



HIGIENE Y SEGURIDAD ALIMENTARIA

PARTE GENÉRICA



1. INTRODUCCIÓN

2. MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

3. LOS ALIMENTOS

3.1 CONCEPTO

3.2 TIPOS DE ALIMENTOS

3.3 TIPOS DE CONTAMINACIÓN

3.4 FUENTES DE CONTAMINACIÓN

4. ENFERMEDADES CAUSADAS POR LOS ALIMENTOS

4.1 TIPOS DE MICROORGANISMOS: BACTERIAS

4.2 FACTORES QUE INFLUYEN EN EL CRECIMIENTO DE LAS BACTERIAS

4.3 TIPOS DE ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN ALIMENTARIA

4.4 PRINCIPALES ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN ALIMENTARIA

4.5 ¿CÓMO PREVENIR LA CONTAMINACION DE LOS ALIMENTOS?

4.6 ALIMENTOS Y SU MANIPULACIÓN

5. HIGIENE PERSONAL DEL MANIPULADOR DE ALIMENTOS

5.1 DEFINICIONES

5.2 BUENAS COSTUMBRES. LIMPIEZA PERSONAL

6. REQUISITOS HIGIÉNICO-SANITARIOS DE LAS INSTALACIONES

6.1 REQUISITOS GENERALES DE LOS LOCALES DESTINADOS A PRODUCTOS ALIMENTICIOS (que no sean ambulantes o provisionales):

6.2 REQUISITOS ESPECÍFICOS DE LAS SALAS DONDE SE PREPARAN, TRATAN O TRANSFORMAN LOS PRODUCTOS ALIMENTICIOS (excluidos los comedores y los locales ambulantes)

6.3 REQUISITOS DEL EQUIPO

6.4 TRANSPORTE

7. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LAS INSTALACIONES

7.1 FASES DE LAS OPERACIONES DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

7.2 PROGRAMAS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

7.3 ALMACENAMIENTO Y ELIMINACIÓN DE DESECHOS



8. CONTROL DE PLAGAS

9. CONTROL DE CALIDAD: TRAZABILIDAD Y APPCC

9.1 TRAZABILIDAD

9.2 ANÁLISIS DE PUNTOS CRÍTICOS Y CONTROL

9.2.1 DEFINICIONES

9.2.2 PLANES DE APOYO DEL APPCC

9.2.3 PRINCIPIOS DEL SISTEMA DE APPCC

9.2.4 FASES DEL SISTEMA APPCC

10. ETIQUETADO DE LOS PRODUCTOS ALIMENTICIOS



1. INTRODUCCIÓN

En la Industria alimentaria la Higiene es una de las armas fundamentales para asegurar la calidad de los alimentos. El consumidor tiene derecho a acceder a alimentos seguros que no sean vehículos de enfermedad o intoxicación alimentaria. La industria consciente de su papel puede incorporar aquellos aspectos de la producción que permitan conseguir una mejora de las condiciones higiénicas de forma tan sencilla como adoptando un manual de Buenas Prácticas Higiénicas y de manipulación.

Las repercusiones que las posibles intoxicaciones alimentarias producidas por esta mala manipulación tienen para la Salud Pública son de una importancia vital, por ello se hace, no sólo necesario, sino imprescindible, que los trabajadores que manipulan los alimentos reciban una formación actual y precisa en materia de alimentación e higiene alimentaria, consiguiendo a través de esta formación que los alimentos que llegan al consumidor conserven su inocuidad, evitando así la aparición de intoxicaciones e infecciones alimentarias.

Los alimentos durante su producción, transporte, elaboración y manipulación son un importante vehículo de agentes capaces de provocar enfermedades en el hombre.

Las buenas prácticas comienzan con una adecuada formación que permita la adquisición de los conocimientos que cambien la visión hacia la mentalización higiénica adecuada para producir alimentos sin riesgo.

Actualmente, el marco legal de aplicación en relación con los manipuladores de alimentos se basa en dos reglamentos. Por un lado, el Reglamento (CE) 852/2004 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 29 de abril de 2004, relativo a la higiene de los productos alimenticios (concretamente, en el Capítulo VIII del Anexo II establece las condiciones de higiene personal de los trabajadores, y en el Capítulo XII del mismo Anexo II hace referencia a la formación que deben recibir los manipuladores de productos alimenticios) y por otro el Reglamento (CE) 882/2004 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 29 de abril de 2004, sobre los controles oficiales efectuados para garantizar la verificación del cumplimiento de la legislación en materia de piensos y alimentos y la normativa sobre salud animal y bienestar animal. Entre otros controles oficiales, se incluyen: la inspección de empresas alimentarias y de productos alimenticios, siendo necesario comprobar las condiciones de higiene y evaluar los procedimientos de buenas prácticas de fabricación y manipulación, al objeto de garantizar el objetivo de este reglamento (“prevenir, eliminar o reducir a niveles aceptables cualquier riesgo en la seguridad alimentaria”).



El 19 de febrero de 2010 se publicó el Real Decreto 109/2010, de 5 de febrero, *por el que se modifican diversos reales decretos en materia sanitaria*. Esta norma deroga expresamente el Real Decreto 202/2000, de 11 de febrero, *por el que se establecen las normas relativas a los manipuladores de alimentos*.

La derogación de dicho Real Decreto no disminuye el control oficial en la manipulación de los alimentos, sino que lo armoniza con el resto de las actividades de control y le dota de mayor coherencia con la legislación comunitaria en vigor. Por ello, la medida revierte en beneficio de una mayor eficiencia y eficacia en la seguridad de las prácticas relativas a la comercialización de alimentos. En este Real Decreto, la formación por parte de los operadores económicos es considerada un instrumento importante de garantía para dotar a los trabajadores de la industria alimentaria de la capacidad de aplicar de forma efectiva las prácticas correctas de higiene cumpliendo con la legislación vigente en materia de formación y mejorando hábitos en la manipulación de alimentos, que deriven en la posibilidad de dar una respuesta a las necesidades concretas de cada empresa alimentaria y a su vez generar alimentos seguros y de calidad.



2. MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

La seguridad alimentaria es el conjunto de medidas que garantizan que los alimentos que consumimos sean inocuos y conserven sus propiedades nutritivas. Para garantizarla y evitar enfermedades de origen alimentario, es de vital importancia conocer y cumplir con la normativa en materia de higiene a lo largo de la cadena alimentaria, haciendo especial hincapié en aquellas etapas o procesos que requieran la manipulación de los alimentos.



1 La producción primaria es el primer eslabón de la cadena y proporciona la materia prima: agricultura, ganadería, pesca y caza



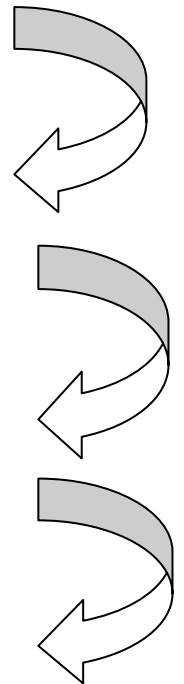
2 La industria alimentaria prepara y elabora los alimentos usando esas materias primas



3 Las tiendas, supermercados e hipermercados o establecimientos similares se encargan de la distribución y la venta.



4 El último eslabón de la cadena son los consumidores sobre los que recae la responsabilidad final de una buena manipulación.



Por lo tanto, siguiendo todas las fases de la cadena alimentaria se puede afirmar que son “**manipuladores de alimentos** todas aquellas personas que, por su actividad laboral, tienen contacto directo con los alimentos durante su preparación, fabricación, transformación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte, distribución, venta, suministro y servicio”.



Además se consideran manipuladores de mayor riesgo a aquellos cuyas prácticas de manipulación pueden ser determinantes en relación con la seguridad de los alimentos; en este grupo se incluyen los manipuladores dedicados a la elaboración y manipulación de comidas preparadas para venta, suministro y/o servicio directo al consumidor o colectividades.

El manipulador de los alimentos es un trabajador que ha de tener unos hábitos higiénicos más estrictos que otros trabajadores, debido a la gran responsabilidad de crear alimentos inocuos. Por ello debe adoptar un sistema de autocontrol higiénico en su trabajo y conocer el proceso de preparación y conservación de alimentos respetando las exigencias culinarias, sanitarias y nutritivas que permitan que el alimento llegue al consumidor en las mejores condiciones de calidad evitando que en muchos casos sea el manipulador el que interviene como vehículo de transmisión en la contaminación de alimentos, por actuaciones incorrectas y malas prácticas higiénicas.

3. LOS ALIMENTOS

3.1 CONCEPTO

Durante muchos años, el Código Alimentario Español (CAE) ha sido la norma española que ha tenido por finalidad definir, entre otros conceptos, lo que debía entenderse por alimento. Pero desde el 1 de febrero de 2002, los países miembros de la Unión Europea se han dotado de un concepto jurídico común para designar a los alimentos, al publicarse el Reglamento CE nº 178/2002, del Parlamento Europeo y del Consejo, de 28 de enero de 2002. Mediante este reglamento se establecen los principios y los requisitos de la legislación alimentaria y se creaba la Autoridad Alimentaria Europea.

Es este organismo, la Autoridad Alimentaria Europea, el que da una definición de alimento común para todos los estados miembros, con los siguientes objetivos:

- garantizar la seguridad alimentaria y la salud de los consumidores
- facilitar y asegurar el funcionamiento del mercado interior
- evitar condiciones desiguales de competencia
- eliminar la inseguridad jurídica, tanto para consumidores como para operadores económicos (productores, distribuidores, importadores, etc.).

El concepto de alimento ha quedado reservado, de forma común, a **“cualquier sustancia o producto destinados a ser ingeridos por los seres humanos o**



con probabilidad de serlo, tanto si han sido procesados entera o parcialmente, como si no”.

El Reglamento extiende, por tanto, el concepto de alimento a todas aquellas sustancias, ingredientes, materias primas, aditivos y nutrientes ingeridos por el ser humano a través del tracto gastrointestinal. En la nueva definición común adoptada se consideran alimentos a las bebidas, la goma de mascar y el agua, así como cualquier sustancia incorporada voluntariamente al alimento durante su fabricación, preparación o tratamiento, por ejemplo, aditivos, grasas y vitaminas, y los residuos derivados de la producción y el procesamiento de alimentos, como son los residuos de medicamentos veterinarios y de plaguicidas.

Sin embargo, **NO** serán considerados como tales: los piensos, las plantas antes de la cosecha, los medicamentos, los cosméticos, el tabaco y los productos tabacaleros, las sustancias narcóticas o psicotrópicas y los animales vivos (salvo los que estén preparados, envasados y/o servidos para el consumo humano en ese estado, como es el caso de las ostras).

3.2 TIPOS DE ALIMENTOS

Los alimentos se pueden clasificar según:

a) Puedan o no causar un efecto perjudicial en la salud del consumidor:

- **Nocivos:** Todos los alimentos que consumidos pueden provocar de forma aguda o crónica efectos perjudiciales en el consumidor.
- **Inocuos:** Conjunto de condiciones que reúne un alimento o proceso que garantiza la ausencia de factores capaces de producir efectos perjudiciales para el consumidor.

b) Sus condiciones de conservación:

- **Alimentos perecederos** (según Código Alimentario Español). Aquellos que, por sus características, exigen condiciones especiales de conservación en sus períodos de almacenamiento y transporte. Se alteran con rapidez, debiéndose consumir en un breve plazo de tiempo. Entre ellos, siempre que se presenten sin procesar, debemos de destacar los huevos, la leche, la carne o el pescado.



- **Alimentos semiperecederos** (según Código Alimentario Español). Los que han sido conservados o procesados por diferentes procedimientos que les permiten una duración más prolongada en condiciones adecuadas. La congelación, la deshidratación, el salazón, el ahumado, el enlatado o la uperización (en el caso de la leche) son algunos ejemplos de los métodos o procesos utilizados.
- **Alimento no perecedero** es aquél que no requiere condiciones especiales de conservación, por ejemplo: legumbres, cereales, frutos secos. Aunque no requieran almacenamiento en frío, estos alimentos hay que preservarlos de la humedad y de la suciedad.

c) *La presencia de alteraciones o contaminaciones que lo hagan inadecuado para su consumo:*

La alteración de los alimentos puede deberse a factores ambientales físicos, como la temperatura, la luz o el aire, que modifican las características de los productos. Otra posibilidad es que, bajo determinadas condiciones y debido a los propios componentes de los alimentos o a su contacto con otros de su entorno, se desencadenen reacciones químicas que contribuyen a la alteración del producto.

- **Alimento Alterado:** Es el alimento que por causas naturales, físicas, químicas, biológicas o provenientes de tratamientos inadecuados, ha sufrido un deterioro en sus características organolépticas y valor nutritivo, que lo hacen poco apto para el consumo humano. Son fácilmente detectables por su color, olor, sabor y/o aspecto.

Las alteraciones mas comunes que pueden aparecer en los alimentos se deben a diferentes factores tales como:

- Frío: puede provocar por ejemplo solidificación del aceite o de la miel
- Viento: puede provocar desecación de alimentos
- Calor: provoca la perdida de vitaminas
- Formación de gases: que puede provocar abombamiento en latas de conserva o en envases
- Oxidación de las grasas que provoca enranciamiento de los productos



- Tiempo: puede provocar el ablandamiento o la putrefacción de los alimentos
 - Acidificaciones de determinados alimentos como los lácteos.
- **Alimento deteriorado**: Es en el cual se produjo envejecimiento, cambio de color, abolladura, rotura, mal cerrado de los envases e injurias externas al envoltorio del producto envasado. Estos deterioros pueden producir posterior contaminación.
 - **Alimento Contaminado**: Es aquél que contiene gérmenes patógenos, sustancias químicas o radiactivas, toxinas, parásitos o cualquier cuerpo extraño a la composición del alimento, que permite la transmisión de enfermedades al hombre o a los animales. También si contienen componentes naturales tóxicos en concentraciones mayores a las permitidas.

3.3 TIPOS DE CONTAMINACIÓN

La contaminación de los alimentos se produce cuando éstos entran en contacto con determinados elementos o sustancias que los hacen peligrosos para el consumo.

Según su naturaleza, los agentes contaminantes se clasifican en agentes físicos, químicos y biológicos.

CONTAMINACIÓN POR AGENTES FÍSICOS:

Están constituidos por partículas y cuerpos extraños que llegan al alimento, generalmente durante su manipulación o transporte.



- . Partículas de vidrio.
- . Madera.
- . Plástico.
- . Trozos de hueso, plumas, contenido intestinal.
- . Restos orgánicos (pelos, uñas, restos de comida...).
- . Artículos de uso personal (relojes, anillos...).



CONTAMINACIÓN POR AGENTES QUÍMICOS:

Algunos tóxicos de origen químico pueden estar presentes en los alimentos de forma natural; éste es el caso de algunas toxinas vegetales y animales o las toxinas presentes en determinados hongos.

Otros agentes químicos se pueden incorporar a los alimentos de forma accidental:

- . Aditivos para alimentos.
- . Herbicidas, pesticidas, restos de medicamentos.
- . Productos destinados a limpieza y desinfección.
- . Productos utilizados durante el funcionamiento o mantenimiento de las máquinas y equipos (aceites, lubricantes...).



3.4 FUENTES DE CONTAMINACIÓN

Clasificamos las fuentes de contaminación según su origen:

- De origen **endógeno**, es decir cuando el microorganismo está ya presente en el alimento antes de su obtención y que provoca la zoonosis (enfermedad infecciosa transmitida al hombre a través de los animales). De escasa importancia en el tema que nos ocupa ya que son retirados del consumo (vacas, cerdos... decomisados en el matadero) o inactivados (leche pasteurizada) antes de su llegada al consumidor.



- De origen **exógeno**, llegan a los alimentos durante su obtención, transporte, transformación, elaboración, conservación, distribución, comercialización o tratamiento culinario.

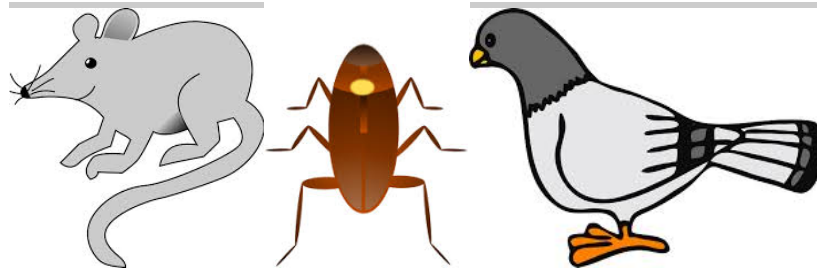
Las principales fuentes de contaminación exógena pueden ser:

- **El medio ambiente:** agua (contaminada o no potable), polvo, tierra, aire... a través de todos ellos se transmiten microorganismos que pueden contaminar el alimento. Existen grandes cantidades de gérmenes en el polvo, flotando en el aire, por esto es tan importante tapar los alimentos especialmente cuando se está limpiando o barriendo.



- **Plagas:** seres vivos citados anteriormente como insectos, roedores, aves o parásitos

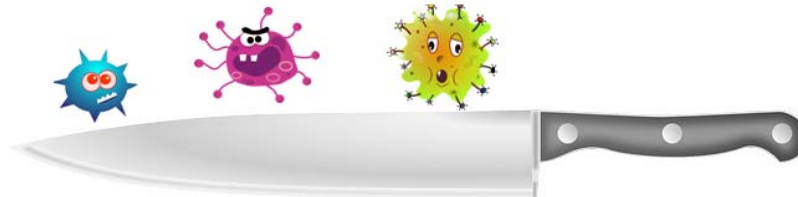
- Las moscas pueden transportar en sus patas gérmenes adheridos al posarse sobre heces, basuras...
- Las cucarachas a menudo viven en los desagües y se alimentan de desperdicios contaminados.
- Las ratas y los ratones pueden contaminar con gérmenes procedentes de sus excrementos, orina, pelos, etc. Pueden transmitir gérmenes muy patógenos como la *salmonella*.



- **Utensilios y locales:** si no tienen la higiene adecuada serán foco de infección.

- A través de utensilios mal lavados o lo utilizamos para partir una tarta sin haberlo limpiado antes, podemos haber contaminado con gérmenes un producto listo para su consumo por otro que todavía no está cocinado.

- También pueden ser vehículos de gérmenes si lo usamos para probar comidas y seguimos manipulando alimentos con ellos.
- Otros útiles, como trapos de cocina, tabla de cortar, superficies de trabajo, etc.



- **Basuras:** si hay basuras cerca de los alimentos podrán contaminarlos.



- **Manipulador de alimentos:**

- Al hablar, toser o estornudar se eliminan unas gotitas y secreciones de nariz y garganta que están cargadas de gérmenes y pueden caer en los alimentos expuestos.
- A través de las manos. Las manos se contaminan con heces, carne, sudor..., otras veces al tocar productos o alimentos infectados, al tocar un animal y



no lavarse las manos. Un alimento crudo en principio hay que considerarlo como un alimento contaminante.

- Por las ropas sucias o contaminadas.
- Mediante las heridas de la piel, granos, orzuelos.



- **Contaminación cruzada:** puede producirse si mezclamos alimentos crudos que contienen bacterias patógenas, con otros alimentos elaborados y listos para su consumo. (Las bacterias pueden transmitirse a través de las manos del manipulador, trapos, cuchillos, tablas de corte, superficies de trabajo, etc.).

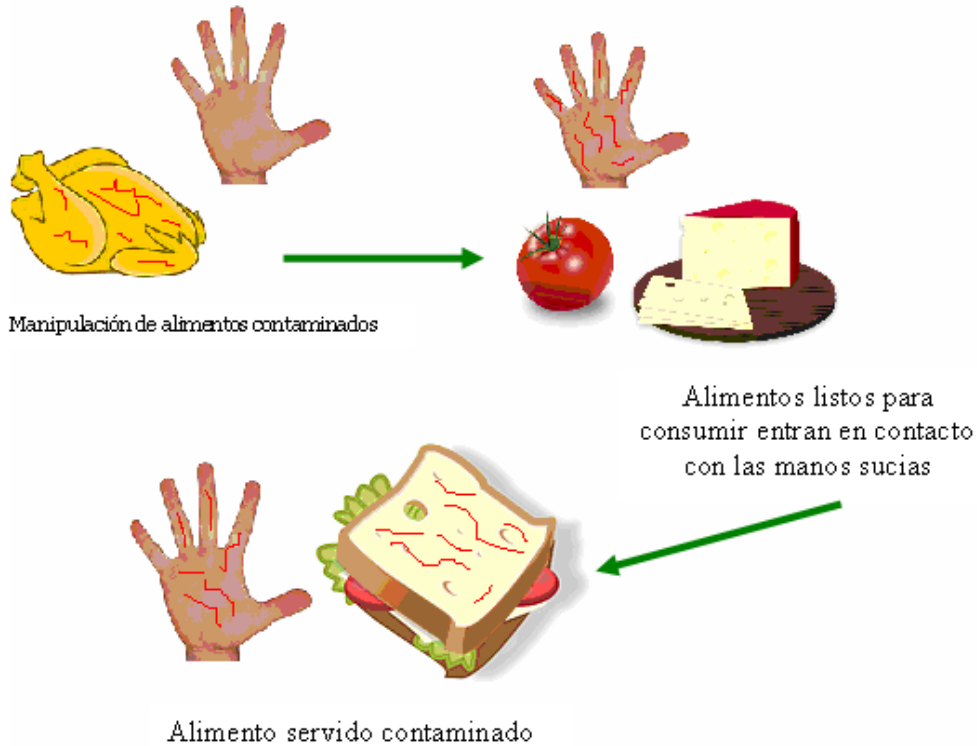
La contaminación cruzada puede deberse principalmente a tres procesos:

- Contacto entre materia prima cruda contaminada con alimentos ya cocinados libres de contaminación; puede deberse a un mal almacenado de los productos.

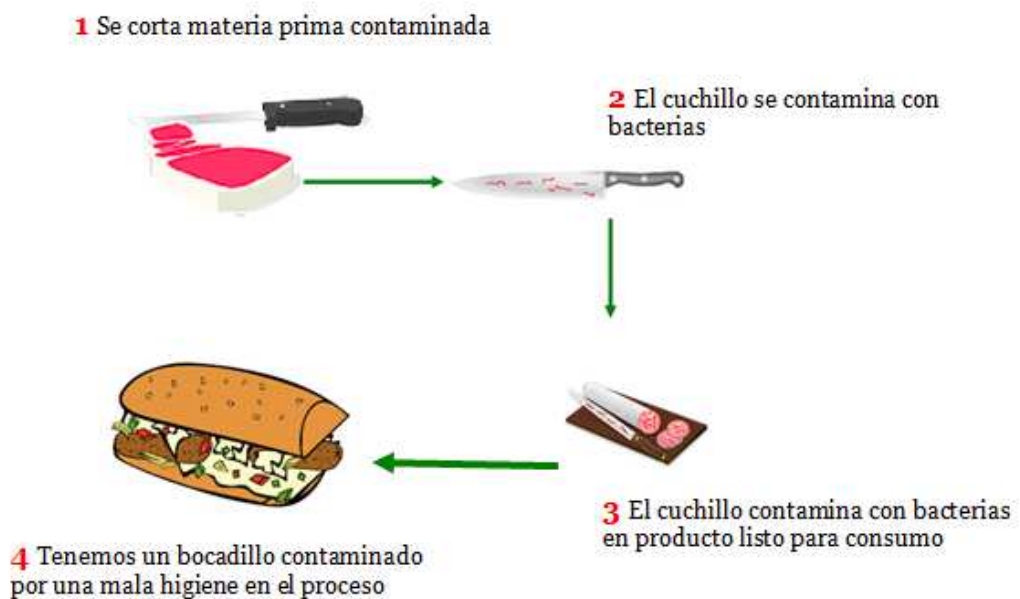




- Manipulación de materia prima cruda contaminada y sin la correspondiente higiene, manipulación de productos listos para el consumo.



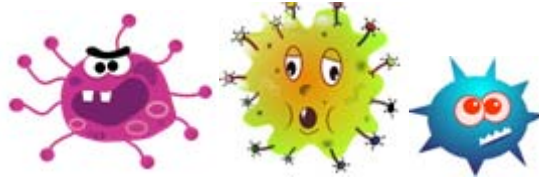
- Uso de los mismos utensilios de cocina para manipular producto fresco y alimentos listos para el consumo sin haber una limpieza y desinfección entre dichos procesos.





4 ENFERMEDADES CAUSADAS POR LOS ALIMENTOS

4.1 TIPOS DE MICROORGANISMOS: BACTERIAS



¿Debemos temer a todos los microorganismos?

Los microorganismos, también llamados gérmenes o microbios, son seres vivos microscópicos de formas muy variadas y con un tamaño muy pequeño (de 2 a 10 milésimas de milímetro) que únicamente son visibles al microscopio. Se clasifican en virus, bacterias y hongos (mohos y levaduras).

Las bacterias son los principales agentes causantes de la contaminación de los productos alimenticios. Se encuentran en cualquier lugar (agua, aire, suelo...) e incluso en las personas y animales.

Existen algunas bacterias inofensivas denominadas banales que originan alteraciones en la calidad de los alimentos “avisándonos” de su presencia, por ejemplo, pudriéndolos o cambiando su color, olor, sabor o textura (la leche se corta o la nata se pica) y otras bacterias beneficiosas sin las cuales serían imposibles de realizar muchos de los procesos tecnológicos alimentarios. Un ejemplo es el caso de las bacterias lácticas, que posibilitan la fabricación del yogur o del queso. Otro ejemplo es el de la bacteria acética que permite la fabricación del vinagre, vino, cerveza o pan.

Sin embargo, la mayoría de las bacterias son perjudiciales y producen alteraciones en los alimentos o los contaminan de forma que pueden producir enfermedades. Estas son las bacterias patógenas que son los más peligrosas, porque a simple vista no producen cambios en el alimento.

4.2 FACTORES QUE INFLUYEN EN EL CRECIMIENTO DE LAS BACTERIAS

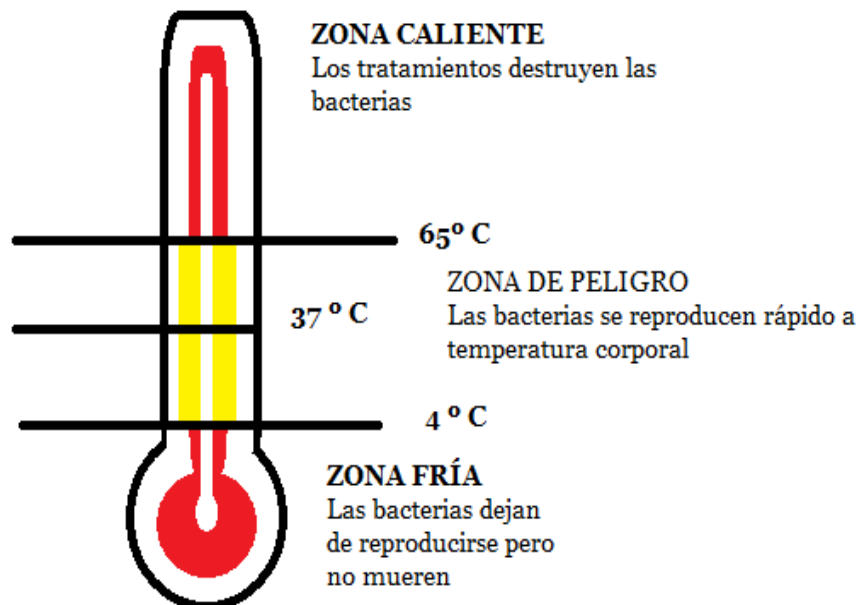
Los efectos de las bacterias patógenas sobre el organismo de los seres humanos pueden deberse por un lado, a que su propia presencia en el alimento resulte nociva o a que estas bacterias produzcan toxinas que sean las que originen la enfermedad.



En cualquiera de los casos, los factores determinantes en la vida de las bacterias son los siguientes:

A) FACTOR TEMPERATURA

Los gérmenes capaces de producir enfermedades en el hombre crecen de forma óptima a la temperatura del cuerpo humano, es decir, alrededor de 37°C. A medida que las temperaturas se desvían de este óptimo, tanto si aumenta la temperatura como si disminuye, la vida de los microorganismos se ve alterada.



- Las bacterias son capaces de desarrollarse en un rango de temperaturas comprendido entre 5° y 65°C
- A temperaturas de refrigeración (de 0 a 5 °C) las bacterias se multiplican muy lentamente. A temperaturas de congelación (inferiores a 0 °C) las bacterias no pueden multiplicarse y se paraliza su actividad pero no mueren.
- Por encima de 65 °C la mayoría de las bacterias se deteriora, y a partir de 70 °C (cocinado), comienzan a morir. Cuanto mayor es la temperatura menor es el tiempo necesario para destruirlas.

El hecho de que las temperaturas de congelación no provoquen la muerte de las bacterias sino su inactivación, ayuda a comprender que un alimento congelado no es un alimento estéril ya que si existía contaminación microbiana previa al proceso de congelación, algunas bacterias pueden volver a reproducirse en cuanto se encuentren a una adecuada para ello.



Por el contrario cuando nos movemos en temperaturas superiores a 65°C, la mayoría de las bacterias patógenas comienzan a morir y es a 100°C cuando la mayoría de los gérmenes patógenos no pueden subsistir durante más de 1 ó 2 minutos (en este efecto se basan muchas técnicas de conservación de alimentos). El calor a su vez, destruye muchas de las toxinas que generan los microorganismos patógenos (por ejemplo la toxina botulínica se destruye a 100°C durante 10 minutos). Otras bacterias, cuando las condiciones del medio que habitan no les son favorables, son capaces de generar unas formas de resistencia llamadas esporas para poder sobrevivir. Cuando las condiciones de temperatura, humedad y alimentación vuelven a ser propicias, germinan y vuelven a reproducirse en el alimento.

B) FACTOR HUMEDAD

El agua es un elemento indispensable para la vida, por lo que su ausencia dificulta el desarrollo de los microorganismos.

La deshidratación es un método de conservación de alimentos basado en la reducción de la cantidad de agua disponible de un alimento para que puedan crecer los microorganismos. Con el curado, sazonado o con la adición de azúcar (almíbar), también se reduce la cantidad de agua disponible de un alimento.

Por ejemplo la miel es un alimento muy estable desde el punto de vista microbiológico debido a que su alto contenido en azúcar capta todo el agua disponible y no permite que la usen las bacterias; por el contrario, el queso fresco es un alimento con alto contenido en humedad que tiende a deteriorarse en muy poco tiempo.



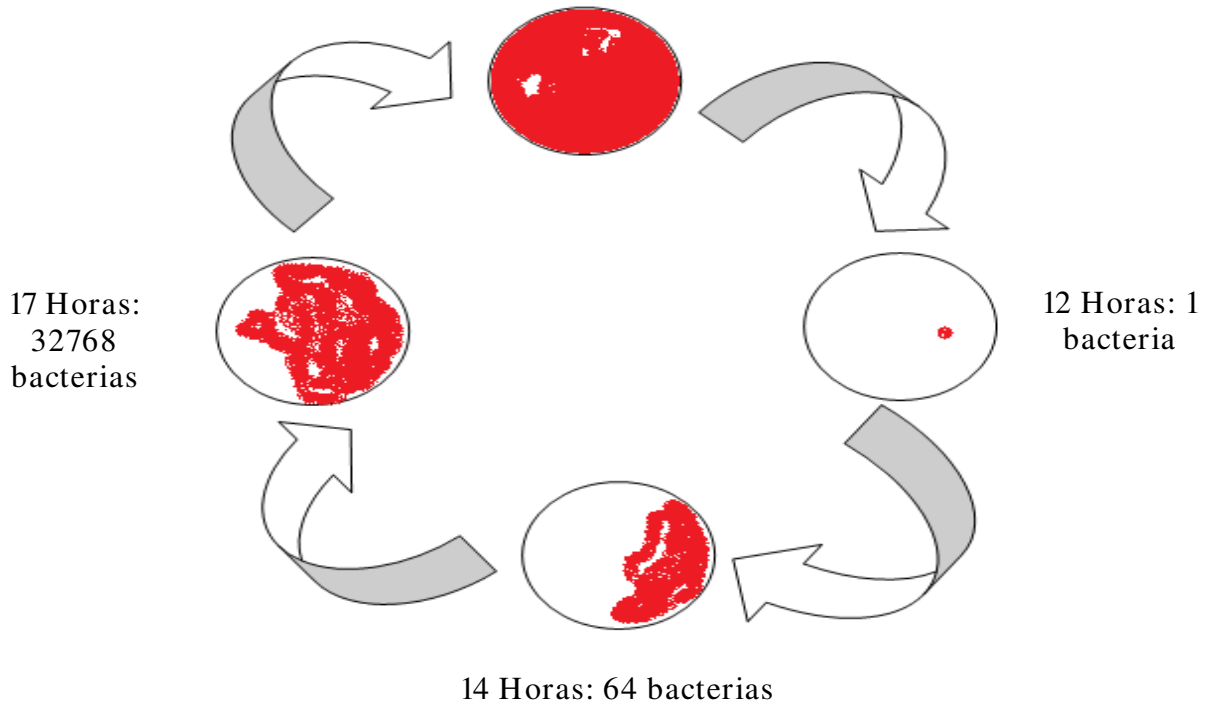
C) FACTOR TIEMPO

El crecimiento bacteriano a condiciones óptimas de temperatura y humedad es muy rápido, ya que en un intervalo de 15 o 20 minutos las bacterias duplican su número debido a su crecimiento exponencial.

En doce horas una bacteria puede dar lugar a 15 millones de ellas.



19 Horas: 2097152 bacterias



D) FACTOR ACIDEZ

La mayoría de las bacterias tiene dificultades para desarrollarse en medios ácidos y es por ello, que uno de los métodos de conservación mas usado a lo largo de la historia haya sido el de acidificar el medio con ácidos débiles como el vinagre o el limón.

La acidez se mide con la escala pH que va de 1 (muy ácido) a 14 (muy básico o alcalino). Muchos de los microorganismos patógenos se desarrollan a pH entre 6,5 y 7,5 (pH neutro), pudiendo variar su supervivencia si se adicionen al alimento sustancias ácidas o alcalinas.



pH ácido dificulta el crecimiento bacteriano

E) FACTOR PRESENCIA/ AUSENCIA DE OXIGENO

La mayoría de las bacterias precisan aire para crecer activamente, y el crecimiento de muchas se puede inhibir con el dióxido de carbono. Algunas bacterias, las anaerobias, crecerán solamente en ausencia de oxígeno. Entre ambos extremos existen diversas condiciones atmosféricas para las necesidades óptimas de diferentes bacterias.

Las necesidades de los microorganismos varían en cuanto al oxígeno, existiendo en la naturaleza distintos tipos:

- **AEROBIOS:** Microorganismos que necesitan oxígeno para desarrollarse
- **ANAEROBIOS:** Microorganismos que necesitan la ausencia de oxígeno en su desarrollo
- **ANAEROBIOS FACULTATIVOS:** Microorganismos que se adaptan a las dos condiciones

F) FACTOR COMPOSICION DEL ALIMENTO

La cantidad de sustancias nutritivas que contiene un alimento, influye en el desarrollo de las bacterias.

Los microorganismos necesitan proteínas, hidratos de carbono y grasas para poder vivir. Estos componentes los tienen en mayor o menor medida en todos los alimentos. Cuantas más sustancias nutritivas encuentren en el alimento, más se desarrollarán y mejor crecerán.

Prácticamente todos los alimentos consumidos por el hombre pueden resultar contaminados por bacterias, pero es en los alimentos ricos en proteínas donde mejor se desarrollan (carnes, pescados, productos lácteos, salsas y huevos).

4.3 TIPOS DE ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN ALIMENTARIA

A través de los alimentos se pueden transmitir múltiples enfermedades pudiendo constituir un problema de salud pública.

Los alimentos pueden transmitir enfermedades debido a contaminaciones físicas (presencia de cristales, componentes biológicos, etc), químicas (restos de detergentes,



desinfectantes, dioxinas,...) o biológicas (presencia de microorganismos patógenos), así como a la presencia de venenos naturales (setas venenosas).

Los efectos generados por las bacterias patógenas son:

- **Infecciones:** la propia presencia en el alimento resulta nociva para la salud una vez ingerido
- **Intoxicaciones:** causadas por el consumo de alimentos que contienen sustancias tóxicas, como restos de pesticidas en vegetales o productos tóxicos formados por la descomposición del propio alimento. Algunos microorganismos también producen toxinas.
- **Toxiinfecciones alimentarias:** originadas por la presencia en los alimentos de gérmenes patógenos que, además de reproducirse, producen toxinas.

En las infecciones o intoxicaciones alimentarias hay que tener en cuenta tres aspectos fundamentales:

<p>Tipo de agente que la genera</p>	<p>Existen gérmenes tóxicos y nocivos para el ser humano</p>
<p>Dosis ingerida del germen que contiene el alimento o de la sustancia tóxica o toxina que produce</p>	<p>Normalmente se necesita una alta concentración de gérmenes en el alimento, aunque algunas toxiinfecciones se desarrollan con pequeñas cantidades de microbios o toxinas</p>
<p>Características particulares del individuo afectado</p>	<p>Influyen factores como la edad, el hábitat, la raza, la resistencia, las condiciones del sistema inmune</p>



4.4 PRINCIPALES ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN ALIMENTARIA

Existen distintos tipos de microorganismos capaces de provocar enfermedades relacionadas con la ingesta de alimentos: *Salmonella*, *Clostridium botulinum*, *Staphylococcus aureus*, *Listeria monocytogenes* y *Escherichia coli* son los nombres de los habitualmente implicados en dolencias de este tipo.

Las infecciones o toxiinfecciones más comunes son:

***Salmonella spp*:**

ORIGEN	CAUSA DE LA ENFERMEDAD	SINTOMATOLOGÍA
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Alimentos de origen animal: si el animal era portador y además se ingiere la carne cruda o poco cocinada. ❖ Verduras regadas con agua contaminada. ❖ Vía fecal-oral (ej. no lavarse las manos después de ir al servicio) ❖ Contaminación cruzada: superficies, utensilio, manipuladores, otros alimentos, etc. ❖ Contaminación en el matadero por rotura intestinal durante el sacrificio/ eviscerado. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Es necesario un número elevado de microorganismos para que se produzca la enfermedad: evitar las condiciones idóneas de multiplicación. ❖ Se destruye a 65° C. ❖ No produce toxina. ❖ No produce esporas. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Periodo de incubación: 6-72 h. ❖ Duración: 11-18 días. ❖ Síntomas: <ul style="list-style-type: none"> - diarreas graves - fiebre - dolor de cabeza y abdominal ❖ En personas débiles puede producir la muerte.



Escherichia coli

ORIGEN	CAUSA DE LA ENFERMEDAD	SINTOMATOLOGÍA
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Vía fecal-oral. ❖ Vía persona-persona. ❖ Vía animal-persona. ❖ Contaminación cruzada. ❖ Más frecuente en carnes crudas, aguas sin tratar y leche cruda. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Las bacterias vivas causan la enfermedad. ❖ Es suficiente una dosis reducida de bacterias. ❖ Casos esporádicos y brotes. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Periodo de incubación: 3-5 días. ❖ Duración: 1,5-10 días. ❖ Síntomas: diarreas, dolor abdominal, fiebre y náuseas.

Listeria monocytogenes

ORIGEN	CAUSA DE LA ENFERMEDAD	SINTOMATOLOGÍA
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se encuentra con frecuencia en: vegetales en descomposición, heces animales, aguas residuales, suelo, piensos, etc. ❖ Vías de transmisión: contacto con animales, infección cruzada entre recién nacidos, transmisión por alimentos (la más habitual). 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se pueden dar brotes epidémicos y casos esporádicos. ❖ La agresividad de la enfermedad depende de: <ul style="list-style-type: none"> - virulencia de la cepa - estado inmunitario - cantidad de bacteria. ❖ A temperatura de refrigeración crece mejor que otras bacterias. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ La bacteria coloniza el tracto gastrointestinal y pasa a la sangre. ❖ Síntomas: puede producir infección de útero, septicemia, meningitis, vómitos, diarrea, etc.



Las intoxicaciones más comunes son:

Clostridium perfringens

ORIGEN	CAUSA DE LA ENFERMEDAD	SINTOMATOLOGÍA
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se encuentra en intestino de humanos y animales, suelo, polvo, moscas y otros insectos. ❖ Alimentos contaminados frecuentemente con esporas: carne de mamíferos y aves de corral, productos deshidratados. ❖ Normalmente el origen está en platos cocinados con carne de mamífero que se dejan enfriar lentamente. ❖ Crece sin oxígeno. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Forma esporas que resisten el cocinado (incluso 5 h a 100°C) y a partir de estas crece gran cantidad de bacterias. ❖ Toxina liberada en el intestino por la bacteria ingerida. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Periodo de incubación: 2-6 h. ❖ Duración de la enfermedad: menos de 24 h. ❖ Síntomas: náuseas, vómitos, diarreas, espasmos intestinales, escalofríos y mareos en algunas ocasiones. Sin fiebre.



Clostridium botulinum (BOTULISMO)

ORIGEN	CAUSA DE LA ENFERMEDAD	SINTOMATOLOGÍA
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Muy distribuido en la naturaleza. ❖ Resiste largos periodos como espora en polvo y tierra. ❖ Alimentos con mayor riesgo: <ul style="list-style-type: none"> -conservas caseras -verduras crecidas en suelos contaminados -embutidos. ❖ Necesita ambientes con poco oxígeno para multiplicarse. ❖ Esporas resistentes (cocer a 120° C durante al menos 6 min.) 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ La bacteria crece en el alimento y produce la toxina causante de la enfermedad. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Enfermedad infrecuente pero grave y a veces fatal. ❖ Periodo de incubación: 12-96 h. ❖ Síntomas: fatiga, dolor de cabeza, vértigo, diarrea (sólo al principio), parálisis progresiva, síntomas neurológicos. ❖ Si no se administra pronto la antitoxina se suele producir la muerte en 8 días.



Staphylococcus aureus

ORIGEN	CAUSA DE LA ENFERMEDAD	SINTOMATOLOGÍA
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se encuentra de forma natural en piel, nariz, boca y manos. ❖ Focos de infección: heridas infectadas, cortes en manos, flemones, granos. ❖ Muy frecuente en animales domésticos. ❖ Vías de contaminación: manipuladores, alimentos desde su origen. ❖ Más frecuente en: productos de pastelería, helados, carne de ave, fiambres cocidos, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Toxina producida por la bacteria en alimentos manipulados después de su cocinado. ❖ El microorganismo se destruye con calor, pero la toxina puede soportar 100° C durante 30 min. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Periodo de incubación: 2-6 h. ❖ Duración de la enfermedad: menos de 24 h. ❖ Síntomas: náuseas, vómitos, diarreas, espasmos intestinales, escalofríos y mareos en algunas ocasiones. Sin fiebre.

Existen otras contaminaciones biológicas de los alimentos que no están provocadas por bacterias sino por parásitos. Estos pueden verse a simple vista y ocasionan problemas de salud pública ocasionados por su ingestión. Los más relevantes son:

- *Trichinella spiralis* (triquinosis) que puede ocasionar problemas si no hay una supervisión veterinaria; el problema se deriva de un consumo de carne cruda o poco cocida de ciervo, cerdo o jabalí que esté infectada con triquinas y no hayan pasado los controles sanitarios. Esto puede darse con la caza furtiva.
- *Anisakis (anisaquiosis)*: es un gusano presente en muchas especies marinas. El hombre es un huésped accidental. Su consumo puede provocar fuertes dolores abdominales, vómitos, diarreas e inflamación intestinal. Además puede provocar alergias en el ser humano debido al gran desarrollo de anticuerpos que se generan para combatir al parásito que se mantienen activos incluso después de haber eliminado el gusano lo que hace que comer pescado portador de anisakis sea arriesgado y pueda provocar un choque anafiláctico.



4.5 ¿CÓMO PREVENIR LA CONTAMINACION DE LOS ALIMENTOS?

Existen cuatro medidas que puedan favorecer la prevención de la proliferación de los microorganismos en los alimentos:

1. LIMPIEZA

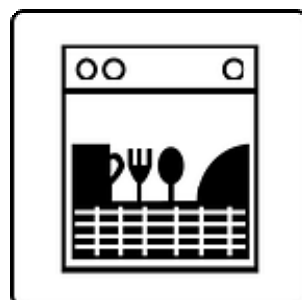
- Lavarse bien las manos con agua caliente y jabón cada vez que sea necesario (antes de preparar alimentos, después de utilizar los servicios higiénicos, haber tocado alimentos crudos, animales, basuras u otros objetos contaminados).



- Lavar bien todas las superficies y los útiles de trabajo (cuchillos, cazos, cazuelas, batidoras,...) con agua caliente y jabón después de cada uso y antes de pasar a la siguiente etapa.

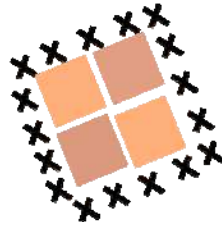


- Utilizar tablas de cortar de material no poroso y lavarlas en el lavavajillas, o bien con agua caliente y jabón, después de cada uso.





- Utilizar paños de un solo uso para lavar y secar las superficies de la cocina que van a estar en contacto con alimentos.



2. SEPARAR

Es de vital importancia separar correctamente los alimentos ya listos para el consumo de aquellas materias primas o superficies o útiles de trabajo que puedan estar contaminados con la presencia de microorganismos. Para ello se recomienda:

- Durante todas las etapas de manipulación y almacenamiento de los alimentos crudos es necesario mantenerlos separados del resto de productos preparados colocándolos en la parte baja del frigorífico para evitar que los jugos que desprenden puedan contaminar otros alimentos.
- Utilizar tablas de cortar, cuchillos y utensilios diferentes para manipular alimentos crudos y productos listos para consumir y no colocar nunca un alimento cocinado sobre un recipiente que ha estado en contacto con alimentos crudos sin lavarse previamente.
- Lavar siempre las manos, tablas de cortar, cuchillos y demás utensilios con agua jabonosa caliente después de que hayan estado en contacto con alimentos crudos.

3. COCINAR

Para conseguir eliminar las bacterias presentes en los alimentos hay que cocinarlos durante un tiempo adecuado y a una temperatura que lo consiga. Para ello es necesario:

- Alcanzar una temperatura de cocción de al menos 65°C en el centro del producto.
- Si el producto se calienta al microondas hay que asegurarse que no queden zonas frías, el calor debe ser uniforme.
- Si se recalientan los alimentos es necesario alcanzar 65°



4. ENFRIAR Y CONSERVAR

Las temperaturas de refrigeración impiden o ralentizan el crecimiento de los microorganismos por lo que una vez cocinado el alimento hay que enfriarlo lo más rápido posible por lo que:

- Habrá que someter a refrigeración los alimentos ya listos para el consumo antes de que transcurran dos horas después del cocinado.
- No se deben descongelar los alimentos a temperatura ambiente, siempre en refrigeración.
- Colocar los alimentos en la cámara o nevera de tal manera que se consiga que el flujo de aire frío circule entre ellos.
- Comprobar el correcto funcionamiento de los equipos de refrigeración periódicamente.



4.6 ALIMENTOS Y SU MANIPULACIÓN

1. **RECEPCIÓN DE MATERIA PRIMA:**

Etapa de gran importancia en el proceso de fabricación y manipulación de alimentos que comprende el periodo de tiempo entre la descarga de los ingredientes o la materia prima y su correcto almacenaje en los almacenes o cámaras de la industria.



En el caso de que las materias primas estén constituidas por materia prima refrigerada o congelada deberá verificarse que en su transporte no se haya roto la cadena de frío y deberán almacenarse rápidamente sin apoyarse directamente sobre el suelo o sobre superficies que puedan estar contaminadas. En caso de que estas materias lleguen en mal estado o se haya roto la cadena de frío se devolverán al proveedor.

Se rellenara un registro de los productos que llegan anotando como mínimo día de llegada, proveedor, lote, cantidad. En caso de tratarse de productos en frío, también debe anotarse la temperatura a la que llegan.

2. CONSERVACIÓN:

La vida útil es el tiempo máximo en el que un alimento conserva todas sus propiedades organolépticas, nutricionales y sanitarias.

La conservación junto con un correcto almacenamiento, tiene como objetivo aumentar la vida útil de los alimentos.

La aplicación de frío y de calor sobre el alimento son dos de los principales métodos de conservación, aunque existen muchos otros que hacen disminuir la cantidad de microorganismos presentes en el alimento:

- **APLICACIÓN DE FRÍO**

- a. Refrigeración**

Como ya hemos adelantado, la refrigeración consiste en someter a los alimentos a temperaturas entre 0° y 5°C, que harán que los microorganismos se multipliquen mas lentamente consiguiendo una vida útil mayor.

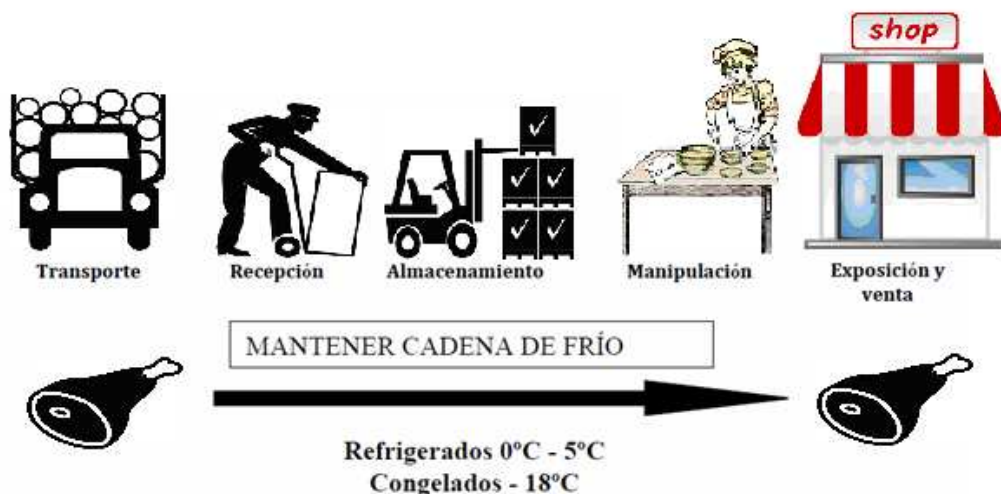
- b. Congelación**

En congelación sometemos al alimento a temperaturas menores a -18°C. Así los microorganismos mueren pero se paraliza totalmente su actividad permitiendo conservar el producto meses.



APLICACIÓN DE FRÍO	
Método de conservación	Temperatura
Refrigeración	0-6 °C
Congelación	-18° C (conservación) -30° C (inactivación microbiana)

En este punto es muy importante definir la **cadena de frío** y su importancia en los alimentos. Hay que mantener el frío (refrigeración o congelación) a una temperatura adecuada durante toda la cadena alimentaria, es decir en todas las etapas por las que pase el alimento hasta que llegue al consumidor. Si esta temperatura no se mantiene el alimento puede sufrir cambios que harán disminuir la vida útil y que pueda ponerse en peligro al consumidor.





- **APLICACIÓN DE CALOR**

Las altas temperaturas son las únicas que destruyen a los microorganismos. Hay diferentes maneras de aplicar el calor a los productos:

a. Pasteurización

Consiste en someter al alimento a temperaturas cercanas a 80°C. Así destruimos bastantes microorganismos, pero no todos, por ello es importante que después de pasteurizar se conserven estos alimentos en refrigeración para que los posibles microorganismos que hayan sobrevivido no proliferen. La vida útil del alimento sometido a este tratamiento térmico es baja. Ej: leche pasteurizada.

b. Cocción

Someter al alimento a temperaturas de unos 100°C. Con este método eliminamos gran parte de los microorganismos pero no sus esporas. El alimento sometido a este tratamiento modifica sus propiedades organolépticas.

c. Esterilización

Se somete al alimento a temperaturas cercanas a 120°C, así destruimos todos los microorganismos que haya en el alimento, incluso sus esporas.

d. Uperización (UHT)

Es un sistema donde aplicamos una alta temperatura muy poco tiempo, pero suficiente para eliminar todos los microorganismos y sus esporas, y hacer que el alimento sufra lo menos posible por este tratamiento térmico. Ej: Leche UHT (podemos guardarla fuera del frigorífico)



APLICACIÓN DE CALOR	
Método de conservación	Temperatura
Pasteurización	70-80°C
Cocinado	Cocción 100°C Fritura 170°C
Esterilización industrial	110-120 °C
Uperización	150°C

- **ELIMINACIÓN DE PARTE DEL AGUA DEL ALIMENTO**

Al eliminar agua, hace que esta no este disponible para los microorganismos y por lo tanto estos no puedan proliferar. Para ello existen diferentes técnicas:

a. Deseccación o evaporación

Consiste en la eliminación en lo posible de la humedad del alimento. La deseccación puede aplicarse a productos como los embutidos, las uvas pasas, higos secos etc mientras que la evaporación puede verse en productos como la leche en polvo.



b. Salazón

Consiste en tratar los alimentos con sal comestible y a veces otros condimentos, para concentrarlos y que elimine lo máximo la cantidad de agua. Puede hacerse salazón en seco (ej: bacalao salado) o en salmuera (con líquido).

c. Curado

Se someten los alimentos a sal y nitritos/nitratos haciendo que se disminuya el agua, y que el alimento cambie su composición. Ej: jamón

d. Azucarado

Con este método añadimos azúcar al alimento, haciendo que se concentre más, y no tenga tanta agua disponible. Ejemplo: Mermeladas

e. Ahumado

Se somete a los alimentos a acción del humo. Ejemplos: salmón ahumado

f. Escabechado o encurtido

Consiste en someter a los alimentos a la acción de vinagre, y puede añadirse también sal y otros condimentos. Con este sistema el alimento se vuelve más ácido, siendo un medio poco apropiado para la multiplicación de bacterias. Ej: pescados y carnes en escabeche, pepinillos, cebolletas

g. Añadir conservantes

Podemos añadir conservantes para conseguir aumentar la vida útil de alimento. Estos conservantes pueden ser de origen natural como el ajo y las especias o por el contrario ser conservantes artificiales.

h. Técnicas industriales

Estas técnicas comprenden fundamentalmente aquellas que actúan sobre la atmosfera a la que se ven sometidos los alimentos, bien modificando su concentración y contenido en gases (atmosfera protectora) o eliminando el oxígeno que es empleado por la mayoría de las bacterias para sobrevivir (envasado al vacío)

3. ALMACENAMIENTO:

Se debe almacenar correctamente las materias primas o los productos acabados para evitar que se contaminen. Para ello hay que cumplir una serie de requisitos esenciales:



- No dejar los alimentos en contacto directo con el suelo ni paredes.
- No almacenar productos alimenticios junto con productos que pueden contaminarlos como productos de limpieza, etc ni almacenar producto fresco con producto ya terminado para evitar contaminaciones cruzadas.
- No sobrepasar la capacidad del almacén ni de las cámaras, porque no se enfriarían los productos correctamente
- Hacer que los productos que llegan primero al almacén, salgan primero, para que la rotación de los mismos sea adecuada y evitemos que se nos puedan caducar.
- Controlar al menos una vez al día las temperaturas de las cámaras de almacenamiento, y asegurarse de que se cumplen los límites de las temperaturas adecuadas (refrigeración 0° - 5° C, congelación -18° C).
- Dejar espacio suficiente entre los productos para permitir la circulación del aire entre ellos.
- No dejar alimentos aptos cerca de la zona de basuras o devoluciones.

Además abra que respetar las fechas de caducidad / consumo preferente que requiere cada producto, y viene indicado por el fabricante (no reutilizar los productos una vez que están caducados) y no guardar productos fuera del embalaje original.

5 HIGIENE PERSONAL DEL MANIPULADOR DE ALIMENTOS

5.1 DEFINICIONES

Comportamientos Higiénicos

Los comportamientos higiénicos son aquellas actitudes limpias que deben ser recordadas y practicadas en todas las situaciones.

Se refieren a aquellos hábitos que posibilitan una menor contaminación de las materias primas propiciadas tanto por actitudes correctas del trabajador como de limpieza y desinfección de instalaciones y maquinarias, de control de aguas, plagas y limpieza de la industria. La higiene debe respetarse en todas sus facetas.

Manipulaciones

Todos aquellos procesos por los que tiene que pasar la materia prima constituyente de los alimentos para llegar a convertirse en un producto preparado para ser utilizado por el consumidor.



Normalmente se habla de la manipulación cuando es hecha por el operario manipulador de los alimentos pero, de igual forma son manipulaciones aquellas acciones en las que la carne recibe un tratamiento, sea cocción, picado o embutido.

Buenas Prácticas de Manipulación

Las Buenas Prácticas de Manipulación son todas aquellas acciones y decisiones, ocurridas durante el procesado de los alimentos, que inciden de manera positiva en el mantenimiento de los alimentos en condiciones de salubridad. Estas acciones son las que hay que conservar y fomentar. Su conjunto constituye el manual de Buenas Prácticas de Manipulación de los Alimentos.

Dentro de ellas se pueden englobar todas aquellas prácticas que, de manera preventiva, disminuyen el riesgo para la salud, como son las contaminaciones por gérmenes y sustancias nocivas.

Higiene

La higiene de los productos alimenticios es **el conjunto de medidas necesarias para garantizar la seguridad y salubridad de los productos alimenticios**. Dichas medidas abarcan todas las fases de la producción, hasta la venta al consumidor. Esto significa que la higiene debe presidir cualquier actividad relacionada con la fabricación y venta de alimentos.

5.2 BUENAS COSTUMBRES. LIMPIEZA PERSONAL

La limpieza de una fábrica depende en gran medida de la higiene de los que trabajan en ella. Por tanto los empleados de una fábrica del sector alimentario deben ser conscientes de la necesidad de llevar a cabo unas correctas prácticas higiénicas.

La conservación adecuada del producto, la limpieza de locales y utensilios, etc. no tendrá demasiada utilidad si los profesionales que manipulan alimentos los contaminan por no tener en cuenta determinados comportamientos y actitudes.

El manipulador de alimentos tiene la responsabilidad de prestar un cuidado escrupuloso para no añadir a los alimentos bacterias personales. Bacterias con origen en las fuentes siguientes pueden pasar a los alimentos a través de las manos:

- a) Secreciones de nariz, garganta y piel; polvo, caspa y pelos sueltos procedentes del cuero cabelludo.
- b) Excrementos intestinales.
- c) Otras secreciones y excretas procedentes de las personas.



- d) Líquidos procedentes de carnes y aves crudas y de otros alimentos, productos deshidratados en polvo.
- e) Utensilios y equipos.
- f) Paños, trapos de cocina, paños para secar cubiertos.

Para evitar la contaminación se deben imponer unas medidas adecuadas y un control eficaz.

BUENAS COSTUMBRES. LIMPIEZA PERSONAL

Manos



Las manos son el principal agente y vehículo transmisor de bacterias, las manos deben estar tan higiénicas como sea posible en todo momento y las uñas deben mantenerse cortas, limpias y sin pintar.

Origen de la contaminación

La mayor contaminación de nuestras manos por microorganismos patógenos se produce básicamente por:

- La contaminación fecal producida tras utilizar el baño o manipular basura. En el hogar, además, se debe incluir la contaminación producida al cambiar pañales o al tocar animales domésticos o sus heces.
- La manipulación de productos crudos, normalmente con una elevada contaminación superficial, como carne, pollo, frutas y verduras.
- La contaminación por el contacto con objetos de utilización común para muchas personas, como el teléfono, el dinero, manetas de puertas, barandillas...
- La contaminación con secreciones producidas al estornudar o toser, o al tocar diversas zonas corporales contaminadas como la boca, nariz o cabello.

El lavado de manos es un acto simple pero que no siempre se efectúa adecuadamente. En la normativa relativa a los manipuladores de alimentos simplemente señala que debe utilizarse agua caliente y jabón o un desinfectante adecuado. El objetivo es la eliminación de la microbiota transitoria. Ello depende en gran medida de las características individuales de cada persona. Sin embargo, hay una localización en las



manos en la que se crean unas condiciones microambientales propicias para el mantenimiento y desarrollo microbiano: alrededor y bajo las uñas. Además, en el acto mecánico de lavado de manos, diversas áreas suelen quedar insuficientemente lavadas, como los espacios interdigitales y el dorso.

El lavado depende también del tipo de contaminación o de su origen. Si la contaminación es importante, por ejemplo tras salir del baño, el procedimiento de reducción debe ser más agresivo que en otras circunstancias, pudiendo realizar un lavado simple o doble con un cepillo para las uñas. La utilización de un cepillo para las uñas tiene un efecto mecánico importante para la eliminación de la microbiota transitoria.

En cualquier circunstancia es básico utilizar jabón, tanto si incorpora actividad bactericida como si no. Si el lavado se realiza adecuadamente, no sería necesaria la utilización de jabones con desinfectantes, pues como consecuencia de la acción mecánica se pueden conseguir importantes reducciones de microorganismos patógenos.

¿Cómo deben lavarse las manos?

1. Mojado de las manos con agua tibia (20-37°C). El agua eliminará los microorganismos más superficiales.
2. Cepillado de los dedos y uñas. En un cepillo de uñas, añadir un poco de jabón, para luego cepillar y enjabonar principalmente dedos y uñas durante un tiempo entre 12-15 segundos; mientras, el agua correrá sobre los dedos, finalizando el proceso cuando el cepillo y los dedos pierdan la espuma.
3. Para el lavado propiamente dicho, se añade jabón sobre las palmas de las manos y se frota bien, realizando fricción mecánica en las palmas, dorso y espacio interdigital, e incluso en brazos. El tiempo aproximado necesario es de unos 20 segundos. Posteriormente se debe realizar el enjuagado con agua tibia en los dedos, manos y brazos.
4. Finalmente, es necesario secarse las manos usando toallas de papel de un solo uso. Con ello, se evita la recontaminación de las manos, no siendo aconsejable la utilización de aparatos secadores por aire caliente. El secado de las manos es fundamental pues tiene efecto letal sobre los microorganismos, produciendo una reducción aproximada en el recuento microbiano de una décima parte.

¿Cuándo hay que lavarse las manos?



- Antes de comenzar el trabajo, es decir, antes de comenzar la manipulación de alimentos.
- Al reiniciar el trabajo cuando se ha interrumpido por cualquier causa y haber tenido que tocar objetos no rigurosamente limpios como dinero, teléfono o llaves.
- Cada vez que se usan los servicios.
- Después de tocar alimentos crudos.
- Después de verter la basura o tocar desperdicios.
- Después de haber tocado cualquier utensilio de limpieza (fregona, cubos, etc.).
- Seguidamente de tocarse los ojos, oídos, pelo o nariz.
- Después de usar un pañuelo.

Hay que resaltar, que una vez lavadas correctamente las manos, estas no quedan estériles por lo que habrá que repetir el proceso las veces que sea necesario para mantener la higiene adecuada y evitar así contaminar el alimento.

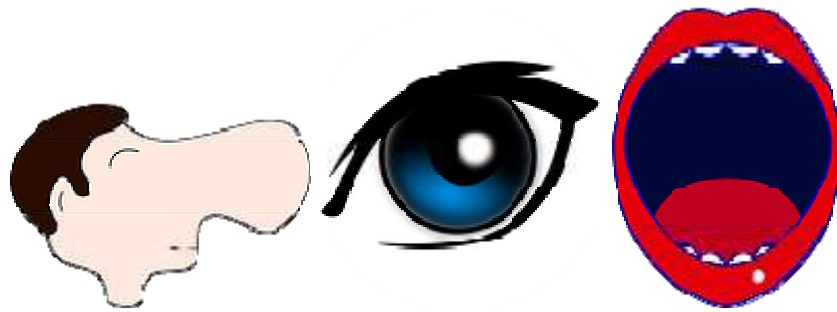
Pelo

Un manipulador debe tener el pelo limpio y recogido en una redcilla o cubrecabezas para evitar la contaminación de los alimentos con pelos o caspa ya que el pelo esta en continua renovación y capta la suciedad ambiental. Además es aconsejable no utilizar horquillas para sujetar los gorros o redcillas ya que pueden caer en el alimento y provocar una contaminación física del mismo.



Ojos, nariz y boca

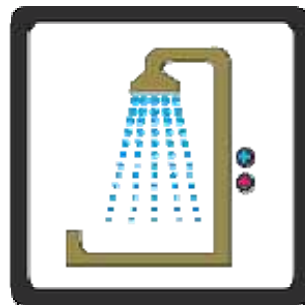
El microorganismo *Staphylococcus aureus* es causante de intoxicaciones alimentarias y esta presente en la nariz y en la boca de aproximadamente el 50% de la población. Estos microorganismos se diseminan con facilidad al hablar, toser o estornudar por lo que hay que evitar estos comportamientos a la hora de manipular el alimento.



Cuerpo

Los manipuladores no pueden ir con el pelo desaliñado, la barba descuidada o con falta de limpieza personal.

Es conveniente que se duche diariamente y mantener su piel lo más limpia posible evitando la presencia de uñeros o panadizos y cualquier tipo de infección que pudiese ser peligrosa para los alimentos y para el consumidor.



Ropa

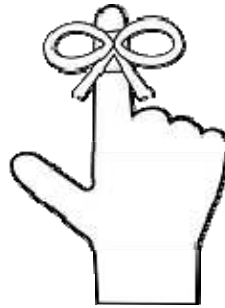
- La ropa del trabajo sólo es para el trabajo. Todos los días debe ponerse limpia y de color claro. En el caso de usar ropa específica como delantales, sistemas de protección como los guantes de malla o los protectores de antebrazos, se lavarán tantas veces como sea necesario, en lugares habilitados para ello, como cabinas o duchas al efecto.
- A ser posible, no debe llevar la ropa bolsillos externos y los cierres deben evitar el uso de botones.
- Se debe dejar la ropa de trabajo exclusivamente en las taquillas que estarán divididas en dos partes para no mezclarla con la de calle.
- Las botas usadas para el trabajo se lavarán fuera de las zonas de trabajo. Se asignará un sitio al efecto, a ser posible con máquinas lavabotas.

No es aconsejable el uso de guantes de goma para manipular alimentos, ya que las bacterias pueden colonizar el interior de los guantes. En algunas circunstancias pueden llevarse guantes de un solo uso, aunque deben ser eliminados inmediatamente después de su uso.



Cortes y heridas

Las heridas o cortes en la piel son ambientes ideales para el desarrollo de bacterias por lo que será necesario mantenerlos cubiertos con vendajes adecuados (gasas, tiritas,...) que a su vez estén impermeabilizados mediante guates o dediles y siempre limpios.



Joyas y objetos personales

Es recomendable no usar cuando se vayan a manipular alimentos joyas u objetos personales (relojes, anillos, pendientes) ya que además de ser lugares donde tiende a acumularse la suciedad, pueden ocasionar problemas de contaminación física si se desprenden sobre el alimento.



Por tanto, el manipulador es clave en el mantenimiento de una correcta higiene y contribuye con sus hábitos a la puesta en el mercado de alimentos inocuos, seguros y de calidad. Los hábitos más importantes que deberá cumplir son:

- Mantener su puesto de trabajo, útiles y equipos limpios y ordenados.



- Si sufre alguna enfermedad (vómitos, diarreas, resfriados) deberá avisar a su responsable.
- Mantener una higiene personal adecuada
- Cumplir con las normas de higiene en materia de vestimenta y aseo personal
- Evitar aquellos hábitos con los que se pueda provocar una contaminación del alimento. Por tanto, no deberá toser ni estornudar, hablar, comer, masticar chicle, fumar, arrascarse pelo o nariz, ni llevar joyas o cremas que puedan transmitir olor o sabor al alimento.

6 REQUISITOS HIGIÉNICO-SANITARIOS DE LAS INSTALACIONES

6.1 REQUISITOS GENERALES DE LOS LOCALES DESTINADOS A PRODUCTOS ALIMENTICIOS (que no sean ambulantes o provisionales):

Según el Reglamento N° 852/2004 del Parlamento Europeo y del Consejo:

- 1.** Los locales destinados a los productos alimenticios deberán conservarse limpios y en buen estado de mantenimiento.
- 2.** La disposición, el diseño, la construcción, el emplazamiento y el tamaño de los locales destinados a los productos alimenticios:
 - a) permitirán un mantenimiento, limpieza y/o desinfección adecuados, evitarán o reducirán al mínimo la contaminación transmitida por el aire y dispondrán de un espacio de trabajo suficiente que permita una realización higiénica de todas las operaciones;
 - b) evitarán la acumulación de suciedad, el contacto con materiales tóxicos, el depósito de partículas en los productos alimenticios y la formación de condensación o moho indeseable en las superficies;
 - c) permitirán unas prácticas de higiene alimentaria correctas, incluida la protección contra la contaminación, y en particular el control de las plagas, y
 - d) cuando sea necesario, ofrecerán unas condiciones adecuadas de manipulación y almacenamiento a temperatura controlada y capacidad suficiente para poder mantener los productos alimenticios a una temperatura apropiada que se pueda comprobar y, si es preciso, registrar.



3. Deberá haber un número suficiente de **inodoros** de cisterna conectados a una red de evacuación eficaz. Los inodoros no deberán comunicar directamente con las salas en las que se manipulen los productos alimenticios.
4. Deberá haber un número suficiente de **lavabos**, situados convenientemente y destinados a la limpieza de las manos. Los lavabos para la limpieza de las manos deberán disponer de agua corriente caliente y fría, así como de material de limpieza y secado higiénico de aquellas. En caso necesario, las instalaciones destinadas al lavado de los productos alimenticios deberán estar separadas de las destinadas a lavarse las manos.
5. Deberá disponerse de medios adecuados y suficientes de **ventilación** mecánica o natural. Deberán evitarse las corrientes de aire mecánicas desde zonas contaminadas a zonas limpias. Los sistemas de ventilación deberán estar contruidos de tal modo que pueda accederse fácilmente a los filtros y a otras partes que haya que limpiar o sustituir.
6. Todos los sanitarios deberán disponer de suficiente **ventilación** natural o mecánica.
7. Los locales destinados a los productos alimenticios deberán disponer de suficiente **luz** natural o artificial.
8. Las redes de **evacuación de aguas residuales** deberán ser suficientes para cumplir los objetivos pretendidos y estar concebidas y contruidas de modo que se evite todo riesgo de contaminación. Cuando los canales de desagüe estén total o parcialmente abiertos, deberán estar diseñados de tal modo que se garantice que los residuos no van de una zona contaminada a otra limpia, en particular, a una zona en la que se manipulen productos alimenticios que puedan representar un alto riesgo para el consumidor final.
9. Cuando sea necesario, el personal deberá disponer de **vestuarios** adecuados.
10. Los **productos de limpieza y desinfección** no deberán almacenarse en las zonas en las que se manipulen productos alimenticios.



6.2 REQUISITOS ESPECÍFICOS DE LAS SALAS DONDE SE PREPARAN, TRATAN O TRANSFORMAN LOS PRODUCTOS ALIMENTICIOS (excluidos los comedores y los locales ambulantes)

1. El **diseño y disposición de las salas** en las que se preparen, traten o transformen los productos alimenticios (excluidos los comedores y los locales ambulantes, pero incluidos los espacios contenidos en los medios de transporte) deberán permitir unas prácticas correctas de higiene alimentaria, incluida la protección contra la contaminación entre y durante las operaciones. En particular:

a) las **superficies de los suelos** deberán mantenerse en buen estado y ser fáciles de limpiar y desinfectar, lo que requerirá el uso de materiales impermeables, no absorbentes, lavables y no tóxicos, a menos que los operadores de empresa alimentaria puedan convencer a la autoridad competente de la idoneidad de otros materiales utilizados. En su caso, los suelos deberán permitir un desagüe suficiente;

b) las **superficies de las paredes** deberán conservarse en buen estado y ser fáciles de limpiar y, en caso necesario, de desinfectar, lo que requerirá el uso de materiales impermeables, no absorbentes, lavables y no tóxicos; su superficie deberá ser lisa hasta una altura adecuada para las operaciones que deban realizarse.

c) **los techos** (o, cuando no hubiera techos, la superficie interior del tejado), falsos techos y demás instalaciones suspendidas deberán estar contruidos y trabajados de forma que impidan la acumulación de suciedad y reduzcan la condensación, la formación de moho no deseable y el desprendimiento de partículas;

d) las **ventanas y demás huecos** practicables deberán estar contruidos de forma que impidan la acumulación de suciedad, y los que puedan comunicar con el exterior deberán estar provistos, en caso necesario, de pantallas contra insectos que puedan desmontarse con facilidad para la limpieza. Cuando debido a la apertura de las ventanas pudiera producirse contaminación, éstas deberán permanecer cerradas con falleba durante la producción;

e) las **puertas** deberán ser fáciles de limpiar y, en caso necesario, de desinfectar, lo que requerirá que sus superficies sean lisas y no absorbentes;



f) las **superficies (incluidas las del equipo)** de las zonas en que se manipulen los productos alimenticios, y en particular las que estén en contacto con éstos, deberán mantenerse en buen estado, ser fáciles de limpiar y, en caso necesario, de desinfectar, lo que requerirá que estén construidas con materiales lisos, lavables, resistentes a la corrosión y no tóxicos.

2. Se dispondrá, en caso necesario, de **instalaciones adecuadas para la limpieza, desinfección y almacenamiento** del equipo y los utensilios de trabajo. Dichas instalaciones deberán estar construidas con materiales resistentes a la corrosión, ser fáciles de limpiar y tener un suministro suficiente de agua caliente y fría.

3. Se tomarán las medidas adecuadas, cuando sea necesario, para el lavado de los productos alimenticios. Todos los **fregaderos o instalaciones similares destinadas al lavado de los productos alimenticios** deberán tener un suministro suficiente de agua potable caliente, fría o ambas, y deberán mantenerse limpios y, en caso necesario, desinfectados.

6.3 REQUISITOS DEL EQUIPO

1. Todos los artículos, instalaciones y equipos que estén en contacto con los productos alimenticios:

a) deberán limpiarse perfectamente y, en caso necesario, desinfectarse. La limpieza y desinfección se realizarán con la frecuencia necesaria para evitar cualquier riesgo de contaminación;

b) su construcción, composición y estado de conservación y mantenimiento deberán reducir al mínimo el riesgo de contaminación y permitir que se limpien perfectamente y, en caso necesario, se desinfecten;

c) su instalación permitirá la limpieza adecuada del equipo y de la zona circundante.

2. Si fuese necesario, los equipos deberán estar provistos de todos los dispositivos de control adecuados para garantizar el cumplimiento de los objetivos del presente Reglamento.



3. Si para impedir la corrosión de los equipos y recipientes fuese necesario utilizar aditivos químicos, ello deberá hacerse conforme a las prácticas correctas evitando transmitir sustancias tóxicas, olores y sabores a los alimentos.

6.4 TRANSPORTE

1. Los receptáculos de vehículos o contenedores utilizados para transportar los productos alimenticios deberán mantenerse limpios y en buen estado a fin de proteger los productos alimenticios de la contaminación y deberán diseñarse y construirse, en caso necesario, de forma que permitan una limpieza o desinfección adecuadas.

2. Los receptáculos de vehículos o contenedores no deberán utilizarse para transportar más que productos alimenticios cuando éstos puedan ser contaminados por otro tipo de carga.

3. Cuando se usen vehículos o contenedores para el transporte de cualquier otra cosa además de productos alimenticios, o para el transporte de distintos tipos de productos alimenticios a la vez, deberá existir, en caso necesario, una separación efectiva de los productos.

4. Los productos alimenticios a granel en estado líquido, granulado o en polvo deberán transportarse en receptáculos, contenedores o cisternas reservados para su transporte. En los contenedores figurará una indicación, claramente visible e indeleble, y en una o varias lenguas comunitarias, sobre su utilización para el transporte de productos alimenticios, o bien la indicación «exclusivamente para productos alimenticios».

5. Cuando se hayan utilizado receptáculos de vehículos o contenedores para el transporte de otros productos que no sean productos alimenticios o para el transporte de productos alimenticios distintos, deberá realizarse una limpieza eficaz entre las cargas para evitar el riesgo de contaminación.

6. Los productos alimenticios cargados en receptáculos de vehículos o en contenedores deberán colocarse y protegerse de forma que se reduzca al mínimo el riesgo de contaminación.



7. Cuando sea necesario, los receptáculos de vehículos o contenedores utilizados para el transporte de productos alimenticios deberán ser capaces de mantener los productos alimenticios a la temperatura adecuada y de forma que se pueda controlar dicha temperatura

7 LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LAS INSTALACIONES

Limpieza: Eliminación de la suciedad y restos orgánicos mediante agua y detergentes. Con ella se reducen algunos microorganismos pero fundamentalmente se eliminan grasas y residuos visibles.

Se realiza empleando detergentes y a la hora de elegirlos es importante tener en cuenta el material del artículo o superficie que se quiera limpiar y la naturaleza de la suciedad que se quiera eliminar. La temperatura recomendada del agua es de 40° C.

Además, los productos deben guardarse en envases originales cerrados y bien etiquetados en lugares exclusivos y lejos de áreas de almacenamiento y elaboración de productos.



Desinfección: Consiste en eliminar las bacterias que no vemos. Siempre se realiza después de la limpieza. Sólo se usarán desinfectantes debidamente autorizados. Tras una correcta desinfección se consigue la eliminación de la mayoría de los microorganismos de las superficies, pero no de sus formas de resistencia o esporas. Para realizarla se emplean desinfectantes químicos que ejercen una acción letal sobre los microbios. Existe una amplia gama de desinfectantes y su elección dependerá de:

- Características de los materiales a desinfectar.
- Gérmenes que se deseen eliminar.



- Concentración del desinfectante: añadir una concentración superior a la indicada en la ficha técnica del producto no supondrá una mayor desinfección y una concentración inferior a la recomendada no matará a todos los gérmenes y puede facilitar que aparezcan resistencias. Para evitar esto último es recomendable la rotación de desinfectantes.
- Tiempo de actuación: es imprescindible respetar lo indicado en la ficha técnica.
- Temperatura del agua: si utilizamos compuestos clorados la temperatura recomendada son 10° C.
- pH de la solución.



7.1 FASES DE LAS OPERACIONES DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

En todos los establecimientos donde se manipulan alimentos debe existir un plan de limpieza y desinfección en el que queden definido claramente la frecuencia de limpieza y desinfección, los útiles o superficies que se van a someter a estos procesos, la naturaleza de las sustancias a eliminar, la dosis del producto a emplear, la manera de realizar estas operaciones (manual o mecánica) y el responsable de las mismas.

La razón por la que se limpian las superficies y utensilios que contactan con los alimentos y el ambiente es para reducir o impedir el riesgo de contaminación microbiológica o física y permitir y facilitar la desinfección.

Para conseguir estos objetivos se deben realizar una serie de fases:

1. Prelimpieza: eliminación de la suciedad visible, restos de alimentos, desperdicios y grasa; normalmente se realizará en seco (cepillos y palas) para no diseminar la suciedad, si se realiza una limpieza húmeda es conveniente que se utilice agua fría.



2. Prelavado: proyección de agua a baja presión para eliminar los restos que quedan sobre los equipos; la temperatura del agua deberá ser superior a 35-40°C para que se solubilicen las grasas e inferior a 60°C para evitar la coagulación de las proteínas.

3. Limpieza: consiste en la aplicación de un detergente que elimine la suciedad restante. Conviene realizar una acción mecánica adicional como el cepillado para la eliminación de la suciedad.

4. Enjuagado: es la eliminación del detergente y las sustancias disueltas mediante agua a presión. Es importante la forma del chorro de agua y la inclinación de éste con respecto a la superficie con objeto de conseguir un buen efecto sin proyectar residuos al ambiente.

5. Desinfección: aplicar el desinfectante respetando las instrucciones del fabricante.

6. Aclarado final: debe ser abundante y con agua caliente o fría según el desinfectante utilizado (caliente si es un compuesto clorado).

7. Secado: se elimina el agua mediante el escurrido o empleo de aire seco o paños higiénicos. Muchos microorganismos de riesgo son muy sensibles a las condiciones medioambientales, y se destruyen por desecación. Es importante este paso para evitar la presencia de condiciones que favorezcan la recontaminación y también para evitar la formación de **biofilms**.

7.2. PROGRAMAS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

Los programas de limpieza y desinfección deberán asegurar la higienización de todas las partes de las instalaciones (incluyendo el equipo de limpieza).

Deberá vigilarse de manera constante y eficaz y, cuando sea necesario, documentarse sobre la idoneidad y eficacia de los productos utilizados y de los programas correspondientes.

Los programas se prepararán por escrito y para su elaboración habrá que tener en cuenta y, por tanto, especificar:

- a) Producto a elaborar
- b) Superficies, elementos del equipo, utensilios e instalaciones que han de limpiarse
- c) Método de limpieza



- d) Temperatura, presión y potabilidad del agua
- e) Conocimiento de los puntos críticos
- f) Medios disponibles: personal, horario, sistemas, equipos, etc.
- g) Productos que se vayan a utilizar: forma de aplicación, dosificación, tiempo de actuación, etc.
- h) Frecuencia
- i) Es importante tener un archivo de fichas técnicas de los productos
- j) Registros u hojas de control de los trabajos de limpieza y desinfección
- k) Sistema de vigilancia utilizado: inspecciones periódicas y a ser posible servirse de ensayos microbiológicos.

7.3 ALMACENAMIENTO Y ELIMINACIÓN DE DESECHOS

A lo largo de las fases de la cadena alimentaria son muchos los residuos y los productos de deshecho que se originan y hay que eliminar. Ya que puede ocasionar olores o ser un foco activo de contaminación microbiana sobre los alimentos.

Los desperdicios de productos alimenticios, los subproductos no comestibles y los residuos de otro tipo deberán:

- a) retirarse con la mayor rapidez posible de las salas en las que estén depositados alimentos para evitar su acumulación eliminándose higiénicamente y sin perjudicar el medio ambiente (separación de residuos en los diferentes contenedores: aceites usados, papel y cartón, plástico y envases, vidrio y materia orgánica).
- b) deberán depositarse en contenedores provistos de cierre. Dichos contenedores deberán presentar unas características de construcción adecuadas que impidan el acceso de las plagas a los deshechos, estar en buen estado y ser de fácil limpieza y desinfección.
- c) deberán tomarse las medidas adecuadas para su almacenamiento y eliminación. Los depósitos de desperdicios deberán diseñarse y tratarse de forma que puedan mantenerse limpios y libres de animales y organismos nocivos.



8 CONTROL DE PLAGAS

En la manipulación de alimentos llamamos plagas a la presencia de los animales que viven en o de los alimentos y que en contacto con ellos producen una alteración o una contaminación de los mismos. Estos animales son destructivos y causan problemas sanitarios, económicos y laborales.

Las principales plagas en la industria alimentaria son:



- Roedores: ratas y ratones
- Insectos: cucarachas, hormigas, moscas, avispas, escarabajos, gorgojos, ácaros.
- Aves.

Deberá aplicarse un **programa eficaz y continuo de erradicación de plagas** de insectos, pájaros, roedores y demás parásitos. Los establecimientos y las zonas circundantes deberán inspeccionarse periódicamente para cerciorarse de que no existe infestación.

Debemos establecer un plan de desinsectación y desratización en el que se indiquen por escrito los siguientes apartados:

a) Zonas a tratar: (Indicar todos y cada uno de los locales y zonas)

b) Tratamientos: (Indicar metodología)

- Forma de aplicación.
- Posibles riesgos de contaminación de alimentos.
- Posibles riesgos para las personas.
- Medidas de seguridad a adoptar durante su aplicación.



c) Productos utilizados. Deberán de consignarse:

- Utilidad (insecticida, desinfectante, raticida).
- Nombre comercial.
- Composición (materia activa de los productos).
- Fabricante y número de registro.
- Dosificación y plazo de seguridad.
- Agente nocivo a combatir.

d) Fecha de comienzo e inicio de la campaña.

e) Datos del aplicador y código del carné.

Si la realización del programa de desinsectación y desratización es llevada a cabo por el propio empresario, todos los datos indicados anteriormente deben quedar reflejados por escrito.

En caso de que sea una empresa autorizada la que lleve a cabo este programa, después de cada aplicación la empresa expedirá un certificado de garantía en el que se harán constar igualmente todos los datos anteriores.

Asimismo, la empresa de D.D.D. expresará por escrito que garantiza la eficacia de los productos empleados así como su inocuidad ante las personas y alimentos, indicará al establecimiento que no debe desplazar los cebos para roedores y que debe respetar el plazo de seguridad que sea necesario para cada plaguicida.

En caso de que alguna plaga invada los establecimientos o zonas circundantes, deberán adoptarse medidas de erradicación. Las medidas de lucha que comprendan el tratamiento con agentes químicos, físicos o biológicos sólo deberán aplicarse bajo la supervisión directa del personal que conozca a fondo los riesgos que el uso de esos agentes puede entrañar para la salud, especialmente los riesgos que pueden originar los residuos retenidos en el producto.

Las plagas se controlan con:

- Adopción de medidas físicas preventivas: tienen por objeto impedir la penetración, propagación y proliferación.
- Aplicación de métodos para destruir las plagas ya existentes.

Medidas físicas preventivas:



- Sellado y hermetización de agujeros y cavidades en las estructuras, especial cuidado en hueco de ascensores y montacargas, en los aislamientos de fontanería y drenaje.
- Colocar resguardos en tapas de las rejillas y sumideros, mallas en las ventanas.
- Evitar los focos de atracción, evitando la acumulación de materiales de desecho alrededor del matadero.
- Almacenamiento adecuado, aislar del suelo los productos. Es conveniente dejar un pasillo alrededor de las paredes y no depositar alimentos junto a ellas.
- Mantener una separación clara entre zonas limpias y sucias.
- Limpieza:
 - Protegiendo las basuras con contenedores con tapa, y colocar las basuras lejos de los alimentos.
 - Higiene de las instalaciones.

Métodos para destruir plagas ya existentes

En cuanto a **desratización**, los medios de lucha pueden ser:

- a) Físicos: tiene unos resultados limitados y aleatorios por lo que no se recomienda su uso. Se trata de ultrasonidos, campos magnéticos, etc.
- b) Mecánicos: los más utilizados son la cola vegetal y los cepos.
- c) Químicos: son los más utilizados en la industria. Tiene distintas formas de presentación: polvo, grano, pasta, en bloque, etc. Se debe señalar en un plano dónde se han colocado y hay que llevar un registro donde figuren las características de los productos, frecuencia de reposición, si han sido ingeridos, etc.

En el programa de desratización se debe indicar quién es el responsable de la colocación de los productos, su forma de empleo, etc.

En cuanto a **desinsectación**, los medios de lucha pueden ser:

- a) Físicos: los más habituales son las “trampas de luz”, que consisten en una luz ultravioleta que atrae a los insectos a una rejilla electrificada.
- b) Químicos: son los insecticidas que pueden actuar por ingestión, por contacto o por inhalación.

El diseño y ejecución de un plan de tratamiento específico y de medidas químicas preventivas así como el uso de los productos legalmente permitidos y el control de los resultados y expedición de certificado, deben ser realizados por una empresa



especializada y registrada con la pertinente autorización para efectuar la desinsectación y desratización.

9 CONTROL DE CALIDAD: TRAZABILIDAD Y APPCC

9.1 TRAZABILIDAD

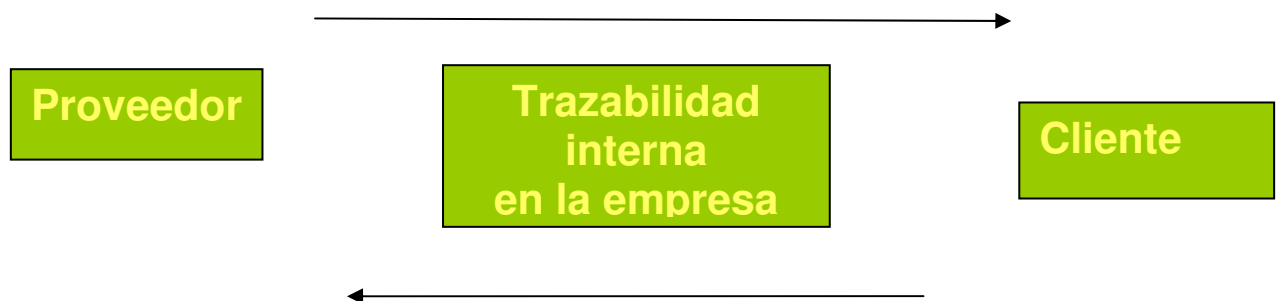
La trazabilidad es el conjunto de acciones, medidas y procedimientos que permite identificar y registrar un producto desde su origen hasta el final de la cadena de comercialización. Supone rastrear el camino que sigue el alimento desde la granja, o el campo hasta el consumidor final.

De acuerdo con el artículo 18 del Reglamento (CE) N° 178/2002, del Parlamento Europeo y del Consejo, la TRAZABILIDAD es “la posibilidad de encontrar y seguir el rastro, a través de todas las etapas de producción, transformación y distribución, de un alimento, un pienso, un animal destinado a la producción de alimentos o una sustancia destinados a ser incorporados en alimentos o piensos o con probabilidad de serlo”.

Existen dos tipos de trazabilidad:

- La **trazabilidad hacia delante** consiste en poder seguir el origen de la mercancía y los procesos por los que ha pasado antes de llegar al producto final. Es la trazabilidad desde las materias primas.
- La **trazabilidad hacia atrás** consiste en saber de forma precisa dónde están los lotes de productos a lo largo de la cadena de suministros. Es la trazabilidad desde el consumidor.

TRAZABILIDAD HACIA DELANTE:



TRAZABILIDAD HACIA ATRÁS



Las ventajas más importantes de la trazabilidad son:

- Instrumento para lograr un nivel elevado de protección de la vida y la salud de las personas.
- Proporciona información para facilitar el control de los procesos y la gestión.
- Contribuye al aseguramiento de la calidad y a la certificación del producto.
- Apoyo en caso de problemas: facilita la localización, inmovilización y retirada efectiva y selectiva de alimentos y piensos.
- Permite demostrar con la “debida diligencia” el origen del problema, con vistas a la depuración de responsabilidades.
- Apoyo para la resolución de las reclamaciones de los clientes.

9.2 ANÁLISIS DE PUNTOS CRÍTICOS Y CONTROL

En la industria alimentaria hablar de peligros es hablar de agentes físicos, químicos o biológicos que puedan contaminar un alimento y suponer un riesgo de salud al consumidor.

Para tratar de evaluar y controlar todos estos peligros y para establecer medidas preventivas que permita eliminarlos o reducirlos a niveles aceptables, la industria ha desarrollado un sistema de autocontrol llamado Análisis de Peligros y Puntos de Control Crítico conocido como APPCC.

El Reglamento (CE) N° 852/2004 por el que se establecen las normas de higiene relativas a los productos alimenticios, obliga a las empresas del sector alimentario a realizar actividades de autocontrol, basadas en los principios del sistema de **análisis de peligros y puntos de control crítico (APPCC)**. Se extiende esta obligación, no sólo a toda la industria de elaboración o transformación de la UE, sino también a las empresas de distribución (mayorista y minorista), restauración, etc.

El APPCC consiste en el análisis de los peligros que puede tener un alimento en concreto, identificar los puntos donde se pueden generar y controlar estos peligros (Puntos Críticos) y actuar sobre ellos con medidas de prevención que permitan garantizar la inocuidad de los alimentos.

Por tanto, este sistema ofrece al sector alimentario ventajas que derivarán no solo en la obtención de un producto de calidad, sino en la reducción de costes asociados a los posibles gastos sanitarios derivados de la falta de higiene o seguridad de los productos.

Estas ventajas son:



Permite eliminar o minimizar los peligros de contaminación de los alimentos a lo largo de toda la cadena alimentaria.

Permite localizar los lugares y momentos en los que se puede producir un problema estableciendo medidas preventivas y correctoras.

Permite ofrecer alimentos más seguros y de mayor calidad.

Permite a los establecimientos cumplir con los requisitos legales que exigen disponer de un sistema de aseguramiento de la calidad.

Los establecimientos que apliquen el APPCC deberán tener una serie de requisitos previos:

- Reunir una serie de condiciones higiénico-sanitarias en cuanto a diseño, construcción, materiales, etc.
- Asegurarse un suministro adecuado de agua potable.
- Tener diseñados y establecidos planes adecuados de limpieza, desinfección, mantenimiento y control de plagas.
- Contar con personal debidamente formado y motivado.

9.2.1 DEFINICIONES

- **Diagrama de flujo:** representación sistemática de la secuencia de fases u operaciones llevadas a cabo en la producción o elaboración de un determinado producto alimenticio.
- **Peligro:** un agente biológico, químico o físico presente en el alimento, o bien la condición en que se halla, que puede causar un efecto adverso para la salud.
- **Medida preventiva:** actuaciones que se aplican para evitar la presentación de un peligro o reducir su impacto a niveles aceptables.



- **Análisis de peligros**: proceso de recopilación y evaluación de información sobre los peligros y las condiciones que los originan para decidir cuales son importantes para la inocuidad de los alimentos y por tanto planteados en el sistema APPCC.
- **Punto crítico de control**: es la fase en la que puede aplicarse un control y que es esencial para prevenir o eliminar un peligro relacionado con la inocuidad de los alimentos o para reducirlo a un nivel aceptable.
- **Límite crítico**: valor a partir del cual se considera que no es aceptable el riesgo que se corre.
- **Vigilancia**: llevar a cabo una secuencia planificada de observaciones o mediciones de los parámetros de control para evaluar si un PCC está bajo control, es decir, si se encuentra dentro de los límites críticos.
- **Medida correctora**: acción que hay que adoptar cuando los resultados de vigilancia de los PCC indican pérdida en el control del proceso.
- **Verificación**: aplicar todos los métodos, observaciones, ensayos y evaluaciones necesarias para constatar el cumplimiento del plan APPCC.

9.2.2 PLANES DE APOYO DEL APPCC

Son una serie de documentos que constituyen la base del sistema de autocontrol y que permiten el funcionamiento del mismo. Deben ser específicos para cada empresa y es preciso revisarlos y actualizarlos regularmente.

Manual de buenas prácticas de manipulación y fabricación: en él se incluirán las instrucciones de trabajo referentes a las prácticas de manipulación, pautas de cada fase (manejo de útiles y maquinaria, instrucciones de almacenamiento y estiba, etc.), hábitos de higiene e indumentaria del personal manipulador.

Plan de limpieza y desinfección: instrucciones para la limpieza y desinfección de cada zona o equipo, composición e instrucciones de uso de cada producto usado, así como la frecuencia con que se realiza este plan.

Plan de control de plagas: incluirá todos los elementos utilizados para la prevención y control de plagas. Contendrá toda la información acerca los productos utilizados (composición, instrucciones de uso, etc.), zonas donde se aplica, frecuencia de ejecución y cómo evitar la contaminación de productos y personas.



Plan de formación: se debe conservar la documentación referente a la formación del personal, contenido, frecuencia y especificar el personal que la ha recibido y quién la ha impartido.

Plan de homologación de proveedores: se incluirán los criterios a seguir para el control de los proveedores materias primas de tipo alimentario (verduras, hortalizas, ...) y materias primas auxiliares como envases, tripas, aditivos, productos de limpieza, etc.

Plan de mantenimiento de maquinaria e instalaciones: contendrá toda la información relevante para el mantenimiento de la maquinaria utilizada, así como la frecuencia y los responsables de su ejecución. Aquí se incluirá la calibración de los equipos de medida.

Plan de trazabilidad de las materias primas y de los productos acabados: será un plan capaz de conocer la materia prima utilizada en la elaboración de cada producto.

Plan de control del agua: consiste en un plan para garantizar que el agua usada en todos los procesos sea apta para el consumo humano.

Plan de control de desperdicios: consiste en la eliminación higiénica de los subproductos, residuos y desperdicios generados por la actividad de la empresa.

9.2.3 PRINCIPIOS DEL SISTEMA DE APPCC

PRINCIPIO 1: Realizar un análisis de peligros.

PRINCIPIO 2: Determinar los puntos críticos de control (PCC).

PRINCIPIO 3: Establecer un límite o límites críticos.

PRINCIPIO 4: Establecer un sistema de vigilancia del control de los PCC.

PRINCIPIO 5: Establecer las medidas correctoras.

PRINCIPIO 6: Establecer procedimientos de verificación.

PRINCIPIO 7: Establecer un sistema de documentación y registro.

9.2.4 FASES DEL SISTEMA APPCC

La aplicación de los principios del APPCC consiste en una serie de pasos que se denominan la **secuencia lógica para la aplicación del sistema APPCC**.

1. **Formación del equipo de trabajo:** determinar quienes vana a ser los responsables tanto de las etapas de diseño e implantación como de mantener, revisar y actualizar el sistema. Todo el personal deberá recibir la formación adaptada a su puesto de trabajo.



2. **Descripción del producto:** deberá formularse una descripción completa del producto que incluya la composición, condiciones de almacenamiento, método de elaboración, etc.
3. **Identificación del uso al que ha de destinarse:** se estudiará la utilización prevista por parte de los consumidores y se tendrá en cuenta el grupo de población al que va dirigido (Ej. grupos vulnerables).
4. **Elaboración de un diagrama de flujo:** es un esquema de todo el proceso: recepción de ingredientes, almacenamiento, distribución, etc. Se tendrá en cuenta qué cosas hacemos habitualmente, dónde, de qué medios disponemos, qué pasos seguimos, etc.
5. **Confirmación in situ del diagrama de flujo:** consiste en revisar el proceso varias veces asegurándose de que el diagrama de flujo es válido para todas las etapas del proceso.
6. **Identificación de los peligros:** numerar todos los peligros biológicos, físicos o químicos que puedan darse en cada fase del proceso. El análisis de peligros es necesario para identificar los peligros que resulta imprescindible eliminar o reducir a niveles aceptables para producir un alimento inocuo.
7. **Establecimiento de medidas preventivas para cada peligro:** cuando seamos conscientes de dónde y cómo puede surgir un peligro, estaremos en situación de **prever medidas preventivas**. Estas medidas preventivas deben ser eficaces para evitar o prevenir un peligro o reducir éste a niveles aceptables.
8. **Determinación de los puntos de control crítico (PCC):** consiste en determinar en qué puntos del proceso se puede ejercer un control para prevenir un riesgo, detectado en la fase anterior, relacionado con la inocuidad del alimento. Es decir, se identificará la existencia de puntos de control críticos para cada peligro en cada fase del proceso.
9. **Establecimiento de límites críticos para cada PCC:** el límite crítico es el valor a partir del cual consideramos que el peligro existe, es decir el límite que separa lo aceptable de lo inaceptable.

Se establecerá un límite crítico para cada punto de control crítico. Deben ser datos objetivos que puedan ser vigilados. Podrán ser valores numéricos o no; si son valores no objetivos como las prácticas de manipulación o la inspección visual, estarán basados en instrucciones específicas.

Estos límites los podemos encontrar en la legislación o incluso nosotros podemos poner un límite más bajo o límite operativo; este es un límite más restrictivo cuyo fin es evitar la falta de control de un PCC antes de que se exceda el límite crítico. Por ejemplo



aunque la legislación establezca que la temperatura a la que las carnes refrigeradas deben llegar a la carnicería tiene que ser no superior a +5°C, nosotros podemos exigir a nuestros proveedores una temperatura uno o dos grados inferior.

10. Establecimiento de un sistema de vigilancia para cada PCC: es una secuencia planificada de medidas y observaciones para demostrar que los peligros están controlados, es decir que no superan los límites críticos. Debe ser un sistema capaz de detectar una pérdida de control en el PCC y de proporcionar la información a tiempo para que se adapten medidas correctoras antes de que sea necesario rechazar el producto.

También se puede establecer una vigilancia mediante un dispositivo electrónico; por ejemplo una alarma colocada en una cámara que avise cuando se supere determinada temperatura.

11. Establecimiento de medidas correctoras: consiste en tomar las decisiones oportunas cuando se comprueba que se ha superado un límite crítico. Estas medidas deben garantizar:

- ✓ que se corrigen las desviaciones detectadas
- ✓ la vuelta del proceso a la normalidad
- ✓ evitar o reducir la posibilidad de que se produzca la desviación.

Estas medidas deben estar registradas por escrito y definidas con detalle. Además, deberán incluir un sistema adecuado de eliminación del producto afectado y esto deberá documentarse en los **registros de APPCC**.

Es posible que sea necesario el establecimiento de más de un medida correctora para cada PCC.

12. Establecimiento de un procedimiento de verificación: Para comprobar que se cumple todo lo previsto en los puntos anteriores se realizarán distintos ensayos y métodos de verificación que incluirán el muestreo aleatorio y el análisis.

La frecuencia de estas verificaciones se puede fijar en cada establecimiento, aumentándola o disminuyéndola según el cumplimiento de cada control.

La verificación la realizará el propio personal y se efectuará en los siguientes casos:

- al concluir la puesta en marcha del plan
- cuando se introduce un cambio en el producto, los ingredientes o el proceso
- cuando se producen desviaciones de los límites críticos
- en caso de nuevos peligros recién identificados
- a intervalos regulares predeterminados.



Esta verificación resulta imprescindible para el sistema de autocontrol, pero no exime de la correspondiente realizada por la Administración Sanitaria.

13. Establecimiento de un sistema de registro y documentación:

En todos los puntos críticos deberán existir pruebas documentadas de todas y cada una de las fases del sistema aplicado.

Los ejemplos de documentación son:

- el análisis de riesgos
- la determinación de los PCC
- la determinación de los límites críticos.

Como ejemplos de registros se pueden mencionar:

- las actividades de vigilancia de los PCC
- las desviaciones y las medidas correctivas correspondientes las modificaciones introducidas en el Sistema de APPCC.

10 ETIQUETADO DE LOS PRODUCTOS ALIMENTICIOS

El etiquetado de los alimentos es un aspecto clave en materia de seguridad alimentaria.

El principal objetivo para cualquier norma de etiquetado alimentario es la necesidad de informar sobre las características del producto y así proteger al consumidor.

La información que nos proporcionan las etiquetas constituye el compromiso del fabricante ante el consumidor de que un producto reúne las condiciones que exige la normativa vigente. Además el etiquetado ha de ser claro y conciso y nunca debe inducir a error.

El Real Decreto 1334/1999, de 31 de Julio de 1999, por el que se aprueba la Norma General de Etiquetado, Presentación y Publicidad de los Productos Alimenticios (B.O.E. 24.08.1999), marca las menciones obligatorias que deben aparecer en la etiqueta. En esta norma hay una serie de requisitos obligatorios que tienen que aparecer en el etiquetado:

1.- Denominación del producto.

2.- Lista de ingredientes: en ella son de especial mención aquellos ingredientes alérgenos

3.- Cantidad de determinados ingredientes o categoría de ingredientes.

4. – Grado alcohólico.

5.- Cantidad neta.

6. - Fecha de duración mínima o, en su caso, la fecha de caducidad.

7.-Condiciones especiales de conservación y de utilización

8.-Modo de empleo.



9.- Identificación de la Industria o establecimiento

10.- Identificación del lote.

11.- Lugar de origen o procedencia.

Por otro lado, el REGLAMENTO (UE) 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor establece las bases para garantizar la protección y la información al consumidor en materia alimentaria. Establece una serie de modificaciones respecto al Real Decreto 1334/1999 que se muestran a continuación y que será necesario aplicar a la etiqueta:

1. **Etiquetado nutricional obligatorio:** la información sobre energía, grasas, grasas saturadas, hidratos de carbono, proteínas, azúcares y sal nos aparecerá agrupada y expresada según porción (100 g o 100 mg).

2. **Mayor accesibilidad:** el tamaño de letra deberá aumentar en envases menores de 80 cm², para que determinados grupos poblacionales sobre todo las personas mayores la puedan leer.

3. **Ingesta diaria de nutrientes recomendada:** vitaminas, proteínas y minerales que se deberían tomar diariamente.

4. **Etiquetado de origen:** se indicará el país de origen de alimentos cárnicos de cerdo, ovino, caprino y aves de corral en cualquiera de sus formas: fresca, refrigerada o congelada.

5. **Indicación del origen vegetal de aceites y grasas:** Origen específico de los aceites vegetales empleados.

6. **Indicación de la fecha de congelación y descongelación:** será obligatoria la expresión “congelado en” para carne, productos de pesca no transformados y productos cárnicos; la expresión “descongelado” será para productos descongelados antes de la venta, salvo ingredientes presentes en producto final, alimentos cuya congelación es necesaria en la producción y aquéllos en los que la descongelación no tiene impacto negativo.

7. **Menciones adicionales obligatorias:** formas de envasado, presencia de edulcorantes, cafeína etc



8. **Etiquetado de nanoingredientes:** será obligatoria la indicación en la lista de ingredientes de todos los nanomateriales con función

9. **Alérgenos:** Tanto productos no envasados como envasados, tendrán que llevar información al respecto. En los envasados lo harán con la tipografía en lista de ingredientes.

10. **Alcopops:** (refrescos con alcohol) si tienen un grado de alcohol superior a 1,2 %, se especificará el grado alcohólico volumétrico adquirido, pudiendo prescindir de una lista de ingredientes y de una información nutricional pero no podrán ser considerados bebida refrescante.

11. **Bebidas alcohólicas:** a partir de 1,2 % de alcohol, se debe detallar una lista de ingredientes no obligatoriamente.

Además estos cambios prevén modificaciones legales respecto al contenido de los **ácidos grasos trans**.



HIGIENE Y SEGURIDAD ALIMENTARIA

SECTOR:
HOSTELERÍA Y
RESTAURACIÓN



1. INTRODUCCIÓN
2. DEFINICIONES
3. CONDICIONES DE LOS ESTABLECIMIENTOS DE COMIDAS PREPARADAS
4. CONDICIONES DE LAS MÁQUINAS EXPENDEDORAS DE COMIDAS PREPARADAS
5. DIAGRAMA DE FLUJO
 - 5.1 RECEPCIÓN DE MATERIAS PRIMAS
 - 5.2 ALMACENAMIENTO Y CONSERVACIÓN DE LAS MATERIAS PRIMAS
 - 5.3 PREPARACIÓN DE MATERIAS PRIMAS
 - 5.4 ELABORACIÓN EN CALIENTE. (PREPARACIÓN PREVIA Y COCINADO)
 - 5.5 ELABORACIÓN EN FRÍO
 - 5.6 POST-PREPARADO: MANTENIMIENTO EN FRÍO O EN CALIENTE
 - 5.7 FICHAS DE CONTROL
6. REQUISITOS DE LAS COMIDAS PREPARADAS
7. CONDICIONES GENERALES DE TODOS LOS PROCESOS

1. INTRODUCCIÓN



El sector de la hostelería y restauración es uno de los más problemáticos desde el punto de vista de la manipulación de alimentos ya que una gran parte de las intoxicaciones alimentarias que ocurren en la actualidad tienen su origen en este sector y en el propio hogar.

Son muchos los establecimientos englobados en este sector:

1. Bares, cafeterías, etc: Establecimientos dedicados al servicio de bebidas y algunos alimentos poco elaborados
2. Restaurantes: Comedores colectivos con finalidad comercial.
3. Comedores colectivos con finalidad social: guarderías, colegios, hospitales, residencias de ancianos, etc.
4. Industrias de catering dedicadas a la elaboración de comidas preparadas sin servicio en el propio establecimiento.
5. Establecimientos de temporada o que se instalan para determinados eventos: chiringuitos de playa, puestos de ferias, exposiciones, etc.

2. DEFINICIONES

Comida preparada: elaboración culinaria resultado de la preparación en crudo o del cocinado o del precocinado, de uno o varios productos alimenticios de origen animal o vegetal, con o sin la adición de otras sustancias autorizadas y, en su caso, condimentada. Podrá presentarse envasada o no y dispuesta para su consumo, bien directamente, o bien tras un calentamiento o tratamiento culinario adicional.

Comida preparada con tratamiento térmico: aquella comida preparada que durante su elaboración ha sido sometida en su conjunto a un proceso térmico (aumento de temperatura), tal que pueda ser consumida directamente o con un ligero calentamiento.

Establecimiento: industria, local o instalación permanente o temporal donde se elaboran, manipulan, envasan, almacenan, suministran, sirven o venden comidas preparadas, con o sin servicio en el mismo, para su consumo.

Colectividad: conjunto de consumidores con unas características similares que demandan un servicio de comidas preparadas, tales como escuela, empresa, hospital, residencia y medio de transporte

3. CONDICIONES DE LOS ESTABLECIMIENTOS DE COMIDAS PREPARADAS

Los requisitos higiénicos de los locales vienen recogidos en el **Reglamento (CE) N° 852/2004**, relativo a la higiene de los productos alimenticios. Estos requisitos son:

1. Los locales destinados a los productos alimenticios deberán conservarse limpios y en buen estado de mantenimiento.
2. La **disposición, el diseño, la construcción, el emplazamiento y el tamaño de los locales** destinados a los productos alimenticios:
 - a) permitirán un mantenimiento, limpieza y/o desinfección adecuados, evitarán o reducirán al mínimo la contaminación transmitida por el aire y dispondrán de un



espacio de trabajo suficiente que permita una realización higiénica de todas las operaciones;

b) evitarán la acumulación de suciedad, el contacto con materiales tóxicos, el depósito de partículas en los productos alimenticios y la formación de condensación o moho indeseable en las superficies;

c) permitirán unas prácticas de higiene alimentaria correctas, incluida la protección contra la contaminación, y en particular el control de las plagas, y

d) cuando sea necesario, ofrecerán unas condiciones adecuadas de manipulación y almacenamiento a temperatura controlada y capacidad suficiente para poder mantener los productos alimenticios a una temperatura apropiada que se pueda comprobar y, si es preciso, registrar.

3. Deberá haber un número suficiente de **inodoros** de cisterna conectados a una red de evacuación eficaz. Los inodoros no deberán comunicar directamente con las salas en las que se manipulen los productos alimenticios.

4. Deberá haber un número suficiente de **lavabos**, situados convenientemente y destinados a la limpieza de las manos. Los lavabos para la limpieza de las manos deberán disponer de agua corriente caliente y fría, así como de material de limpieza y secado higiénico de aquellas. En caso necesario, las instalaciones destinadas al lavado de los productos alimenticios deberán estar separadas de las destinadas a lavarse las manos.

5. Deberá disponerse de medios adecuados y suficientes de **ventilación** mecánica o natural. Deberán evitarse las corrientes de aire mecánicas desde zonas contaminadas a zonas limpias. Los sistemas de ventilación deberán estar contruidos de tal modo que pueda accederse fácilmente a los filtros y a otras partes que haya que limpiar o sustituir.

6. Todos los sanitarios deberán disponer de suficiente **ventilación** natural o mecánica.

7. Los locales destinados a los productos alimenticios deberán disponer de suficiente **luz** natural o artificial.

8. Las redes de **evacuación de aguas residuales** deberán ser suficientes para cumplir los objetivos pretendidos y estar concebidas y contruidas de modo que se evite todo riesgo de contaminación. Cuando los canales de desagüe estén total o parcialmente abiertos, deberán estar diseñados de tal modo que se garantice que los residuos no van de una zona contaminada a otra limpia, en particular, a una zona en la que se manipulen productos alimenticios que puedan representar un alto riesgo para el consumidor final.

9. Cuando sea necesario, el personal deberá disponer de **vestuarios** adecuados.

10. Los **productos de limpieza y desinfección** no deberán almacenarse en las zonas en las que se manipulen productos alimenticios. Dichos productos se mantendrán en sus recipientes originales. No obstante, si tuvieran que ser traspasados a otros envases más pequeños por necesidades de uso, nunca se utilizarán recipientes que pudieran dar equívocos respecto a su contenido, en particular, cualquier tipo de recipiente que haya contenido o pueda contener alimentos o bebidas.



Además tenemos que tener en cuenta el R.D. 3484/2000, de 29 de diciembre, (modificado por el Real Decreto 135/2010, de 12 de febrero, por el que se derogan disposiciones relativas a los criterios microbiológicos de los productos alimenticios) mediante el que se establecen las normas de higiene para la elaboración, distribución y comercio de comidas preparadas. Según este Real Decreto los establecimientos cumplirán los siguientes requisitos:

1. Dispondrán de la documentación necesaria para poder acreditar al proveedor inmediato de las materias primas utilizadas y de los productos que almacenan, suministran, venden o sirven.
2. Los aparatos y útiles de trabajo destinados a entrar en contacto con las materias primas, productos intermedios y productos finales, estarán fabricados con materiales resistentes a la corrosión y fáciles de limpiar y desinfectar.
3. Dispondrán de los equipos e instalaciones de conservación a temperatura regulada con la capacidad suficiente para las materias primas, productos intermedios y productos finales que elaboren, manipulen, envasen, almacenen, suministren y vendan, que así lo requieran.

Tales equipos e instalaciones tendrán las características necesarias para utilizar el sistema de conservación elegido eficazmente, de manera que se alcancen las debidas garantías sanitarias. Además estarán provistos de sistemas de control y, cuando sea necesario, de registro de la temperatura, colocados en lugares fácilmente visibles.

Las temperaturas de almacenamiento, conservación, transporte, venta y, en su caso, servicio de las comidas preparadas serán las siguientes:

- a) Comidas congeladas ≤ -18 °C.
- b) Comidas refrigeradas con un período de duración inferior a 24 horas ≤ 8 °C.
- c) Comidas refrigeradas con un periodo de duración superior a 24 horas ≤ 4 °C
- d) Comidas calientes ≥ 65 °C

No obstante lo previsto en el párrafo anterior, los responsables de los establecimientos podrán fijar unas temperaturas distintas, siempre que estén basadas en evidencia científica o técnica y hayan sido verificadas por la autoridad competente.

4. Las zonas de elaboración, manipulación y envasado de comidas preparadas dispondrán, cuando sea necesario, de lavamanos de accionamiento no manual.
5. Para la limpieza de las instalaciones, equipos y recipientes que estén en contacto con los productos alimenticios, así como de los locales en los que se ubiquen dichos productos alimenticios, el responsable del establecimiento contratará o elaborará y aplicará un programa de limpieza y desinfección basado en el APPCC.
6. Para la lucha contra plagas, el responsable del establecimiento contratará o elaborará y aplicará un programa de desinsectación y desratización, basado en el APPCC.
7. Los contenedores para la distribución de comidas preparadas, así como las vajillas y cubiertos que no sean de un solo uso, serán higienizados con métodos mecánicos, provistos de un sistema que asegure su correcta limpieza y desinfección.

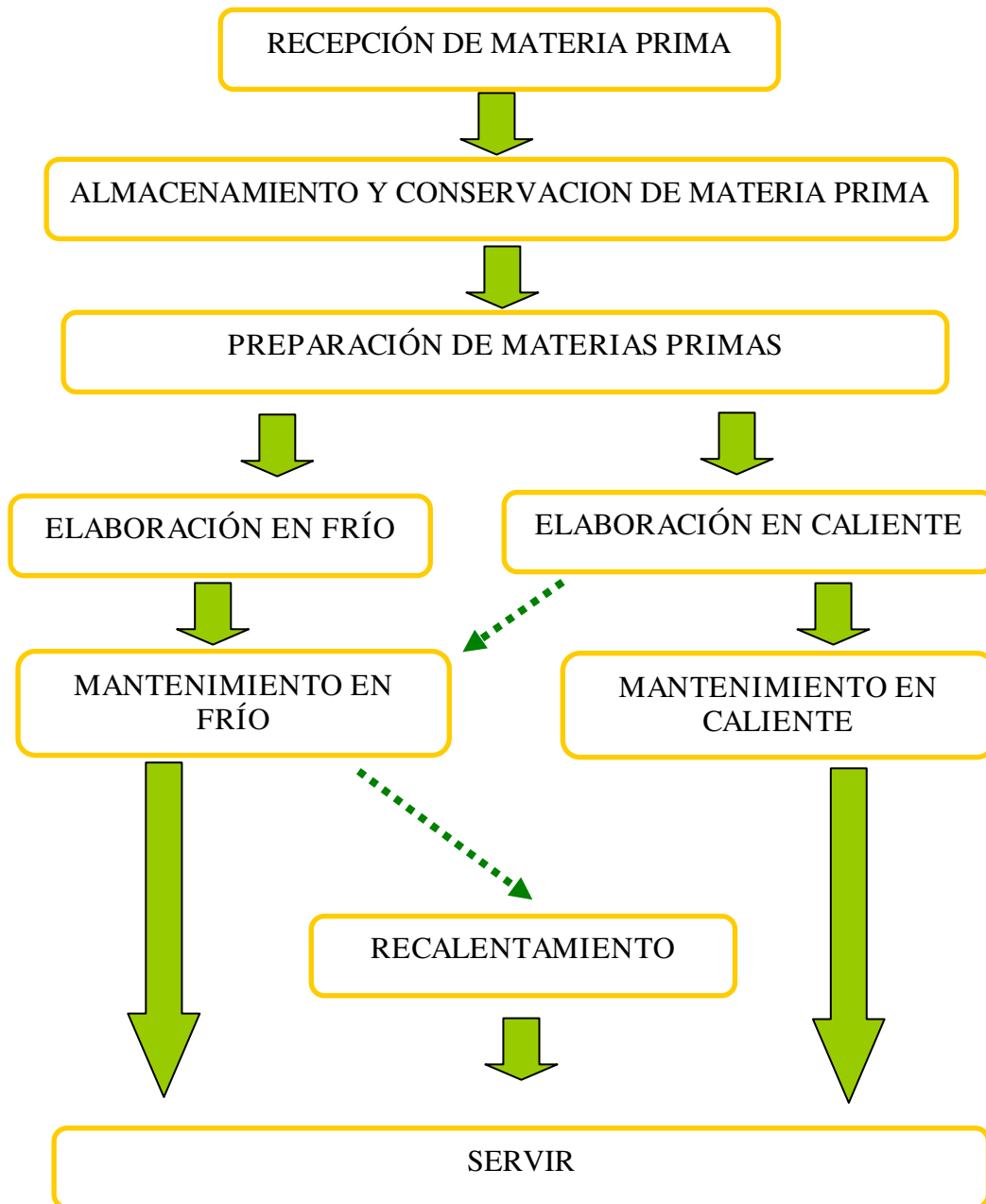


4. CONDICIONES DE LAS MÁQUINAS EXPENDEDORAS DE COMIDAS PREPARADAS

1. Los productos alimenticios ofrecidos en máquinas expendedoras se renovarán con la frecuencia necesaria, teniendo en cuenta su fecha de caducidad o fecha de consumo preferente y se mantendrán a las temperaturas indicadas por la legislación.
2. Las máquinas expendedoras estarán debidamente identificadas, indicando de forma claramente legible y fácilmente visible, en la parte exterior de la máquina, el nombre y dirección de la persona o empresa responsable del abastecimiento y mantenimiento de las mismas.
3. El responsable de las máquinas expendedoras contratará o elaborará y aplicará un programa de limpieza basado en el APPCC.

5. DIAGRAMA DE FLUJO

Debido a la gran variedad de productos y establecimientos, los diagramas de flujo de los productos pueden ser muy diferentes, pero, de manera general, podemos establecer el siguiente:



5.1 RECEPCIÓN DE MATERIAS PRIMAS

Los problemas derivados de transporte inadecuado de las materias primas, bien debido a que no se haya hecho a la temperatura adecuada, a que no se hayan mantenido los alimentos crudos separados de los elaborados o hayan sido transportados en envases inadecuados o a que hayan existido escasas condiciones higiénico-sanitarias en el vehículo puede ser motivo o causa directa de problemas sobre la salud pública.

Para evitar este tipo de problemas será necesario tomar ciertas precauciones a la hora de recibir la materia prima:

- **Control de temperaturas a la llegada del producto:**



- Productos refrigerados: entre 0 y 5°C, con un margen de $\pm 2^\circ\text{C}$.
- Productos congelados: -18°C .

- **Control de envasado:** Integridad del envase (abombamientos, oxidación, roturas, etc.)
- **Etiquetado correcto** (los alimentos que se relacionan serán objeto de la siguiente comprobación):
 - Carnes: Existencia de sello de salubridad y documentación comercial sellada
 - Carnes de aves: Marcadas o etiquetadas individualmente
 - Productos y derivados lácteos: Fecha de caducidad y/o consumo preferente
 - Leche pasteurizada: Fecha de caducidad (no superior a 96 horas desde su envasado)
 - Yogur, cuajada: Fecha de caducidad
 - Leche esterilizada: Consumo preferente
 - Huevos: Identificados con fecha de puesta y/o fecha de envasado y fecha de consumo preferente (20 días desde la fecha de envasado)
- **Control periódico analítico y visual:**

Control analítico: Periódicamente se analizará al azar 1 ó 2 productos de las materias primas de mayor riesgo.

Control visual: Diariamente se controlará que las características de cada producto sean las adecuadas. Tendrán especial atención los siguientes productos:

- **Carnes:** Consistencia firme, brillo de corte, color y olor propio de la carne. La carne de vacuno debe tener coloración rojo/marrón, con presencia de grasa de cobertura e infiltrada, corte de aspecto no acuoso, fibras musculares al corte con aspecto compacto y marmóreo y no debe presentar líquidos exudados.
 - **Pescados:** Consistencia firme, escamas adheridas a la piel, agallas rojas, ojos brillantes y no hundidos, así como otros caracteres de frescura.
 - **Frutas y Hortalizas:** Ausencia de insectos, suciedad, enmohecimientos... y grado de maduración adecuada.
- **Se controlará el almacenamiento de los alimentos en el vehículo de transporte,** especialmente:

- Las materias primas de diferente naturaleza deben estar separadas entre sí para evitar contaminación entre ellas (carnes, verduras, etc.)
- Todos los alimentos deben transportarse aislados del suelo.
- Los elementos del vehículo de transporte (ganchos, bandejas, etc.) deben ser de materiales adecuados y no presentar oxidaciones ni estar degradados.

5.2 ALMACENAMIENTO Y CONSERVACIÓN DE LAS MATERIAS PRIMAS

Los riesgos o peligros de esta fase son:

- Tiempo excesivo desde la recepción hasta el almacenamiento
- Estructura de almacén y cámaras inadecuadas
- Temperaturas inadecuadas
- Mezcla de productos

Se establecerán una serie de medidas de vigilancia y control:



- **Control del tiempo** (el más breve posible) entre la recepción y el almacenamiento
- **Observación visual:** Se realizarán comprobaciones con carácter semanal para comprobar que no se han producido deterioros en la estructura de la cámara y almacén
- **Control de temperatura:** Se realizarán comprobaciones diarias para observar que los aparatos de medición de temperatura funcionan correctamente, y que la temperatura se mantiene en los márgenes reglamentarios.

<u>ALIMENTOS</u>	<u>TEMPERATURA</u>
Carnes y productos cárnicos	0-7°C
Pescados	0-3°C
Productos lácteos	0-8°C
Comidas refrigeradas	0-5°C
Congelados	-18°C

En caso de existir una sola cámara de refrigeración, el rango de temperatura será entre 0-4°C.

- **Control periódico de productos**
 - a) Las materias primas y los envases que contengan productos alimenticios no pueden estar en contacto con el suelo
 - b) La conservación de pescados, carnes, verduras, productos lácteos y comidas preparadas, se llevará a cabo, a ser posible, en cámaras frigoríficas distintas. En caso de existir una sola cámara se destinarán zonas separadas para cada producto. La colocación será de arriba a abajo:
 - alimentos elaborados
 - alimentos sin cocinar
 - pollos y caza
 - verduras y frutas
 - c) Se evitará el contacto entre los productos. Los productos elaborados deben permanecer tapados y las materias primas, en la medida de lo posible, también.
 - e) Las cámaras y los arcones frigoríficos no estarán sobrecargados, ni sobrepasarán la “línea de seguridad”.
- **Rotación de productos:** debemos establecer un control sobre la circulación de los productos almacenados (tanto a temperatura ambiente como en frío) de modo que los productos que más tiempo llevan en los almacenes sean los primeros en consumirse.

5.3 PREPARACIÓN DE MATERIAS PRIMAS

Los posibles riesgos de esta fase son:

- Aumento de contaminación (contaminación cruzada, contacto con superficies, útiles, etc.).
- Manipulaciones incorrectas.



Se establecerán una serie de medidas de vigilancia y control:

– **Delimitar zonas y evitar cruces**

- No se utilizará el mismo espacio para preparar productos crudos, elaborados
- En caso de que sean zonas comunes se limpiarán antes de iniciar una nueva preparación. Nunca se utilizarán de forma conjunta.
- En caso de zonas separadas, existirán utensilios específicos para cada zona (ej: el cuchillo de cortar la carne fresca no se usará para carne elaborada).
- Si no existe separación de zonas, cada utensilio utilizado en una manipulación será previamente lavado antes de su siguiente uso.

– **Evitar descongelaciones incorrectas**

En el caso de los alimentos congelados antes de su preparación se seguirá el siguiente proceso:

a) Si se trata de piezas de carne o pescado, se descongelarán a temperatura de refrigeración, nunca a temperatura ambiente. Si estas piezas pudieran cocinarse asadas, hervidas o guisadas directamente sin descongelar, se asegurará que el calor llegue hasta el corazón del producto.

b) Los huevos congelados (ovoproductos: claras, yemas o ambos juntos) se descongelarán a temperatura de refrigeración y se procederá inmediatamente a su uso.

c) Las hortalizas se pueden cocinar directamente sin someterlas a descongelación previa, introduciéndolas en un recipiente con agua hirviendo, cuando vayan a servirse cocidas.

d) Cuando se utilicen frutas congeladas para su consumo en fresco es aconsejable efectuar una descongelación lenta a temperatura de refrigeración.

e) Los platos preparados ultracongelados, por no precisar descongelación, serán sometidos al cocinado inmediato antes de su consumo.

f) Los alimentos deben descongelarse en un recipiente que permita la evacuación del agua resultante de la descongelación.

– **Desinfección y limpieza de útiles**

La desinfección y limpieza de útiles se realizará en máquinas industriales (lavavajillas) que permitan alcanzar la temperatura de 82°C. En caso de carecer de este tipo de maquinaria los pasos serán:

- Enjuagar
- Lavar con detergentes autorizados para uso alimentario.(*).
- Sumergir a 80°C durante 30 segundos
- Aclarar con agua abundante

(*) Los detergentes y desinfectantes empleados en cualquier fase estarán autorizados para uso alimentario, estas operaciones se realizarán las veces necesarias para mantenerlos en buenas condiciones de uso.

– **Desinfección y limpieza de productos**

Pescados: Se realizará una limpieza general del producto bajo chorro de agua.

Verduras y hortalizas

- Se eliminarán los restos de tierra, parásitos, etc. bajo el chorro de agua.
- Se desinfectarán sumergiéndolas durante 5 minutos en agua a la que se añade unas gotas de lejía de uso alimentario (debemos fijarnos en las indicaciones del etiquetado para ajustar la dosis).
- Se realizarán varios enjuagues con abundante agua para eliminar los restos de lejía.



– **Alimentos que incorporen huevo crudo como ingrediente**

Aquellos alimentos o salsas elaborados a partir de huevo crudo o en los que la temperatura de cocinado no permita alcanzar los 70°C deberán seguir las siguientes normas en su elaboración:

- Deberán utilizarse ovoproductos pasteurizados o bien mayonesas elaboradas por industrias autorizadas.
- La temperatura de almacenamiento no debe superar los 8°C.
- El alimento que incorpore este tipo de salsas tiene un tiempo máximo de conservación de 24 horas.

– **Control del personal manipulador**

Este control es una de las medidas preventivas más importantes que debemos implantar, se debe controlar:

- La higiene personal y de la ropa de trabajo.
- Hábitos de trabajo (no fumar, estornudar sobre los alimentos...)
- Lavado de manos antes de iniciar cualquier tipo de manipulación sobre el alimento.
- La empresa deberá impartir formación higiénico-sanitaria continuada.

5.4 ELABORACIÓN EN CALIENTE. (PREPARACIÓN PREVIA Y COCINADO)

Los riesgos en esta fase serían:

- Recontaminación microbiana del producto
- Temperaturas y tiempos de preparación inadecuados.

Para combatirlos, las medidas de control a adoptar serían:

- **Examen visual:** Se comprobará que las características organolépticas del producto (color, olor, etc.) son idóneas.
- **Control tiempo-temperatura:** Se debe garantizar que todo producto cocinado alcance en el centro de la pieza 70°C, para lo que se debe controlar la potencia de los hornos y planchas, y temperaturas de aceites y frituras.

5.5 ELABORACIÓN EN FRÍO

Los riesgos en esta fase serían:

- Manipulaciones incorrectas
- Temperatura ambiente y tiempo de preparación inadecuados
- Recontaminación cruzada

Las medidas de control en esta fase son:

- **Instrucción correcta del manipulador** (ver control del personal manipulador).
- **Vigilar tiempo y temperatura de preparación:** La temperatura ambiente del lugar de preparación será de 15°C +3. El tiempo de preparación será el adecuado para cada producto, a fin de evitar su alteración. En caso de no poseer sistemas de mantenimiento de esta temperatura, se observará:
 - Tiempo mínimo de exposición del alimento fuera de las temperaturas de refrigeración.
 - Preparación y consumo inmediato.
- **Delimitar zonas y cruces** (ver manipulación y preparación de materias primas).

5.6 POST-PREPARADO: MANTENIMIENTO EN FRÍO O EN CALIENTE



Los riesgos asociados a esta etapa son:

- Enfriamiento inadecuado, a temperatura ambiente y durante tiempo prolongado.
- Temperatura de mantenimiento en caliente inadecuada.
- Recalentamiento insuficiente.
- Recontaminación del alimento por contacto con utensilios o personal no limpios.

Las medidas de prevención a adquirir en esta fase son:

- Las comidas deberán prepararse con la menor antelación posible al tiempo de su consumo (intentaremos que no supere una hora).
- Si el tiempo excede de lo mencionado se procederá a su conservación en refrigeración. En este caso la temperatura deberá bajar de 70°C a 10°C en menos de 2 horas. En caliente la temperatura en el centro del producto deberá ser 70°C hasta el momento de ser servido.
- El recalentamiento se efectuará a temperatura mayor de 70°C.
- Los utensilios y las manos de los manipuladores que entren en contacto con el alimento deben estar perfectamente limpios.

5.7 FICHAS DE CONTROL

A lo largo de todo el proceso de elaboración de las comidas preparadas, deben rellenarse una serie de fichas de control útiles a la hora de llevar un correcto seguimiento y apoyo del APPCC.

FICHA DE CONTROL DE RECEPCIÓN DE MATERIAS PRIMAS

Periodicidad del registro: Semanal

- El control de recepción de materias primas se realizará aleatoriamente de productos y proveedores. Los datos se registrarán especialmente cuando se trate de proveedores o productos que se reciban por primera vez.
- El número de productos objeto de control para cada registro (dentro de una misma fecha) debe ser, al menos, tres.

Fecha: Se anotará día, mes y año de realización del control

Producto: Materia prima o preparado objeto de control, indicando, en su caso, la forma de conservación: Congelación, refrigeración, envasado al vacío, etcétera.

Proveedor: Se identificará al proveedor del producto

Condiciones higiénicas del vehículo de transporte: Se observará, en el momento de la recepción:

- Limpieza del vehículo
- Estado de los elementos del vehículo (ganchos, bandejas, etc.)
- Almacenamiento de los alimentos aislados del suelo
- Separación entre materias primas diferentes
- Se anotará CORRECTO o INCORRECTO según proceda

Temperatura del alimento: Se anotará la temperatura del alimento a su llegada al establecimiento (para realizar esta lectura, será necesario un termómetro sonda para introducirlo en el interior del alimento).

Aspecto de la materia prima: Se observará el estado general de la materia prima: color, olor, textura, etc.

FICHA DE CONTROL DE TEMPERATURAS DE REFRIGERACIÓN Y CONGELACIÓN

Periodicidad del registro: Como mínimo diaria, y, dependiendo de la capacidad del establecimiento, incluso dos veces al día.

Identificación de la cámara: Cada unidad de frío existente en el establecimiento (incluyendo vitrinas expositoras) debe disponer de su propia ficha de registro de



temperatura, de modo que es necesario identificar cada una de ellas del modo que se estime conveniente (números, letras...).

Rango de temperaturas admitidas: En el espacio reservado, debe anotarse la temperatura mínima y máxima admitida en esa cámara.

Temperatura del termómetro de la cámara: Se anotará la temperatura que registre el termómetro de la cámara.

Temperatura del termómetro de control: Debemos disponer de un segundo termómetro (situado de forma permanente en el interior de la cámara), a fin de verificar la fiabilidad de la lectura realizada con el termómetro de la cámara.

Se anotará la temperatura del termómetro de control.

Medidas correctoras: Si las temperaturas anotadas no estuvieran dentro del rango de temperaturas admitidas, se indicará la medida a tomar, por ejemplo, avisar al técnico, trasladar la mercancía a otra cámara...

FICHA DE CONTROL DE ALMACENAMIENTO EN ALMACENES Y CÁMARAS

Periodicidad del registro: Semanal.

Identificación de la cámara/almacén: Cada local de almacenamiento (ya sea almacén, cámara de refrigeración o congelación) debe disponer de su propia ficha de registro. Se identificará cada una de las fichas del modo que se estime conveniente (números, letras...)

Estado higiénico de la cámara/almacén: Se observará:

- Limpieza de los locales
- No existencia de hielo acumulado ni encharcamientos de agua
- Los elementos de los locales (ganchos, estanterías...) no presenten deterioros ni oxidaciones.

Se anotará CORRECTO o INCORRECTO

Estiba de productos:

- Debe existir separación física entre alimentos crudos y elaborados.
- Los alimentos elaborados deben almacenarse protegidos y, los alimentos crudos, en la medida de lo posible, también.
- Se anotará CORRECTO o INCORRECTO

Rotación de Stocks: Debe existir una circulación de los productos, de modo que se utilicen los alimentos que más tiempo llevan almacenados.

Se anotará CORRECTO o INCORRECTO

Medidas correctoras: Se anotará la medida a tomar en caso de que alguno de los controles anteriores resulte incorrecto.

FICHA DE CONTROL DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LOCALES, UTENSILIOS Y MAQUINARIA

Periodicidad del registro: Como mínimo una vez por semana. Se realizará aleatoriamente y de forma rotatoria, de modo que al cabo de un tiempo todos los elementos de los establecimientos hayan sido, al menos una vez, objeto de este control. Es recomendable que los locales y maquinaria cuya limpieza resulta especialmente crítica (cámaras frigoríficas, picadoras,...) sean objeto de registro cada vez que se realiza su limpieza y desinfección.

Local/ utensilio/ maquinaria: Se indicará sobre qué elemento del establecimiento se va a llevar a cabo el registro.

Limpieza y desinfección (desinfectante empleado): Se comprobará que las fases de limpieza y desinfección se han realizado correctamente, utilizando los productos adecuados y a las dosis recomendadas. Se anotará CORRECTO o INCORRECTO.

Se indicará, además, el tipo de desinfectante empleado.



Firma: La persona encargada de la limpieza y desinfección deberá firmar al finalizar estas operaciones.

FICHA DE CONTROL DE RENOVACIÓN DEL ACEITE DE LA FREIDORA

Periodicidad del registro: Cada vez que se realice el cambio de aceite de la freidora.

Eliminación del aceite de la freidora: Se anotará CORRECTO cuando se haya retirado todo el aceite, y no se reserve una parte para mezclarla con el aceite nuevo.

Limpieza: Se realizará una limpieza de toda la freidora, de modo que no queden restos del antiguo aceite. Se anotará CORRECTO o INCORRECTO.

Renovación del aceite: Se anotarán en este apartado:

- Volumen de aceite nuevo añadido (cantidad aproximada)
- Marca comercial del aceite.

Fecha prevista de próxima renovación: Se indicará la fecha en la que se prevé realizar de nuevo el cambio de aceite. Esta fecha debe coincidir aproximadamente con la fecha del próximo registro.

Firma: La persona que realiza la renovación del aceite.

PROGRAMA DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

La limpieza y desinfección de locales, equipos y utensilios utilizados en el almacenamiento, preparación y manipulación de los alimentos, es una parte esencial en la aplicación y funcionamiento del sistema de análisis de riesgos y control de puntos críticos. Una falta de control en la limpieza de estos elementos supondrá, irremediablemente, una falta de control de todo el sistema y nuestro esfuerzo anterior resultará inútil.

Debemos, por tanto, establecer un **plan de limpieza y desinfección permanente**, con objeto de asegurar que los locales, equipos y utensilios se limpien periódica y adecuadamente, y que aquellas partes o utensilios más críticos (Ej: batidoras) sean objeto de una atención especial.

6. REQUISITOS DE LAS COMIDAS PREPARADAS

Las comidas preparadas y sus procesos de elaboración y manipulación cumplirán los siguientes requisitos:

14. Se podrá utilizar cualquier producto alimenticio apto para el consumo humano.
15. Las materias primas, productos intermedios y productos finales serán elaborados, manipulados, almacenados, envasados y vendidos al consumidor en condiciones tales que se evite todo posible deterioro o contaminación susceptibles de convertirlos en impropios para el consumo humano o peligrosos para la salud.

En particular, en los locales donde se realicen estas actividades, no se permitirá el contacto directo de los productos alimenticios con el suelo, ni la presencia de animales.

3. La recepción, selección, preparación y, si procede, limpieza de las materias primas se realizará, siempre que sea posible, en un local o espacio reservado para tal fin.

Cuando tales operaciones se realicen en el mismo espacio que el dedicado a la elaboración propiamente de las comidas preparadas, se realizarán de manera que se evite toda posibilidad de contaminación cruzada con otros alimentos, en distinto momento de la elaboración y separadas por las operaciones de limpieza y desinfección de las superficies y útiles de trabajo en contacto con los alimentos.

4. La descongelación se realizará en refrigeración.



5. Una vez descongelados los productos alimenticios, se elaborarán inmediatamente o se conservarán refrigerados durante un período de tiempo y a una temperatura tal que se evite la alteración de los mismos y el posible desarrollo de microorganismos patógenos o la formación de toxinas susceptibles de producir peligros para la salud.
6. Las comidas preparadas descongeladas, no se podrán recongelar. Asimismo, las materias primas descongeladas destinadas a elaborar comidas preparadas no se podrán recongelar.
7. El fraccionamiento de materias primas, productos intermedios y productos finales, con la finalidad de ser utilizados o presentados para su consumo o venta, se realizará en función de las necesidades de trabajo o demanda, de manera que se utilicen las cantidades más reducidas posibles destinadas a su inmediata elaboración, consumo o venta y en condiciones de higiene tales que se evite toda posible contaminación o alteración de los mismos.
8. Las comidas preparadas se elaborarán con la menor antelación posible al tiempo de su consumo, salvo las que vayan a ser congeladas o refrigeradas.
9. Las comidas preparadas destinadas a ser conservadas se someterán cuanto antes a las temperaturas establecidas:
 - a) Comidas congeladas: -18°C .
 - b) Comidas refrigeradas con un periodo de duración inferior a 24 horas: $\leq 8^{\circ}\text{C}$
 - c) Comidas refrigeradas con un periodo de duración superior a 24 horas: $\leq 4^{\circ}\text{C}$.
 - d) Comidas calientes: $\geq 65^{\circ}\text{C}$.
10. Las comidas preparadas con tratamiento térmico elaboradas en el mismo establecimiento donde van a ser consumidas y que vayan a ser conservadas en frío, se refrigerarán en el plazo de tiempo más breve posible, de tal manera que se alcance, en su parte central, una temperatura inferior o igual a 8°C .
11. Cuando se recalienten comidas preparadas cocinadas se hará de tal manera que se alcance en el centro del producto una temperatura igual o superior a 65°C .

7. CONDICIONES GENERALES DE TODOS LOS PROCESOS

1. Planificar la compra de alimentos. Es importante en esta fase evitar la contaminación cruzada. Se deben comprar en distintos tiempos los productos alimenticios y los no alimenticios; si esto no es posible, mantener una correcta separación al adquirirlos y almacenarlos.

2. Seleccionar los productos siguiendo una serie de criterios:

- Demanda de los clientes
- Capacidad de almacenamiento, tanto en frío como en congelación; también en alimentos no perecederos.
- Capacidad y características del obrador y de la cocina.

3. Revisar bien las fechas de caducidad y de consumo preferente.

4. Es mejor tener una oferta de productos más corta, menos variada, pero bien gestionada.



- 5.** Tenemos que evitar situaciones en las que nos quedemos sin sitio adecuado para almacenar o sin tiempo o espacio para elaborar y cocinar; esto nos puede llevar a pérdidas económicas y a riesgos para la salud.
- 6.** El hecho de cocinar con antelación alimentos perecederos que corran el riesgo de deteriorarse no nos asegura el que vayamos a servir un producto inocuo. El tratamiento térmico energético destruirá los microorganismos patógenos presentes en el alimento, pero la contaminación puede aparecer después del cocinado, sobre todo si transcurre un tiempo prolongado entre la preparación y el consumo final y si el recalentamiento previo es menos agresivo que el cocinado.
- 7.** Cuando se descongele un alimento hay que cocinarlo enseguida.
- 8.** No es aconsejable comprar fresco y congelar “cuando no queda más remedio”. Además de aumentar el riesgo microbiológico, estamos empeorando la calidad nutricional y gastronómica del producto.
- 9.** Hay que saber qué comprar y dónde:
 - Siempre en establecimientos autorizados
 - Que sean productos de origen conocido
 - Que estén bien etiquetados e identificados (a granel).
- 10.** Comprar antes los productos más vulnerables y dejar los perecederos para el final. Es importante perseguir una mínima interrupción de la cadena del frío.
- 11.** Si nos sirven productos en nuestro propio establecimiento tenemos que exigir la documentación adecuada y los criterios de homologación de proveedores.
- 12.** Es muy importante una correcta rotación de los productos: utilizar antes lo que habíamos comprado y almacenado con anterioridad.
- 13.** No descuidar el almacenamiento de productos no perecederos: envases de cartón, latas, botellas, etc...
 - Evitar su deterioro (no apilar demasiados envases).
 - Almacenar en lugar fresco, seco, exento de olores y separados de productos no alimenticios.
 - Las conservas son envases herméticos: evitar golpes que produzcan abolladuras, evitar contacto con agua porque puede llegar a picarlas.
 - Los accidentes que llevan a una pérdida de hermeticidad de las conservas son fáciles de prevenir, pero pueden tener consecuencias graves.
 - Las conservas no requieren almacenamiento en frío, pero sí las semiconservas.