guantes, pinzas, papel de restaurante y otros utensilios cuando manipula alimentos listos para servir. * Lave, enjuague y desinfecte las tablas para cortar, platos y utensilios luego de trabajar con productos crudos y antes de hacerlo con productos cocidos. * Cuando los almacene en el refrigerador, coloque los alimentos cocidos en los estantes superiores y los productos crudos en los estantes inferiores.

MANUAL DE PRÁCTICAS DE HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS EN
RESTAURANTES Y CAFETERÍAS

Campilobacteriosis	Es una infección por alimentos de origen bacteriano que ocurre cuando se ingieren alimentos contaminados. Esta bacteria se encuentra en los intestinos de ovejas, cerdos, ganado y aves, y se propaga durante la faena y el procesamiento de estos animales. Esta enfermedad es más común ahora que la salmonelosis.	<i>Campylobacter jejuni</i>	Intestino de ovejas, cerdos, ganado y aves	Leche sin pasteurizar, aves, carne de res, hígado y agua	2 a 10 días	Infección	Diarrea (con sangrado), fuerte dolor abdominal, fiebre, pérdida del apetito, malestar, dolores de cabeza y vómitos	1. Esterilice adecuadamente el equipo de trabajo para evitar la contaminación cruzada. 2. Cocine bien la carne, las aves y los mariscos. 3. Use sólo leche pasteurizada. 4. Use agua potable.
Listeriosis	Esta bacteria está presente en el excremento de animales y aves infectados. Los vegetales crudos cultivados en suelos contaminados, productos lácteos y carnes crudas de animales contaminados son los responsables de propagar la bacteria. Esta enfermedad es muy grave especialmente para mujeres embarazadas ya que puede causar abortos espontáneos y el nacimiento de un niño muerto. También puede causar retraso mental y muerte en recién nacidos.	<i>Listeria monocytogenes</i>	Suelo, animales o personas infectadas y agua	Leche no pasteurizada, vegetales crudos, aves, carnes crudas y queso	1 día a 3 semanas	Infección	Fiebre baja, síntomas parecidos a los de la gripe, nacimiento de un niño muerto, meningitis y encefalitis (puede ser mortal)	1. Cocine bien los alimentos a la temperatura indicada. 2. Use leche y productos lácteos pasteurizados. 3. Lave bien los vegetales crudos antes de comerlos. 4. Mantenga limpias y secas las instalaciones.
Shigelosis	A esta enfermedad bacteriana también se la conoce con el nombre de disentería bacilar. Esta infección ocurre cuando los trabajadores de servicios de alimentos que son portadores de la bacteria no se lavan las manos después de ir al baño. Las moscas también son responsables ya que pueden transmitir la bacteria de las heces a los alimentos.	Especie <i>Shigella</i>	Seres humanos	Productos crudos, ensaladas y alimentos como el atún, pavo, macarrón y ensalada de papas	1 a 7 días	Infección	Dolor abdominal, diarrea, materia fecal con sangre y fiebre	1. Lávese bien las manos, especialmente luego de usar el baño. 2. Enfríe los alimentos rápidamente a 5°C o menos. 3. Cocine todos los alimentos a las temperaturas indicadas. 4. Elimine las moscas del establecimiento.

MANUAL DE PRÁCTICAS DE HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS EN
RESTAURANTES Y CAFETERÍAS

Intoxicación estafilocócica por alimentos	Es una de las intoxicaciones por alimentos más frecuente. Ocurre como resultado de los malos hábitos higiénicos de los trabajadores de los establecimientos de comida. Esta enfermedad se propaga cuando uno no se lava las manos después de toser o estornudar, o si tiene heridas, hematomas o forúnculos infectados.	<i>Staphylococcus aureus</i>	Seres humanos sanos: en la nariz o garganta, en el pelo, o en heridas, hematomas, abscesos o acné infectados	Mercaderías, crema y pasteles horneados, alimentos cocidos que normalmente se dejan a temperatura ambiente Jamón, carnes en rodajas y otros alimentos con actividad acuosa baja	1 a 6 horas	Intoxicación	Nauseas, vómitos, arcadas, dolor abdominal, diarrea y postración	1. Use guantes, pinzas, papel de restaurante y otros utensilios para evitar tocar la comida lista al servir directamente con las manos. 2. No permita que trabajen aquellos empleados que estén enfermos para reducir las posibilidades de contaminar los alimentos cocidos. 3. Refrigere los alimentos siempre que sea posible para prevenir la multiplicación, el crecimiento y la producción de toxinas. 4. Lave, enjuague y desinfecte el equipo de trabajo que esté contaminado.
Botulismo	Esta intoxicación transmitida por los alimentos puede causar la muerte. El organismo responsable prefiere ambientes anaerobios (los que no tienen aire). Los productos enlatados de forma casera son muy propensos a tener botulismo. Los productos enlatados comercialmente son expuestos a temperaturas y a una presión que no se pueden lograr en forma casera. Los productos envasados al vacío y el ajo en aceite pueden ser peligrosos debido a que ofrecen un ambiente anaerobio.	<i>Clostridium botulinum</i>	Suelo, agua, tracto intestinal de animales y pescado	Productos enlatados de forma casera, pescado ahumado y envasado al vacío, productos en aceite con ajo y papas horneadas	12 a 36 horas	Intoxicación	Los síntomas gastrointestinales pueden presentarse antes de los síntomas neurológicos tales como vértigo, visión doble o borrosa, sequedad en la boca, dificultad para tragar, hablar y respirar, debilidad muscular y parálisis respiratoria. Puede causar la muerte.	1. No usar productos enlatado/envasados de forma casera. 2. Almacene los productos envasados al vacío o cocidos al vacío a la temperatura sugerida por el fabricante. 3. No permita que los alimentos cocidos permanezcan en la zona de peligro de temperatura. 4. Use productos de ajo al aceite fabricados comercialmente. 5. Almacene el pescado ahumado a 0°C o menos.
Escherichia coli	Es una enfermedad grave responsable de causar fallas de los riñones y la muerte en niños. La bacteria se encuentra en el tracto intestinal de seres humanos y animales, especialmente del ganado. Durante la faena, el contenido de los intestinos puede entrar en contacto con la res. Si no se cocina bien la carne de esta res, la bacteria sobrevivirá y causará problemas. Este es un problema más importante aun	<i>Escherichia coli</i> 0157:H7	Seres humanos, ganado y agua contaminada con aguas residuales	Alimentos crudos, carne de res cruda o mal cocida, leche sin pasteurizar y agua no potable	12 a 72 horas	Infección, Intoxicación	Fuerte dolor abdominal, diarrea (puede ser con sangre), náuseas, vómitos, escalofríos; en niños puede causar el síndrome urémico hemolítico (SUH), el cual ahora se considera la causa principal	1. Cocine la carne molida a 70 °C. Esto destruirá el microorganismo. 2. Cocine todos los alimentos a las temperaturas mínimas indicadas. 3. Use leche pasteurizada. 4. Recaliente todos los alimentos a 74 °C durante dos horas. 5. Evite la contaminación cruzada. 6. Lávese bien las manos luego de tocar alimentos crudos o luego de realizar alguna tarea que pueda haber contaminado las manos.

MANUAL DE PRÁCTICAS DE HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS EN
RESTAURANTES Y CAFETERÍAS

	cuando se manipula carne molida porque el proceso de triturado esparce la bacteria en todo el producto. El estiércol de la vaca también puede contaminar la leche y el agua.						de falla renal en los niños. También puede afectar el páncreas y el cerebro. Si se produce envenenamiento de la sangre, se puede necesitar una transfusión.	
Enteritis por Clostridium perfringens	Es tanto una infección como una intoxicación. Estas bacterias pueden producir toxinas en los alimentos (intoxicación). Si se consumen alimentos que tengan grandes cantidades de células viables, esta bacteria puede causar gastroenteritis (infección) una vez ingerida. Esta enfermedad normalmente se cura sola dentro de las 24 horas.	<i>Clostridium perfringens</i>	Suelo, polvo y tracto intestinal de seres humanos y animales sanos (ganado, cerdos, aves y peces)	Carnes, aves, salsas de carne y frijoles cocidos	8 a 22 horas	Infección, Intoxicación	Dolor abdominal y diarrea	1. Enfríe rápidamente los alimentos con carne. 2. Recaliente los alimentos a 74 °C dentro de las dos horas. 3. No recaliente alimentos en la mesa de vapor o algún otro equipo de manipulación de alimentos calientes. 4. Evite preparar alimentos con días de anticipación. 5. Mantenga los alimentos calientes a 60 °C o más.
Gastroenteritis por Bacillus cereus	Es una intoxicación en la que se forman dos tipos diferentes de toxinas, cada una de las cuales tiene inicios de la enfermedad y síntomas diferentes. Los organismos responsables de esta enfermedad se encuentran en el suelo. Por lo tanto, pueden estar presentes prácticamente en todos los productos que crecen en la tierra como el arroz, el trigo, las papas, etc.	<i>Bacillus cereus</i>	Suelo	Granos, arroz, harina, condimentos, almidón, productos secos, carnes y leche	30 minutos a 5 horas	Infección, Intoxicación	Náuseas, dolor abdominal y diarrea líquida	1. No deje los alimentos a temperatura ambiente. 2. Recaliente los alimentos a 74 °C dentro de dos horas. 3. Enfríe rápidamente los alimentos a 5 °C. 4. Sirva rápidamente los alimentos cocidos luego de prepararlos.

MANUAL DE PRÁCTICAS DE HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS EN
RESTAURANTES Y CAFETERÍAS

VIRUS Hepatitis viral	Es una enfermedad que afecta al hígado. Los primeros síntomas aparecen entre los 15 y 50 días luego de la infección. Los alimentos implicados en la mayoría de los casos son mariscos crudos (ostras y almejas), ensaladas frescas y otros alimentos de poca cocción. Debido al largo proceso de incubación de la enfermedad y su asociación con los mariscos, se deben guardar las etiquetas durante 90 días para ayudar a rastrear su origen.	Hepatitis A	Aguas contaminadas con materia fecal	Mariscos crudos y con poca cocción, ensaladas y carnes frías	15 a 50 días		Fiebre, malestar, apatía, náuseas, dolor abdominal e ictericia	1. Los empleados de los establecimientos de comidas deben tener buenos hábitos higiénicos como lavarse bien las manos. 2. Compre los mariscos de proveedores que cumplan con las condiciones de almacenamiento apropiadas manteniendo la cadena de frío. 3. Use agua potable.
VIRUS Norovirus (Gastroenteritis por virus Norwalk)	Esta enfermedad es causada por la mala higiene personal de los trabajadores del sector gastronómico. Este virus se encuentra en la materia fecal de los empleados infectados y se traspasa por medio del contacto casual. Las aguas contaminadas y las comidas que se comen crudas o con poca cocción son las pueden verse afectadas.	Virus de tipo Norwalk	Materia fecal de seres humanos infectados	Vegetales crudos, ensalada de col, mariscos crudos y huevos	24 a 48 horas		Náuseas, vómitos, dolor abdominal, fiebre baja, escalofríos y dolores de cabeza	1. Cocine completamente los mariscos. 2. Tenga buenos hábitos higiénicos. 3. Use una fuente agua potable. 4. Evite la contaminación cruzada.
PARÁSITOS Triquinosis	El parásito que causa esta enfermedad se encuentra en la carne de cerdo. Cuando se ingiere cerdo mal cocido, los humanos se convierten en el huésped del gusano triquina, lo que causa la enfermedad llamada triquinosis.	<i>Trichinella spiralis</i>	Cerdo	Cerdo crudo y mal cocido contaminados con triquinosis	4 a 28 días		Gastroenteritis, fiebre, hinchazón de los ojos, dolor muscular, escalofríos, postración y dificultad para respirar.	1. Cocine el cerdo y los alimentos con cerdo a 68 °C durante 15 segundos. 2. Lave, enjuague y desinfecte los equipos usados para procesar cerdo y sus derivados.

MANUAL DE PRÁCTICAS DE HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS EN
RESTAURANTES Y CAFETERÍAS

Intoxicaciones por productos marinos	Puede llevar a padecer intoxicaciones a causa de toxinas contenidas en las algas marinas de las que se alimentan algunos mariscos, toxinas que se acumulan en su organismo en cantidades que producen intoxicación al ser ingeridas por las personas. Estas toxinas son de varios tipos entre las cuales las de tipo paralizante son las más frecuentes y severas.	<i>El consumo de algunos mariscos recolectados en aguas donde se ha presentado el fenómeno de marea roja,</i>	Mariscos capturados en aguas con presencia de algas tóxicas.			Intoxicación Son diversos, dependiendo del tipo, concentración en el alimento y cantidad de toxina ingerida, pero en el caso de las toxinas de tipo paralizante predominan por lo general los de tipo neurológico que aparecen en pocos minutos luego de consumido el alimento contaminado y que incluyen con frecuencia hormigueo, ardor y entumecimiento de la boca y puntas de los dedos, dificultad para hablar y en casos graves parálisis respiratoria que puede llevar a la muerte.	Evitar la compra y consumo de mariscos sin conocer su origen o sabiendo que provienen de áreas donde se ha presentado el fenómeno de marea roja. El conocer la procedencia del producto es fundamental para la prevención.
--	---	--	---	--	--	--	---



MANUAL DE PRÁCTICAS DE HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS EN
RESTAURANTES Y CAFETERÍAS

Intoxicaciones con sustancias químicas	En todos los lugares donde se preparan alimentos, se manejan para la limpieza o el control de plagas, diferentes sustancias químicas peligrosas como los detergentes y los plaguicidas, los cuales de no ser debidamente etiquetados, transportados, almacenados y utilizados, pueden dar lugar a la contaminación de los alimentos y a la aparición de brotes de enfermedades, ocurridos casi siempre por equivocaciones o confusiones en su manejo. También en los lugares de preparación se utilizan sustancias químicas permitidas como aditivos en las recetas o en la formulación, como es el caso de los nitratos en los productos cárnicos, que de no ser bien etiquetados y envasados, pueden confundirse por ejemplo con la sal común y causar una intoxicación.		Alimentos contaminados con plaguicidas u otras sustancias químicas, casi siempre por transportar o almacenar estas en el mismo lugar con los alimentos o por confundirlas con alimentos en polvo.			Intoxicación	Los síntomas asociados frecuentemente con intoxicaciones como las causadas por plaguicidas, se presentan de media a una hora luego de consumido el alimento contaminado y muchas veces dan lugar a dolor abdominal, vómito, salivación, dolor de cabeza, convulsiones entre otros.	Correcto etiquetado de alimentos y materias primas; almacenamiento en lugares separados de alimentos y de sustancias químicas.
--	--	--	---	--	--	--------------	--	--

2.2.2. CONTAMINACIÓN DE LOS ALIMENTOS Y FUENTES DE CONTAMINACIÓN.

El concepto de CONTAMINACIÓN se entiende como toda materia que se incorpora al alimento sin ser propia de él y con la capacidad de producir enfermedad a quien lo consume. Básicamente esas materias pueden ser de tipo biológico, de tipo químico y de tipo físico, como se describe en el siguiente cuadro:

TIPO DE MATERIA	DESCRIPCIÓN	FORMA DE CONTAMINACIÓN
BIOLÓGICA	Incluye a las bacterias, los parásitos y los virus. El problema principal lo constituyen las bacterias por su capacidad de reproducirse sobre el alimento hasta cantidades que enferman a la persona que los consume o hasta que producen toxinas que enferman. Su capacidad de reproducirse hace que en pocas horas se formen grupos o colonias de millones de bacterias que aún en esa cantidad resultan imposibles de ver a simple vista en el alimento.	Este tipo de contaminación puede llegar al alimento por medio de las manos del hombre, por contacto con alimentos contaminados o con superficies como mesas, recipientes, utensilios o equipos contaminados. También puede llegar a través de plagas que posan sus patas sobre el alimento o tienen contacto con él, como es el caso de las moscas, hormigas, cucarachas, ratas, o también animales domésticos.
QUÍMICA	Generalmente ocurre en el mismo lugar de producción primaria del alimento, por residuos que quedan de sustancias utilizadas para controlar las plagas en los cultivos, o sustancias como drogas veterinarias en los animales enfermos que luego son sacrificados.	También este tipo de contaminación puede darse de manera accidental durante etapas como el transporte, el almacenamiento o elaboración propiamente dicha, al permitirse el contacto de alimentos con sustancias tóxicas como plaguicidas, combustibles, lubricantes, pinturas, detergentes, desinfectantes u otros.
FÍSICA	Varios tipos de materias extrañas pueden contaminar el alimento como pueden ser partículas de metal desprendidas por utensilios o equipos, pedazos de vidrio por rotura de lámparas, pedazos de madera procedentes de empaques o de tarimas, anillos, lapiceros, pulseras u otros, todos los cuales pueden caer en el alimento y contaminarlo.	Los contaminantes físicos, en especial los del tipo metal o vidrio, son potencialmente capaces de producir heridas en quien consume un alimento contaminado con ese tipo de objetos.

Los alimentos se contaminan de diversas maneras, sin embargo a continuación citamos tres tipos:

TIPO DE CONTAMINACIÓN	DESCRIPCIÓN
Primaria o de origen	Se presenta durante el proceso mismo de producción del alimento. Actualmente, resulta muy difícil producir vegetales totalmente exentos de contaminantes, pollos o ganado sin bacterias en su intestino, con lo cual casi siempre resulta inevitable que algunos alimentos vengan con algún grado de contaminación desde el lugar de producción.
Directa	Posiblemente es la forma más simple como se contaminan los alimentos y de esa manera los contaminantes llegan al alimento por medio de la persona que los manipula. Ejemplos de este tipo de contaminación pueden ser la que ocurre cuando un manipulador elimina gotitas de saliva al estornudar o toser en las áreas de preparación, cuando el manipulador con heridas infectadas toca el alimento, las materias primas o alimentos tienen contacto con un producto químico como puede ser un plaguicida, cuando sobre el alimento se posan moscas u otras plagas o cuando un cuerpo extraño se incorpora al alimento durante el proceso.



Cruzada

Este tipo de contaminación se entiende como el paso de cualquier contaminante (bacteria, producto químico, elemento físico), desde un alimento o materia prima contaminados a un alimento que no lo está a superficies en contacto con este, que se encuentran limpias (mesas, equipos, utensilios).

Este mecanismo casi siempre ocurre de manera imperceptible y se da por ejemplo, cuando en la heladera el goteo de las carnes cae sobre alimentos listos para consumir. Las formas más frecuentes de contaminación cruzada se dan cuando el manipulador permite el contacto de un alimento crudo con uno cocido listo para consumir. Por ejemplo, si se corta con un cuchillo un pollo o carne crudos y con el mismo cuchillo sin lavar se corta un alimento listo para consumir o si un alimento crudo se coloca sobre una tabla de cortar y luego en esta misma sin lavar y desinfectar se coloca un alimento cocido o listo para consumir.

Separa los alimentos crudos de los cocidos



Evita la contaminación cruzada!!!

Los alimentos crudos pueden estar contaminados con bacterias, y trasladarse a los alimentos cocidos o listos para comer.

Separa siempre los alimentos crudos como pollos, carnes y pescados, de los cocinados y de los listos para comer.

Conserva los alimentos en recipientes separados para evitar el contacto entre crudos y cocidos

Usa equipos y utensilios diferentes, como cuchillas o tablas de cortar, para manipular alimentos crudos y cocidos.



OMS



OPS



PANALIMENTOS

www.panalimentos.org

Fuente: www.panalimentos.org

2.3. PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

La preparación se refiere al proceso que se lleva a cabo antes de cocinar los alimentos, o en el caso de aquellos que se sirven crudos, al proceso de manipulación de los alimentos antes de servirlos. Se deben tener ciertos cuidados durante la preparación de los alimentos para garantizar la seguridad de la comida.

Descongelación

Esta operación es tanto o más importante que la congelación, de hecho, cuando un alimento se pone en cocción para descongelarlo, exteriormente puede tener apariencia de estar cocido, pero en el centro puede estar crudo, con lo cual las bacterias presentes en el centro de la pieza podrían sobrevivir y si el alimento es almacenado dentro de la zona de temperaturas de peligro, puede multiplicarse y alcanzar un número suficiente para producir enfermedades.

Por esta razón, la cocción de trozos grandes de carne congelada requiere de más tiempo porque si la pieza del alimento es de un grosor importante hay que asegurarse que la parte central de la pieza se cocina completamente y alcanza la temperatura de cocción indicada para el tipo de alimento.

Al descongelar un producto tiene que revertir las modificaciones logradas en el congelamiento; cuanto más adecuada sea la operación que se efectúe, será mejor la calidad del producto descongelado, lo cual evitará alteraciones microbiológicas, cambios de color o pérdida de líquidos.

La descongelación se tiene que efectuar en el refrigerador hasta cuando la temperatura ascienda a unos 5 °C. La descongelación a temperatura ambiente, que comúnmente se practica en algunos establecimientos, no es una práctica recomendable ya que puede permitir la multiplicación de microorganismos que se encuentren en el producto en la parte más externa.

Los métodos seguros para descongelación se muestran en la siguiente tabla:

MÉTODOS SEGUROS PARA DESCONGELAR LOS ALIMENTOS	
Refrigeración	Una vez definidos los productos que se van a utilizar, se sacan del congelador y se colocan en la parte más baja del refrigerador a efecto de realizar una descongelación lenta a una temperatura que no esté dentro de la zona de peligro.
Con agua corriente (POTABLE)	La aplicación de agua fría a chorro sobre el alimento. Este método ofrece inconvenientes en especial para piezas voluminosas, porque el tiempo para descongelar se hace largo y permite la multiplicación de bacterias sobre la superficie al quedar expuesta a la temperatura ambiente y además implica un gran gasto de agua.
Como parte de la cocción	Cuando se trata de alimentos como verduras, hamburguesas, pequeñas porciones de carnes u otros alimentos no voluminosos, la descongelación como parte de la cocción es indicada, ya que permite que el alimento alcance la temperatura correcta y el tiempo suficiente para descongelar la parte central de la pieza y asegurar que la temperatura máxima de cocción se alcance en ese punto.

En horno microondas

Dada la alta eficiencia térmica del horno microondas, la descongelación por éste método resulta eficiente pero el proceso debe ser seguido de la cocción inmediata del alimento.

Durante la preparación se puede necesitar que los alimentos congelados se descongelen y entren a la zona de peligro de temperatura. Se debe controlar la preparación para minimizar el tiempo de exposición a la zona de peligro. Preparar o procesar los alimentos por partes minimiza el tiempo que pasan sin refrigeración y reduce, de esta forma, la posibilidad de que los microorganismos crezcan.

Cortar, picar, mezclar, desmenuzar, rebozar

- Cortar: trocear los alimentos en dados pequeños regulares.
- Picar: cortar alimentos, generalmente carne, en trozos muy pequeños.
- Mezclar: usar una cuchara, batidora de varillas o eléctrica para juntar uniformemente dos o más ingredientes.
- Desmenuzar: separar los alimentos en trozos pequeños con un tenedor. También separar los alimentos cortándolos en tiras finas con un cuchillo o rallador.
- Rebozar: Cubrir un alimento con una ligera capa de harina, otra de huevo batido y, también puede, de pan rallado, antes de freírlo.

Luego de realizar las actividades descritas, si los alimentos no se cocinan inmediatamente, se los debe refrigerar nuevamente hasta que estén listos para la cocción. Se debe tener cuidado de que los alimentos potencialmente peligrosos nunca estén dentro de la zona de peligro de temperatura mientras que se los prepara, salvo por períodos muy cortos (no más de una hora).

Manejo de frutas y hortalizas

Los productos de la horticultura siempre contienen contaminantes y pueden ser portadores de una gran carga inicial de bacterias adquiridas en el suelo, el agua, el aire o por medio de insectos, dependiendo del tipo de cultivo; así, las hojas, tienen una mayor exposición al aire, mientras, las raíces tienen un mayor contacto con el suelo.

Pero sin duda lo que más preocupa en términos de salud pública por la contaminación de los productos hortícolas, es la introducción de materias fecales, en el agua de riego o en el suelo, ya que ofrecen el riesgo de que los productos tengan bacterias o parásitos.

El lavado y desinfección de frutas y hortalizas es una de las rutinas que deben realizarse con mayor rigor en la cocina, toda vez que constituyen la materia prima para la preparación de variados platos que muchas veces se consumen crudos.

En las verduras de hoja, el lavado precede a la selección y eliminación de hojas externas que contienen la mayor carga de suciedad. El lavado se hará con agua potable a chorro en forma abundante para procurar su limpieza profunda.

Para su desinfección se deben utilizar desinfectantes apropiados y aprobados para este tipo de alimento.

Cocción

La cocción es un paso crucial en la preparación de alimentos. Durante este paso se tiene la oportunidad de destruir cualquier microorganismo o germen que se encuentre en el alimento crudo.

Si se cocinan los alimentos hasta que alcancen una temperatura interna que destruya los microorganismos, se garantiza que sea segura para el consumo humano. Los alimentos deben alcanzar la temperatura interna requerida sin que se interrumpa el proceso de cocción.

Es importante usar un termómetro desinfectado para verificar que se alcance la temperatura de cocción necesaria (cuando aplique).

Los tiempos de cocción recomendables para la carne son:

TIPO DE CARNE	TEMPERATURA INTERNA REQUERIDA																				
Carnes de ave, carne rellena o relleno que contenga carne	Todas las carnes de aves, carnes rellenas o rellenos que contengan carne deben ser cocinados a una temperatura interna de 74 °C durante 15 segundos. Una buena costumbre para cuando se trabaja con aves rellenas es cocinar el relleno y el ave de forma separada. El relleno puede actuar como un aislante y puede evitar que el calor llegue al interior del ave.																				
Cerdo y alimentos con cerdo	La carne de cerdo y cualquier alimento que contenga cerdo se debe cocinar a una temperatura interna de 68 °C durante 15 segundos.																				
Huevos y alimentos con huevo con cáscara	Los huevos y los alimentos con huevo con cáscara se deben cocinar a no menos de 63 °C durante 15 segundos. La única excepción es cuando, por pedido de un cliente, se deba cocinar un huevo en un estilo que deba ser preparado a una temperatura menor a los 63 °C.																				
Carne molida y alimentos con carne molida	La carne molida y los alimentos que contengan carne molida se deben cocinar a 70 °C durante 15 segundos a menos que el cliente solicite otra cosa.																				
Carne y pescado	La carne, el pescado y otros alimentos potencialmente peligrosos que no estén en la lista anterior se deben cocinar a 63 °C, durante 15 segundos. La carne de res preparada a término medio con poca cocción se debe cocinar según las temperaturas y tiempos mínimos que se muestran a continuación, a menos que el cliente solicite alguna otra cosa:																				
Carne de res con poca cocción	<table> <tr> <th>TEMPERATURA INTERNA REQUERIDA EN °C</th><th>TIEMPO</th></tr> <tr> <td>54</td><td>121 minutos</td></tr> <tr> <td>56</td><td>77 minutos</td></tr> <tr> <td>57</td><td>47 minutos</td></tr> <tr> <td>58</td><td>32 minutos</td></tr> <tr> <td>59</td><td>19 minutos</td></tr> <tr> <td>60</td><td>12 minutos</td></tr> <tr> <td>61</td><td>8 minutos</td></tr> <tr> <td>62</td><td>5 minutos</td></tr> <tr> <td>63</td><td>3 minutos</td></tr> </table>	TEMPERATURA INTERNA REQUERIDA EN °C	TIEMPO	54	121 minutos	56	77 minutos	57	47 minutos	58	32 minutos	59	19 minutos	60	12 minutos	61	8 minutos	62	5 minutos	63	3 minutos
TEMPERATURA INTERNA REQUERIDA EN °C	TIEMPO																				
54	121 minutos																				
56	77 minutos																				
57	47 minutos																				
58	32 minutos																				
59	19 minutos																				
60	12 minutos																				
61	8 minutos																				
62	5 minutos																				
63	3 minutos																				



Cocinar completamente los alimentos



Hierve los alimentos como sopas y guisos para asegurarte que alcanzaron 70°C.

Para las carnes rojas y pollos cuida que los jugos sean claros y no rosados.

Es recomendable el uso de termómetros

Recalienta completamente la comida cocinada. Asegúrate que su interior alcance los 70°C.



www.panalimentos.org

Fuente: www.panalimentos.org

2.4 ALERGIAS A LOS ALIMENTOS

Las alergias a los alimentos son una reacción a un alimento o ingrediente que el cuerpo considera (erróneamente) dañinos. La mayoría de estas alergias son de naturaleza leve, pero algunas pueden causar reacciones graves e incluso poner en riesgo la vida.

No existe una cura para la alergia a los alimentos. La única manera de evitar consecuencias potencialmente graves para la salud es evitar los alérgenos alimenticios que causan las reacciones e inmediatamente reconocer y controlar las reacciones alérgicas a los alimentos a fin de evitar consecuencias graves para la salud.

A continuación se detalla cómo identificar síntomas comunes de alergias a los alimentos:

Síntomas leves

1. Picazón
2. Silbido
3. Urticaria

4. Hinchazón del rostro y los ojos

Síntomas graves

1. Choque anafiláctico (puede provocar la muerte si no es atendido rápida adecuadamente)
2. Muerte

- *Los ocho alérgenos alimenticios más comunes*

Aunque una persona puede ser alérgica a cualquier producto alimenticio (como las frutas, verduras y carnes), hay ocho alimentos que representan el 90% de todas las reacciones alérgicas relacionadas con alimentos. Esos ocho alimentos (y cualquier alimento que contenga proteínas de uno o más de esos alimentos) se consideran, por ley, “alérgenos alimenticios principales”. Estos son:

1. Crustáceos
2. Huevos
3. Pescado
4. Leche
5. Maní
6. Porotos de soja
7. Nueces de árbol
8. Trigo

Estos ocho alimentos, al igual que cualquier alimento que contiene proteínas de uno o más de ellos, se denominan, “alérgenos alimenticios principales”.

- *Aditivos para alimentos que desencadenan reacciones alérgicas*

Algunos aditivos comúnmente usados en la industria alimenticia también pueden causar reacciones alérgicas, estos son:

1. Nitritos, que se agregan a la carne para el color rojizo.
2. Sulfitos, que se agregan a frutas y verduras secas y en conserva para mantener la frescura.
3. Glutamato monosódico (monosodium glutamate, MSG), que se agrega para realzar el sabor de los alimentos.

- *Seguridad del cliente*

Para proteger a los clientes de reacciones alérgicas a los alimentos, los establecimientos deben brindar información completa sobre el uso de cualquiera de los ocho alérgenos comunes o de aditivos en los menús.

2.5 HIGIENE DEL PERSONAL

Todos tenemos bacterias y virus nocivos (gérmenes) dentro de nosotros y en el cuerpo. Las bacterias de la nariz, la garganta, el cabello, la piel, las heridas infectadas, los hematomas y de la materia fecal causan enfermedades que se transmiten por los alimentos.

La causa principal de la contaminación de alimentos es la falta de higiene en la manipulación, las personas encargadas de esta labor, juegan un papel primordial con su actitud para corregir ésta

situación. Es más, su actitud al manipular alimentos es quizá el **factor clave para evitar enfermedades transmitidas por alimentos**.

Por esto se requiere que el manipulador, practique reglas básicas que tienen que ver con su estado de salud, su higiene personal, su vestimenta y sus hábitos durante la manipulación de los alimentos. Estas reglas básicas además de ayudar a prevenir las enfermedades, dan una sensación de seguridad al consumidor y en el caso de negocios de comida, significan un atractivo para el cliente.

Dado que la prevención de la contaminación de los alimentos se fundamenta en la higiene del manipulador, es esencial ducharse antes de ir a trabajar, con mayor razón si en el lugar de trabajo no existen facilidades para hacerlo.

- Lavado de manos

El lavado de las manos siempre antes de TOCAR los alimentos y luego de cualquier situación o cambio de actividad que implique que éstas se hayan contaminado, debe ser considerado la **clave de oro del manipulador**. De esa manera, éste hábito debe ser practicado antes de empezar a trabajar, al tocar alimentos crudos y después de tener que tocar otros alimentos o superficies, luego de utilizar el baño, luego de rascarse la cabeza, tocarse el pelo, la cara, la nariz u otras partes del cuerpo, de estornudar o toser aún con la protección de un pañuelo o luego de tocar basura o mascotas.

Los cinco pasos para lograr un buen lavado de manos son:

PASOS	LAVADO DE MANOS
1	Usar agua corriente caliente y fría.
2	Mojarse las manos y enjabónelas. Usar un cepillo para las uñas.
3	Frotarse las manos durante 20 segundos. ¿Cuánto son 20 segundos? Cante el "feliz cumpleaños" dos veces o cuente desde "1 elefante hasta 20 elefantes".
4	Enjuagarse bien las manos.
5	Secarse las manos con toallas desechables de papel o use un secador de aire caliente.
6	Después del lavado correcto de manos aplicar gel desinfectante



¿Cómo y cuándo lavar las manos?



Zonas que frecuentemente olvidamos lavar

Zonas que a veces olvidamos lavar

Zonas que siempre recordamos lavar

Siempre debes lavar tus manos con agua caliente y jabón, frotándolas bien

Antes de	Después de
Comer Tocar alimentos Cocinar	Ir al baño Manipular alimentos crudos (carne, pescado, pollo y huevos) Jugar en el parque y tocar las mascotas Sonarse la nariz, estornudar o toser



www.panalimentos.org

Fuente: www.panalimentos.org

Cuando lavarse las manos:

- Antes de empezar a trabajar,
- Antes de ponerse los guantes,
- Después de usar el baño,
- Después de manipular alimentos crudos,
- Después de tocarse el cabello, la barba o cualquier parte del cuerpo,
- Después de estornudar o toser,
- Después de fumar, comer o beber,
- Después de tocar cualquier cosa que pueda contaminar las manos.

Consejos para después del lavado de manos:

- Asegurarse de no contaminarlas antes de empezar a trabajar.
- No usar el delantal para secarse las manos; volverá a contaminarse las manos.
- Si se usa un desinfectante para manos, hacerlo sólo después de lavárselas bien. No se debe reemplazar el lavado correcto de manos por un desinfectante para manos.

Condiciones del personal que manipula alimentos:

- Bañarse todos los días, y usar ropa limpia, incluido un delantal limpio
- La indumentaria para las labores diarias debe ser de color blanco o en su defecto de color claro para visualizar mejor su estado de limpieza.
- Evitar usar joyas ya que pueden acumular suciedad o pueden caer dentro de los alimentos
- Usar gorra, redecilla para el cabello o cualquier otro objeto para evitar que el cabello caiga en la cara, las manos o los alimentos,
- Cuando aplique usar mascarilla, la cual debe cubrir nariz y boca, ayuda a proteger los alimentos de gotitas provenientes de la nariz o la boca, cuando se preparan alimentos para grupos de riesgo como niños, ancianos o enfermos.
- Usar un apósito limpio y guantes desechables sobre las heridas nuevas que no estén infectadas, los que deben ser cambiados con la frecuencia necesaria según la operación que se realiza,
- Los guantes deben ser utilizados para acciones específicas, especialmente en manipulación de productos cocidos listos para el consumo, si ésta no puede hacerse con utensilios.
- Mantener las uñas limpias y cortas,
- No se debe permitir que trabajen empleados enfermos.
- No pueden trabajar de ningún modo en el establecimiento de servicio de alimentos aquellos empleados que tengan una enfermedad que pueda transmitirse a través de los alimentos.

Hábitos deseables

Además de los hábitos referidos a la higiene personal y la vestimenta, el manipulador siempre debería acostumbrarse a:

- Lavar los utensilios y superficies de preparación antes y después de usarlos,
- Lavar vajilla y cubiertos antes de usarlos para servir,
- Tomar platos y fuentes por los bordes, cubiertos por el mango, vasos por el fondo y tasas por el asa,
- Mantener la higiene y el orden en la cocina o expendio y alrededores,
- Lavarse las manos antes de arreglar la mesa.

Hábitos indeseables

Los hábitos que TIENE QUE EVITAR a toda costa el manipulador incluyen:

- Hurgarse o rascarse la nariz, la boca, el cabello, las orejas descubiertos, o tocarse granitos, heridas, quemaduras o vendajes, por la facilidad de propagar bacterias a los alimentos en preparación. De tener que hacerlo, acudir a un inmediato lavado de manos,

- Fumar, comer, mascar chicle, beber o escupir en las áreas de preparación de alimentos. Estos son hábitos inadmisibles,
- Usar uñas largas o con esmalte, esconden gérmenes y desprenden partículas en el alimento
- Usar anillos, esclavas, pulseras, aros, relojes u otros elementos que además de “esconder” bacterias, pueden caer sin darse cuenta en los alimentos o en equipos y además de causar un problema de salud al consumidor, pueden incluso causar un accidente de trabajo.
- Manipular alimentos o ingredientes con las manos en vez de usar utensilios.
- Utilizar la vestimenta como paño para limpiar o secar,
- Usar el baño con la indumentaria de trabajo puesta. Resulta muy fácil que la ropa se contamine en este lugar y luego transportar los gérmenes al lugar de proceso.

Como parte de las acciones antes de empezar las labores diarias el manipulador se deberá realizar un auto test con las siguientes preguntas:

¿Me bañé o duché antes de venir a trabajar?

¿Tengo fiebre, diarrea o estoy resfriado?

¿Tengo alguna herida o quemadura infectada?

¿Mis uñas están limpias, cortas y sin esmalte para uñas?

¿Están limpios mi delantal y mi ropa de trabajo?

¿Me quité todas las joyas?

¿Estoy usando mi gorra o red para el cabello?

Todo esto con el fin de precautelar que la preparación de alimentos se realice en las mejores condiciones.

2.6 MANTENIMIENTO DE LAS INSTALACIONES Y EQUIPOS

Los factores del ambiente y las condiciones del lugar donde se preparan alimentos, determinan en gran medida que haya más o menos posibilidades de contaminación de los alimentos. Estas condiciones son parte de lo que se conocen como BUENAS PRACTICAS DE MANUFACTURA.

El control de esas condiciones estará algunas veces en manos del manipulador, como en el caso de quien es propietario y manipulador a la vez, o del miembro de una familia que prepara alimentos, pero en otros casos, el mantener estas condiciones será algo que escapa a su control, no obstante el manipulador puede informar y alertar sobre la necesidad de mantenerlas.

En cualquiera de las dos situaciones, es importante que el manipulador conozca principios elementales de algunos de los aspectos de las Buenas Prácticas, término que debería ser muy familiar para quienes trabajan en procesos de alimentos.

Algunas de esas Buenas Prácticas de Manufactura conviene que sean conocidas por el manipulador y tendrán variaciones dependiendo de lo complejo o no de cada establecimiento, lo que incluye:

- Ubicación del lugar de preparación y entorno

Los principios básicos para prevenir la contaminación de los alimentos, indican un entorno alejado de los depósitos de basura, corrientes de aguas cloacales, lugares de producción de tóxicos y otras fuentes de contaminación.

Diseño e higiene de las instalaciones: La correcta distribución de las zonas y la separación de las que corresponda según el proceso que se lleve a cabo, es una consideración muy importante relacionada con la higiene de los alimentos. Es deseable que exista separación entre áreas donde se manejan materias primas y áreas de preparación, entre cocina caliente y cocina fría, entre otros ejemplos. Lo deseable es que esta separación sea física, pero de no ser posible, se debe hacer una división funcional. Por ejemplo, preparando en tiempos distintos materias primas crudas y alimentos listos para consumo o programando primero la preparación de alimentos de bajo riesgo y luego los más riesgosos.

De esta manera, se puede usar una misma mesada o superficie siempre y cuando limpiemos y desinfectemos entre una operación y otra.

- *Materiales de construcción*

Todo material utilizado en pisos, paredes y techos donde se preparen alimentos deben ser lisos y accesibles para facilitar su limpieza y desinfección, sin aberturas que faciliten el ingreso de potenciales plagas.

- *Iluminación y ventilación*

Una buena iluminación facilita los procesos llevados a cabo. Las lámparas deben tener protección para evitar que caigan pedazos de vidrio sobre los alimentos en caso de rotura.

La buena ventilación ayuda a controlar la temperatura interna, así como el polvo, humo y vapor excesivos, pero su diseño debe evitar que haya corrientes de aire desde áreas sucias hacia áreas limpias. Si existen extractores de humo o vapor en la cocina, no dude en usarlos.

Las puertas y ventanas ayudan a mejorar la ventilación. Por su función de ayudar a proteger al ambiente donde se efectúa el proceso, deberán ser en materiales lisos, fáciles de limpiar y además las ventanas tendrán vidrios y/o protecciones tipo mosquiteros o similar para prevenir la entrada de polvo, insectos y otras plagas.

- *Procedimientos para limpieza y desinfección*

Esta labor es clave dentro de la manipulación higiénica de los alimentos y la colaboración del manipulador es fundamental para lograr estándares altos de seguridad.

En todos los lugares de preparación, sin importar su tamaño, volumen de producción, equipamiento o personal, deben practicarse a diario tareas de limpieza y desinfección de:

- Las áreas de proceso (paredes, pisos, techos)
- Las superficies en contacto con los alimentos (mesas, recipientes, utensilios, equipos)

Estos procedimientos deben ejecutarse al finalizar las tareas de preparación, previamente a su iniciación, y en algunos casos durante el mismo proceso.

Los procedimientos de limpieza y desinfección deben incluir cuando menos una combinación de métodos físicos y químicos para limpiar las superficies, refregar, cepillar y desinfectar.

Por lo general se realizan siguiendo las siguientes etapas:

1. Una remoción de suciedad gruesa seguido de un enjuague. Se sacan los restos de alimento con fibras y agua. Si se trata de un equipo, implica a veces desarmarlo y remojar las partes previamente en un recipiente.
2. La aplicación de un detergente y la remoción de la suciedad restante. La superficie, equipo o utensilio se deben refregar con un cepillo o fibra y con ayuda de un detergente y agua tibia (de preferencia) o espuma por aspersión.
3. Un enjuague con agua tibia, a chorro o a presión, según se disponga.
4. Aplicación de un desinfectante, en dosis y tiempos de contacto recomendados por el fabricante.
5. También puede aplicarse vapor o agua caliente por encima de 80 grados centígrados que también en estas condiciones tienen efecto desinfectante.(cuando se disponga)
6. Enjuague final con agua, que se realiza cuando se usan desinfectantes químicos que así lo requieran.

Ubicación de los equipos

Los equipos, incluidos la dispensadora de hielo y los recipientes de almacenamiento, no deben estar expuestos ni desprotegidos cerca de cañerías de desagüe, cañerías de condensación, huecos de escaleras abiertos o demás fuentes de contaminación.

Los requisitos y recomendaciones para la instalación de equipos (para asegurar un espaciado y sellado adecuados que permitan una limpieza fácil correcta) incluyen:

- Siempre que sea posible, los equipos se deben montar sobre ruedas para facilitar el movimiento, la limpieza y para que permita flexibilidad operativa.
- Los equipos montados en el suelo se deben sellar al piso alrededor de todo el perímetro del equipo, o bien, se deben elevar sobre patas para que haya, al menos, 15cm de espacio libre entre el piso y el equipo.
- El espacio detrás y entre los equipos debe ser suficiente para permitir la limpieza.

Para la adquisición de equipos se debe tomar en cuenta aspectos como la cantidad de materia prima que se receptorá, la cantidad de alimentos a ser preparados, el espacio físico del que se dispone, la capacidad el equipo, etc.; a continuación se citan los siguientes ejemplos:

Equipo de refrigeración: diseño y tamaño: Las instalaciones de refrigeración deben ser las adecuadas para posibilitar el almacenamiento, transporte, exposición y servicio apropiado así como un rápido enfriamiento de alimentos potencialmente peligrosos.

Una carga excesiva de alimentos, o colocar alimentos calientes en el congelador, puede elevar la temperatura y descongelar parcialmente los alimentos que se guardan allí. Por esa razón, para evitar tener que poner restos de alimentos en el congelador, prepare varias partidas pequeñas. La sobrecarga del congelador, hace también más difícil encontrar los alimentos y la rotación de los mismos.

Las necesidades específicas de refrigeración deben estar basadas en:

- El menú,
- La cantidad de comidas,
- La frecuencia de entrega y el tiempo de preparación,
- Se recomienda contar con un refrigerador capaz de enfriar alimentos potencialmente peligrosos desde 60 °C hasta 5 °C en un período de 4 horas.

Utensilio: tablas para cortar

En las tablas de cortar se deben mantener las superficies libres de marcas de cuchillo u otros daños. Pueden estar hechas de plástico de uso alimentario o de madera no tóxica (maderas duras y libres de resina como el roble, nogal, manzano o cerezo), y no deben permitir que el olor o sabor se transfiera a los alimentos.

Las tablas de cortar se deben mantener puliendo las superficies para que estén libres de marcas de cuchillo o acanalamientos. Además, el uso por separado y codificado por color de tablas de cortar para alimentos crudos y cocidos contribuye a la prevención de la contaminación cruzada.

Las tablas se deben lavar, enjuagar y sanitizar después de cada uso.

2.7 CONTROL DE PLAGAS

¿Qué es una Plaga?

Se define como plaga a todos aquellos animales que compiten con el hombre en la búsqueda de agua y alimentos, invadiendo los espacios en los que se desarrollan las actividades humanas. Su presencia resulta molesta y desagradable, pudiendo dañar estructuras o bienes, y constituyen uno de los más importantes vectores para la propagación de enfermedades, entre las que se destacan las enfermedades transmitidas por alimentos (ETAs).

La proliferación de plagas donde se preparan alimentos, tiene mucha relación con las condiciones estructurales, con la forma de almacenar y disponer los desechos en el lugar y con tratamientos eficaces de limpieza y desinfección, con lo cual, todas las medidas que el manipulador tenga a su alcance, son de gran ayuda para el control de este problema.

En establecimientos de cierta complejidad, el control de plagas es confiado a firmas especializadas, pero la vigilancia por parte del manipulador de estas condiciones, siempre debe

considerarse como el primer paso para un mejor control, junto con medidas complementarias como la aplicación de químicos.

La tendencia para el control de las plagas, es hacia el uso de medidas que previenen su proliferación en el establecimiento, antes que medidas que hacen uso de sustancias químicas tóxicas para controlarlas.

Una vez que se identifique la o las plagas que puedan presentarse en el establecimiento se debe realizar la implementación del control de plagas, para lo cual se debe pensar en las siguientes preguntas e investigar sobre la plaga:

- ¿Con qué tipo de plaga está tratando?
- ¿Cómo están entrando? ¿Cómo puedo mantenerlas fuera?
- ¿Viven en el establecimiento todo el tiempo, o vienen y se van?
- ¿Qué están comiendo y bebiendo?
- ¿Cómo puedo hacer que mi establecimiento sea menos amigable para las plagas?

Para evitar problemas en el futuro, se debe considere tomar medidas preventivas:

- Inspeccionar su establecimiento por dentro y por fuera en busca de plagas, alimentos, agua y puntos de entrada.
- Limpiar todos los restos de comidas en superficies o áreas al finalizar cada día.
- Limpiar la grasa retenida en las zonas de cocina.
- Barrer los suelos, inclusive debajo de los muebles de cocina móvil o fijos y las máquinas, especialmente cerca de las paredes.
- Limpiar los desagües.
- Limpiar toda el agua estancada y derrames de bebidas cada noche.
- Recoger trapos, delantales, servilletas y manteles sucios. Lavar los elementos de tela con frecuencia.
- No guardar cosas en cajas de cartón y en el suelo. Guardar las cajas en estantes de alambre y en estantes de metal si es posible.
- Arreglar mangueras, llaves de agua (grifos) o tuberías que goteen; las plagas necesitan agua.
- Considerar la instalación de cepillos de barrido de puertas cuando sea necesario dependiendo del tipo de establecimiento.
- Sellar los puntos de entrada, incluso los más pequeños, con masilla, malla de alambre, etc.
- No depositar la basura en cercanías del establecimiento.
- Respetar los horarios de recolección de basura.
- Mantener cerradas las puertas exteriores. Las puertas que quedan abiertas para la ventilación deben contener un alambrado de tejido fino para evitar el ingreso de insectos voladores. (cuando aplique)
- Utilizar telas de alambres para las aberturas que dan al exterior.
- No mover los aparatos de lucha contra las plagas instalada por la empresa o grupos dedicados al manejo integral de plagas. (cuando aplique).
- Utilización de plaguicidas de uso doméstico

Los plaguicidas o pesticidas comprenden un variado grupo de productos químicos que se utiliza para protegerse y proteger a los animales y plantas contra los efectos negativos de otros seres

vivos que, por su acción y proliferación, pueden convertirse en una plaga. Son, por tanto, tóxicos utilizados para matar seres vivos, con las evidentes consecuencias que una incorrecta utilización puede producir.

El uso inadecuado de estos productos puede provocar intoxicaciones o alteraciones en el organismo tanto a personas como a otros animales (domésticos, mascotas, etc), por lo que es recomendable que sean aplicados por personal especializado o capacitado.

A este grupo de productos denominados plaguicidas, pertenecen los:

- Insecticidas: para los insectos como la mosca, gorgojo, etc.
- Acaricidas, contra arácnidos (araña roja, garrapata)
- Rodenticidas, contra ratones, ratas, topes, etc.
- Funguicidas, contra los hongos
- Molusquicidas, contra moluscos como los caracoles
- Herbicidas, contra las malas hierbas.

¿Qué riesgos tiene la utilización de un plaguicida?

Antes de utilizar un plaguicida hay que recordar que son venenos, y que pueden causar intoxicaciones tanto en personas como en animales domésticos expuestos a ellos. Mal utilizados, pueden penetrar en nuestro organismo a través de la piel, la respiración o por ingestión.

La mayoría de las intoxicaciones que por estos productos se producen en el hogar, se deben a un incorrecto almacenamiento de los mismos y, sobre todo, a un mal uso.

Antes de utilizar un plaguicida hay que tener en cuenta:

- CON FRECUENCIA SU USO ES INNECESARIO; Es preciso recordar que los plaguicidas no pueden sustituir, ni son una segunda alternativa a prácticas incorrectas de limpieza y/o mantenimiento de locales o instalaciones.
- Son comercializados para el control de un determinado ser vivo, no existe el producto único de exterminio total (un “matatodo”).
- La mezcla de sustancias distintas no presupone mayor eficacia en el control de la plaga, por el contrario, las consecuencias para su salud y para el medio ambiente pueden ser imprevisibles y no siempre deseadas.
- Siempre hay que seguir exactamente las recomendaciones de uso del fabricante, revise detalladamente el etiquetado del producto.
- Para uso doméstico solo pueden utilizarse productos con la clasificación de “Plaguicidas de Uso Doméstico”, otro tipo de productos solo están permitidos a profesionales y personal cualificado.

Antes de usar un plaguicida, ¿qué debemos tener en cuenta?

Lo más recomendable es NO UTILIZARLO. Muchas situaciones de plaga sólo pueden ser abordadas con seguridad y eficacia por los profesionales especializados.

Por regla general, con pequeñas obras y/o medidas físicas adecuadas: controlar los restos de alimentos, limpieza adecuada de la zona, etc., podremos prevenir y en su caso erradicar la plaga

con seguridad y sin riesgos. No obstante, puede sustituirse el uso de plaguicidas químicos por métodos alternativos, como aspiradores, trampas, ceños para roedores, pegamentos, etc.

Lo recomendable es contar con servicios externos de control de plagas.

Si el usuario aplica algún plaguicida de uso doméstico lo deberá realizar con tomar en cuenta las siguientes recomendaciones:

- No adquirir productos cuya formulación no se encuentre autorizada por ARCSA.
- No adquirir productos de dudosa procedencia ni use productos caducados.
- Los plaguicidas tienen que estar envasados en su envase original.
- Leer las etiquetas, seguir las instrucciones de uso y precauciones de manejo.
- Antes de aplicar, retirar y guardar en lugar seguro todos los alimentos, tanto de personas como de animales domésticos y mascotas. Jamás exponga a contaminación de plaguicidas a los alimentos ni contamine superficies susceptibles de entrar en contacto posterior con éstos.
- A la hora de aplicar un plaguicida protéjase adecuadamente, utilice guantes, mascarillas, etc. (ver etiqueta)
- Cuando se tenga que aplicar un plaguicida en exteriores, la aplicación la realizará de espaldas al viento.
- Cumplir los periodos de seguridad (tiempo necesario antes de volver a entrar en los locales tratados) del plaguicida indicado por el fabricante y ventile bien antes de ocupar de nuevo la estancia.
- Después de la aplicación, limpiar adecuadamente las superficies que vayan a estar en contacto con alimentos o productos utilizados por personas y mascotas.

No elimine residuos (envases) de plaguicidas de cualquier manera; seguir las instrucciones de su etiqueta para su desecho.

Al utilizar mal los plaguicidas de uso doméstico puede ocasionar síntomas como falta de aire, broncoespasmo, prurito, reacciones alérgicas en piel, vómito, diarrea, cefalea, irritación ocular, entre otros. “No todas las personas que se exponen van a tener síntomas, las más vulnerables son las que tienen alguna patología de base”.

Ante la presencia de alguno de esos síntomas y el antecedente de haber estado expuesto recientemente a estos productos, es necesario consultar al médico

A continuación se detallan las principales plagas que se pueden encontrar en un área de manipulación y preparación de alimentos y algunas recomendaciones para evitarlas:

MANUAL DE PRÁCTICAS DE HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS EN
RESTAURANTES Y CAFETERÍAS

PLAGAS PRINCIPALES			
MOSCAS	HABITAT Y AREA DE REPRODUCCIÓN	ENFERMEDADES QUE TRANSMITEN	RECOMENDACIONES PARA EVITAR LA APARICIÓN DE PLAGAS
MOCA DOMESTICA	Las moscas domésticas se trepan sobre la materia fecal de seres humanos y animales y la recogen mediante los vellos del cuerpo y las patas, junto con microorganismos nocivos. Las moscas también se alimentan de desechos, lo que ocasiona que los microorganismos dañinos ingresen en sus cuerpos. Las moscas domésticas prefieren la materia orgánica en estado de descomposición (basura, materia fecal de animales o una mezcla de suelo y basura) para depositar sus huevos.	Presentan el mayor riesgo a la inocuidad de los alimentos de todas las plagas. Más de 20 especies de moscas domésticas están clasificadas como “patógenas” (que causan enfermedades) ya que transportan y diseminan microorganismos tales como <i>Shigella</i> , <i>Salmonella</i> y <i>Escherichia coli</i> (<i>E. coli</i>). Dichos microorganismos causan enfermedades transmitidas por alimentos.	Se deben limpiar regularmente las instalaciones donde se acumulan residuos (contenedores para escombros, etc.). Es necesario lavar regularmente los receptáculos de basura ya que las moscas pueden encontrar abundante residuos adheridos a los costados y en el fondo de los contenedores vacíos.
MOSCA DE LA FRUTA	Se reproducen en frutas y verduras demasiado maduras y se alimentan de ellas (mal almacenamiento), así como también en materia orgánica en estado de descomposición.	Las larvas de estas moscas alojadas en una fruta que se ingiere pueden causar malestar intestinal y diarrea.	Coloque mallas metálicas o plásticas que impidan el ingreso de las moscas, bien ajustadas en las ventanas, rejillas de ventilación en techos y demás aberturas. Las puertas se deben cerrar automáticamente y las puertas traseras o entradas para pedidos deben contar con una puerta revestida con tela metálica.
CUCARACHAS	Se reproducen donde existe basura, escombros y agua estancada	Las cucarachas han sido identificadas como transmisores de alergias asociándose al asma. La fuente causante de la alergia a las cucarachas está en su cuerpo, secreciones, huevos y defecaciones que se encuentran en el polvo de la casa. Existen varias vías de contagio: • La inhalación de los alérgenos residentes en cuerpo y heces, produce asma en sujetos sensibles al extracto de la cucaracha. • La ingesta de alimentos contaminados por cucarachas, hay que tener en cuenta que estos alérgenos son termoestables, no se afectan con la cocción. • Por contacto al manipular o tocar cucarachas, es el caso de trabajadores de laboratorios o limpieza de plagas. • Otra forma es por inyección son las reacciones locales producidas por la mordeduras de las cucarachas.	Selle con cemento, yeso, masilla o sellador para madera todas las grietas y los agujeros del piso, las paredes y los techos. Las juntas en los accesorios y equipos deben recibir el mismo tratamiento. Mantener los cubos de basura bien cerrados y limpiarlos después de vaciarlos.

Los establecimientos alimentarios y los equipos deben quedar totalmente limpios cada noche antes de cerrar, no solo para una buena higiene, sino también para eliminar toda la grasa, la incrustación y las partículas de comida de las que se puedan alimentar los insectos.

ROEDORES

Se las encuentra generalmente en parques o cerca de la vegetación, debajo de los edificios y otras estructuras, debajo de planchas de cemento, en las orillas de cauces de agua, en los basureros y en otros lugares cercanos a alimentos, agua y refugio adecuados. También hacen madrigueras debajo de las aceras y en los cimientos de los edificios. Los lugares abiertos descuidados y desordenados también pueden favorecer a que las ratas hagan madrigueras. Sin embargo, también pueden hacer nidos entre paredes y otros espacios abiertos. Todos los alimentos expuestos a roedores están contaminados y deben ser eliminados.

Se los puede encontrar en todo el mundo y están asociados con enfermedades tales como peste, tifus murino, enfermedades causadas por el hantavirus, rickettsiosis variceliforme, leptospirosis, coriomeningitis linfocitaria y listeriosis.

Se debe privar de comida a los roedores, tapando los orificios en el establecimiento para que no entren y destruyéndolos. Así como realizando limpiezas diarias en el establecimiento sin dejar comida en pisos o mesas que puedan atraerlos.

Evitar el almacenamiento innecesario de artículos de oficina y archivos viejos, materiales para reparación, productos alimenticios u otras mercaderías. Evitar contenedores de basura que quedan destapados durante la noche o que tengan tapas con cierre inadecuado, y aquellos que tienen pérdidas o grietas

2.8 AGUA SEGURA

Las enfermedades relacionadas con la contaminación del agua de consumo tienen una gran repercusión en la salud de las personas. Según la Organización Mundial de la Salud, casi 3 millones y medio de personas, en su mayoría niños y niñas, mueren cada año de enfermedades relacionadas con el agua, como la malaria, diarrea, parásitos, hepatitis A, el cólera, entre otras. Por tanto el agua es esencial para la vida y todas las personas deben disponer de un suministro satisfactorio (suficiente, inocuo y accesible).

La mejora del acceso a agua potable puede proporcionar beneficios tangibles para la salud. Debe realizarse el máximo esfuerzo para lograr que la inocuidad del agua de consumo sea la mayor posible: no contener bacterias peligrosas, metales tóxicos disueltos o productos químicos dañinos.

El uso de productos químicos desinfectantes en el tratamiento del agua genera riesgos si no son utilizados de manera adecuada. A continuación se presenta un procedimiento para la obtención de agua segura:

Para desinfectar el agua:

- 1. Lave bien el recipiente**


- 2. Elija**



Clorar el agua

Si elige clorar el agua, agregue la cantidad de cloro de acuerdo a las instrucciones del envase y a la cantidad de agua a clorar.



30 minutos

Espera al menos 30 minutos para consumir el agua segura.



10 minutos

Hervir el agua

Si elige hervir el agua, hágalo por un mínimo de 10 minutos.
- 3. Cuide el agua segura**
 - Mantenga siempre tapados los bidones o recipientes.
 - Coloque el bidón en un lugar protegido por los animales

Dosificación del cloro:

Cantidad de agua	Cloro del Centro de Salud del MSP	Cloro comercial (concentración a 5%)
 1 litro	 6 gotas	 1 gota
 20 litros	 1 tapa rosca	 20 gotas
 50 galones 200 litros	 10 tapas rosca	 2 tapas rosca



2.9 CONTROL DEL TABACO

Los “Restaurantes/Cafeterías” deberán tener en consideración la regulación y control de tabaco que se encuentra establecida mediante ley publicada en el Registro Oficial N° 497 del viernes 22 de julio del 2011; la cual tiene por objeto promover el derecho a la salud de los habitantes de la

República del Ecuador, protegiéndolos de las consecuencias del consumo de productos del tabaco y sus efectos nocivos, la cual será controlada y vigilada por la Agencia.

La presente ley define en su artículo 21 como espacios libres de humo a:

(...) Art. 21.- Espacios libres de humo.-

Declárese espacios cien por ciento (100%) libres de humo de tabaco y prohíbase fumar o mantener encendidos productos de tabaco en:

- a. Todos los espacios cerrados de las instituciones públicas;
- b. Todos los espacios cerrados que sean lugares de trabajo y de atención y acceso al público;
- c. Todos los espacios cerrados o abiertos, públicos o privados, que correspondan a dependencias de salud y educación a todo nivel; con excepción de los espacios abiertos de los establecimientos de educación superior debidamente señalizados;
- d. Los medios de transporte público en general; y
- e. Los ambientes públicos y privados cerrados, destinados a actividades deportivas

Para la aplicación de este artículo se entiende por espacio cerrado, todo espacio cubierto por un techo sin importar la altura a la que se encuentre, cerrado en su perímetro por un 30% o más de paredes o muros, independientemente del material utilizado.

- *Excepciones*

La presente ley menciona las excepciones en el:

(...) Art. 23.- Excepciones en los espacios libres de humo.- En los lugares establecidos como cien por ciento (100%) libres de humo de acuerdo a la presente Ley, está prohibido establecer zonas destinadas a personas fumadoras.

Se exceptúan de esta prohibición, y por decisión voluntaria del propietario, las habitaciones de lugares de alojamiento en un máximo de 10% de su capacidad, dedicadas exclusivamente a personas fumadoras siempre y cuando cumplan con las regulaciones emitidas por la Autoridad Sanitaria Nacional y la presente Ley.

- De la señalización:

Art.24.- Señalización.- Todos los lugares definidos como espacios cien por ciento (100%) libres de humo en la presente Ley, deberán tener señalizaciones gráficas, escritas y de otra naturaleza, en idioma castellano y de ser necesario en los demás idiomas oficiales, que indiquen claramente que han sido declarados como tales. Las señalizaciones deberán incluir un número telefónico para denunciar el incumplimiento de la presente Ley y/o su reglamento.

- *Aplicación*

La presente ley detalla en su CAPÍTULO SEGUNDO, del régimen de sanciones administrativas, detalla que la Autoridad Sanitaria Nacional es el encargado de hacer cumplir la presente ley, así como de ejecutar los controles y de sancionar cualquier infracción que se presente, como se detalla a continuación:

Sección primera

De la inspección y control y medidas preventivas

(...) Art. 29.- Inspección y Control.- Dentro del ámbito de la presente Ley, la Autoridad Sanitaria Nacional ejercerá las funciones de inspección y control, de oficio o a petición de parte.

Art. 30.- Medidas Preventivas.- En el caso de producirse acciones u omisiones que pudieren provocar daño o constituir un peligro para la salud de las personas, como consecuencia de la inobservancia de la presente Ley, la Autoridad Sanitaria Nacional establecerá las medidas preventivas a ser adoptadas de conformidad con el reglamento correspondiente.

Sección segunda

De las infracciones y sanciones administrativas; detalla:

Art. 31.- Sanciones.- Las infracciones administrativas determinadas en esta Ley serán sancionadas por la Autoridad Sanitaria Nacional, de la siguiente manera:

- a. Multa;
- b. Clausura temporal de uno a ocho (8) días del establecimiento; y
- c. Clausura temporal de quince (15) días del establecimiento por reincidencia ulterior.

Estas sanciones se ejercerán sin perjuicio de las acciones civiles y penales que las y los afectados por productos de tabaco puedan ejercer en contra de quienes hubieren provocado el daño.

Art. 32.- Incumplimiento a las restricciones al consumo.- La o el propietario o quien usufructúe del uso de espacios definidos como 100% libres de humo y que incumpla con lo dispuesto en el Título III de esta Ley referente a las restricciones al consumo, se le impondrá una multa de una (1) a cinco (5) remuneraciones básicas unificadas del trabajador privado general.

En caso de reincidencia, se le impondrá multa de seis (6) a diez (10) remuneraciones básicas unificadas del trabajador privado en general. En caso de segunda reincidencia, la sanción será de clausura temporal del establecimiento de uno (1) a ocho (8) días; y, para casos e incidencia ulterior, el establecimiento será sancionado con clausura de quince (15) días. La sanción de clausura no se aplicará a instituciones de salud, educativas ni a organismos y dependencias del sector público.

Art. 33.- Incumplimiento a las restricciones a la venta.- Quien en sus instituciones o locales incumplan las prohibiciones señaladas en el Capítulo I del Título II de esta Ley referente a las restricciones a la venta se le impondrá una multa de una (1) a cinco (5) remuneraciones básicas unificadas del trabajador privado general.

En caso de reincidencia, se le impondrá multa de seis (6) a diez (10) remuneraciones básicas unificadas del trabajador privado en general. En caso de segunda reincidencia, la sanción será de clausura temporal del establecimiento de uno (1) a ocho (8) días; y, para casos reincidencia ulterior, el establecimiento será sancionado con clausura de quince (15) días.

La sanción de clausura no se aplicará a instituciones de salud, educativas ni a organismos y dependencias del sector público.

(...)Art. 37.- Incumplimiento por parte de la persona fumadora.- Toda persona que haga uso de productos de tabaco en espacios definidos como cien por ciento (100%) libres de humo, de acuerdo a la presente Ley, será sancionada con multa equivalente al veinte y cinco por ciento (25%) de la remuneración básica unificada del trabajador privado en general que será cobrada de conformidad con el procedimiento que establezca para el efecto el reglamento de la presente Ley.



Agencia Nacional
de **Regulación, Control
y Vigilancia Sanitaria**

Anexo 2. GUÍA DE USUARIO

“PROCEDIMIENTO PARA LA CALIFICACIÓN DE RESTAURANTES/CAFETERÍAS”

Versión [1.0]

Agosto, 2015

CONTENIDO

1. OBJETIVO DE LA GUÍA	3
2. PASOS A SEGUIR.....	3

1. OBJETIVO DE LA GUÍA

Explicar a los responsables de “restaurantes/cafeterías” el procedimiento para obtener la calificación emitida por la Agencia Nacional de Regulación, Control y Vigilancia Sanitaria ARCSA

2. PASOS A SEGUIR

- Los responsables de los restaurantes/cafeterías deberán inscribirse en las Coordinaciones Zonales o en las instituciones autorizadas por la Agencia para recibir el curso sobre el Manual de Prácticas Correctas de Higiene y Manipulación de Alimentos en “Restaurantes/Cafeterías”
- Después de haber recibido el curso los responsables de los restaurantes/cafeterías que deseen obtener la calificación deberán solicitar en las Coordinaciones Zonales de ARCSA mediante solicitud escrita la evaluación respectiva.

Ejemplo de Solicitud

Quito, DM dd/mm/aa DIRECTOR/A EJECUTIVO/A Agencia Nacional De Regulación, Control y Vigilancia Sanitaria - ARCSA Presente.- De mi consideración: Mediante el presente me dirijo a usted, para solicitarle se realice la evaluación de mi establecimiento (Nombre del establecimiento), ubicado en..... (Provincia, Cantón, Parroquia, Calle, Número, Calle Secundaria) referencia para obtener la calificación respectiva. Con sentimientos de distinguida consideración Atentamente, NOMBRE CÉDULA DE IDENTIDAD/PASAPORTE
--

- Según la planificación interna de la zona se realizará la inspección del establecimiento.

- Al momento de la inspección los analistas de la Agencia se identificarán mediante la credencial oficial, adicionalmente se podrá verificar la identidad de los mismo a través de la página web de ARCSA www.controlsanitario.gob.ec

Nota:

Los analistas no tienen permitido realizar ningún tipo de transacción monetaria en nombre de la Agencia (por ejemplo, cobrar permiso de funcionamiento, multas u otros).

Cualquier acto de corrupción relacionado al proceso de calificación de restaurantes, puede ser comunicado a través del correo anticorrupcion@controlsanitario.gob.ec, y será investigado a través de la Coordinación de Control Posterior de ARCSA.

- **¿Qué se evalúa durante las inspecciones?**

Durante las inspecciones a los establecimientos “RESTAURANTES/CAFETERÍAS”, los analistas de ARCSA prestarán especial atención al cumplimiento de buenas prácticas de higiene y manipulación para la preparación de alimentos, relacionadas a:

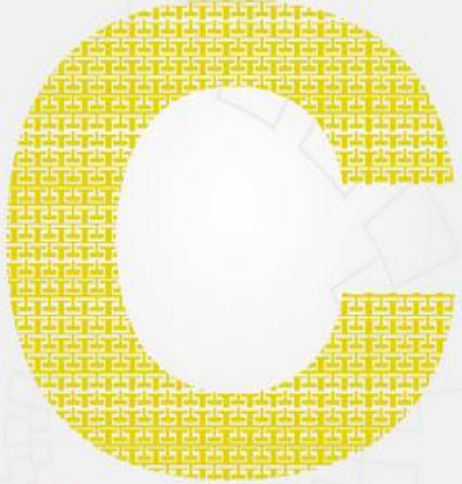
1. RECEPCIÓN, ALMACENAMIENTO Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS
2. HIGIENE DEL PERSONAL
3. INSTALACIONES Y EQUIPOS
4. CONTROL DE PLAGAS

- Los analistas de ARCSA podrán acceder a todas las áreas del establecimiento durante las inspecciones; cualquier obstrucción o interferencia con las tareas durante el procedimiento de inspección causará la suspensión inmediata de la inspección y en consecuencia que el establecimiento no obtenga su calificación o se revoque la calificación emitida anteriormente.
- Una vez terminada la inspección los analistas de la Agencia explicaran al responsable del establecimiento los hallazgos encontrados y se procederá a firmar el acta de inspección por las dos partes.
- El analista de la Agencia deberá entregar una copia del acta de inspección al responsable del establecimiento, adicional explicará en base al puntaje obtenido la calificación otorgada.

PUNTAJE	CALIFICACIÓN
90-100 PUNTOS	A
80-89.9 PUNTOS	B
60-79.9 PUNTOS	C



Calificación Higiénico-Sanitaria	Calificación Higiénico-Sanitaria
	
Nº Arca: 0000001	Nº Arca: 0000001
Nombre del establecimiento:	Nombre del establecimiento:
Dirección: El Comercio 280 y La Razon, edificio San Francisco. Telf: (593) 02 2269866	Dirección: El Comercio 280 y La Razon, edificio San Francisco. Telf: (593) 02 2269866
Fecha: control.posterior@controlsanitario.gob.ec	Fecha: control.posterior@controlsanitario.gob.ec
Autoridad Sanitaria Arca: www.controlsanitario.gob.ec	Autoridad Sanitaria Arca: www.controlsanitario.gob.ec
Rango de cumplimiento entre 90 - 100 puntos	Rango de cumplimiento entre 80 - 89,9 puntos

Calificación Higiénico-Sanitaria	Calificación Higiénico-Sanitaria
	
Nº Arca: 0000001	Nº Arca: 0000001
Nombre del establecimiento:	Nombre del establecimiento:
Dirección: El Comercio 280 y La Razon, edificio San Francisco. Telf: (593) 02 2269866	Dirección: El Comercio 280 y La Razon, edificio San Francisco. Telf: (593) 02 2269866
Fecha: control.posterior@controlsanitario.gob.ec	Fecha: control.posterior@controlsanitario.gob.ec
Autoridad Sanitaria Arca: www.controlsanitario.gob.ec	Autoridad Sanitaria Arca: www.controlsanitario.gob.ec
Rango de cumplimiento entre 60 - 79,9 puntos	

- El establecimiento reprobará la inspección si su calificación es menor o igual a 59.9 puntos
- En el caso de reprobar la evaluación el representante del establecimiento podrá presentar un plan de acción, con tiempos establecidos de mutuo acuerdo con la Agencia, y posterior al cumplimiento del plan de acción podrá solicitar que se le realice una segunda inspección de evaluación.
- En el caso que un establecimiento luego de haber obtenido una calificación deseará reclasificarse (ejemplo: de C a B o de B a A), este deberá realizar nuevamente el procedimiento anteriormente descrito.
- Al momento de la inspección de reclasificación se considerara:
 - El cumplimiento del plan de acción propuesto para la reclasificación, sin olvidar verificar lo que inicialmente fue evaluado positivamente para su actual clasificación.
 - De los resultados de la inspección de reclasificación el establecimiento podrá subir, mantener o bajar su calificación.
- El responsable del establecimiento podrá acercarse a la Coordinación Zonal de ARCSA para retirar el certificado de calificación, el cual deberá estar en un lugar visible para los usuarios del establecimiento.
- La calificación de “restaurantes/cafeterías” tendrá vigencia de un año, el establecimiento que desee obtener nuevamente la calificación, deberá solicitar la evaluación de acuerdo al procedimiento descrito anteriormente.

ACTA DE EVALUACIÓN PARA RESTAURANTES/CAFETERÍAS

ACTA DE EVALUACIÓN No. _____

1 DATOS GENERALES					
PROVINCIA / CANTÓN:		FECHA:		HORA DE INICIO:	
				HORA DE FINALIZACIÓN:	
2 MOTIVO DE LA INSPECCIÓN					
PETICIÓN DEL USUARIO ☐ OPERATIVO DE CONTROL PLANIFICADO: ☐ PETICIÓN DE LA AUTORIDAD: ☐ ALERTA SANITARIA ☐					
PROGRAMAS DETERMINADOS O ACUERDOS ☐ SEGUIMIENTO PROCESO ADMINISTRATIVO ☐ OPERATIVO DE CONTROL ZONAL ☐					
OTROS:					
3 Información del establecimiento					
NOMBRE O RAZÓN SOCIAL:					
N° R.U.C / N° RISE:				TELÉFONO:	
DIRECCIÓN:					
TELÉFONO:					
CORREO ELECTRÓNICO					
PROPIETARIO/REPRESENTANTE LEGAL:					
N° CC/PASAPORTE:					
PERMISO DE FUNCIONAMIENTO:		N° DE PERMISO:		FECHA DE CADUCIDAD:	
4 CATEGORIA DEL ESTABLECIMIENTO					
LUJO:		PRIMERA CATEGORÍA:		TERCERA CATEGORÍA:	
		CUARTA CATEGORÍA:			
5. CONDICIONES HIGIÉNICO SANITARIAS					
5.1. INFRAESTRUCTURA		CUMPLE	NO CUMPLE	PONDERACIÓN	CALIFICACIÓN
5.1.1	¿El establecimiento se encuentra alejado de focos de insalubridad?			1.8	
5.1.2	¿El área de preparación de los alimentos cuenta con una infraestructura que permita fácil limpieza y desinfección?			1.8	
5.1.3	¿Las paredes, pisos, techos y ventanas del establecimiento se encuentran limpios y en buen estado de conservación?			1.8	
5.1.4	¿Las áreas de almacenamiento de alimentos cuentan con control de temperatura y/o humedad de acuerdo a las necesidades propias de conservación de cada tipo de alimento?			1.8	
5.1.5	¿El establecimiento cuenta con adecuada ventilación?			1.8	
5.1.6	¿Dispone de suministro de agua potable?			1.8	
5.1.7	¿Cuenta con sistema de alcantarillado o desagüe?			1.8	
5.2. BATERIAS SANITARIAS		CUMPLE	NO CUMPLE	PONDERACIÓN	CALIFICACIÓN
5.2.1	¿Las baterías sanitarias se encuentran en buen estado de limpieza y mantenimiento?			1.8	
5.2.2	¿Las baterías sanitarias se encuentran separadas del área de elaboración de los alimentos?			1.8	
5.2.3	¿Los baterías sanitarios se encuentran provistos de papel higiénico, basurero, jabón y desinfectante para manos?			1.8	
5.2.4	¿Cuenta con recipientes identificados para la recolección de acuerdo al tipo de desechos?			1.8	
TOTAL SOBRE 20					
6.0. CONDICIONES DEL PERSONAL PARA LA PREPARACIÓN Y/O MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS		CUMPLE	NO CUMPLE	PONDERACIÓN	CALIFICACIÓN
6.1	¿Los empleados tienen enfermedades cutáneas que puedan contaminar a los alimentos?			5.0	
6.2	¿Los cortes o heridas que pudiesen tener los empleados se encuentran tratadas y cubiertas debidamente para evitar la contaminación con los alimentos?			5.0	
6.3	¿Los manipuladores de alimentos se lavan bien las manos después de ir al baño, toser, preparar los			5.0	

	alimentos crudos u otra actividad que represente un riesgo potencial al alimento para evitar la contaminación cruzada con los alimentos que preparan?				
6.4	¿Los trabajadores cuentan con indumentaria limpia y apropiada para realizar sus labores diarias?			5.0	
6.5	¿El personal recibe capacitación en Buenas Prácticas de Higiene para la manipulación de alimentos?			5.0	
TOTAL SOBRE 25					
7.0	CONTROL DE PLAGAS	CUMPLE	NO CUMPLE	PONDERACIÓN	CALIFICACIÓN
7.1	¿El establecimiento está protegido para evitar el ingreso de roedores e insectos?			3.8	
7.2	¿No se encuentran indicios o presencia de roedores, insectos y otras plagas en el área de preparación de la cocina?			3.8	
7.3	¿No se encuentran indicios o presencia de roedores, insectos y otras plagas en el área de consumo de alimentos?			3.8	
7.4	¿El establecimiento cuenta con programas de prevención y eliminación de plagas?			3.8	
TOTAL SOBRE 15					
8.0	MATERIALES Y EQUIPOS	CUMPLE	NO CUMPLE	PONDERACIÓN	CALIFICACIÓN
8.1	¿Los equipos y utensilios de cocina se encuentran limpios y en buen estado?			2.5	
8.2	¿Utensilios son de material adecuado para preparación de alimentos?			2.5	
8.3	¿Existen elementos apropiados y en buen estado para la recolección y eliminación de los desechos?			2.5	
8.4	¿Las mesas, mesones y estanterías para la preparación de los alimentos son de un material resistente y apropiado que facilite su limpieza y desinfección?			2.5	
8.5	¿Existen registros de limpieza de los equipos que se encuentran dentro del área de preparación de alimentos?			2.5	
8.6	¿Existen registros de mantenimiento de los equipos que se encuentran dentro del área de preparación de alimentos?			2.5	
TOTAL SOBRE 15					
9.0	CONTROL DE PRODUCTOS	CUMPLE	NO CUMPLE	PONDERACIÓN	CALIFICACIÓN
9.1	¿Los productos procesados que se utilizan para la preparación de alimentos se encuentran en buenas condiciones de conservación?			1.7	
9.2	¿Los productos procesados que se utilizan para la preparación de alimentos cuentan con registro sanitario?			1.7	
9.3	¿Los productos procesados que se utilizan tienen su tiempo de vida útil vigente?			1.7	
TOTAL SOBRE 5					
9.4	PRODUCTOS DE CONSUMO INMEDIATO	CUMPLE	NO CUMPLE	PONDERACIÓN	CALIFICACIÓN
9.4.1	¿El agua con la que se prepara las bebidas es procesada o hervida?			2	
9.4.2	¿Los productos se preparan en recipientes adecuados?			2	
9.4.3	¿Las materias primas se mantienen almacenadas en condiciones ambientales adecuadas para su conservación?			2	
9.4.4	¿Los productos se encuentran en buenas condiciones de conservación?			2	
9.4.5	¿No existen indicios de deterioro de los productos preparados?			2	
9.4.6	¿Los diferentes productos preparados se encuentran almacenados de acuerdo a la naturaleza y necesidad propia de cada uno de ellos y debidamente cubiertos para evitar contaminación?			2	
9.4.7	¿Se mantiene la cadena de frío en el manejo de los productos que requieren condiciones especiales de conservación?			2	
9.4.8	¿No se encuentran alimentos en contacto directo con el piso?			2	
10.0	CONTROL DE TABACO	CUMPLE	NO CUMPLE	PONDERACIÓN	CALIFICACIÓN
10.1	¿Los establecimientos cuentan con señalética apropiada para el no consumo de productos de tabaco (NO FUMAR) así como el número telefónico para denuncias?			2	
10.2	¿No se evidencia personas fumando en áreas no permitidas?			2	
TOTAL SOBRE 20					
TOTAL SOBRE 100					
11.0	INFORMACIÓN ADICIONAL (EXTRA)	CUMPLE	NO CUMPLE	PONDERACIÓN	CALIFICACIÓN
11.1	¿Existe señalética sobre los alimentos que pueden ocasionar alergias?			0.5	
11.2	¿Existe señalética de cómo proceder en caso de un atragantamiento (Maniobra de Heimlich)?			0.5	
11.3	¿Existe señalética adecuada para personas con discapacidad?			0.5	
11.4	¿Existe señalética que detalle los números de emergencia?			0.5	
TOTAL EXTRA SOBRE 2					
CALIFICACIÓN TOTAL					
6.0	PLAN DE MUESTREO	SI	NO	NO APLICA	
6.1	¿Requiere toma de muestra (s)?				

