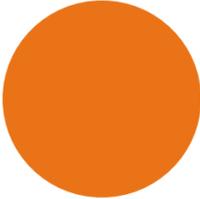


# Higiene y Manipulación de Alimentos

Capacitación-2024

RELATOR: DANIELA MIRANDA





# ITINERARIO DEL CURSO

## MÓDULO N°1

Normativas y exigencias para la manipulación de alimentos.

## MÓDULO N°2

Técnicas para la prevención de contaminación de los alimentos.

## MÓDULO N°3

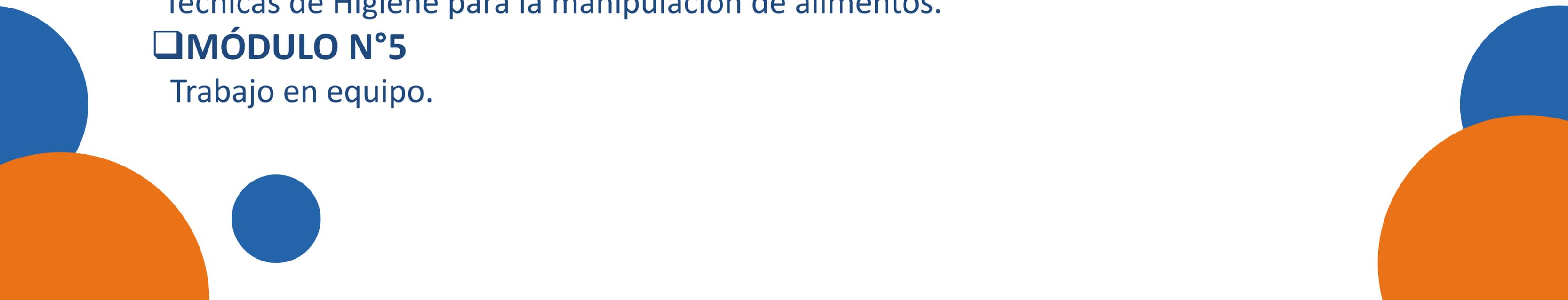
Técnicas para la conservación de segura de los alimentos.

## MÓDULO N°4

Técnicas de Higiene para la manipulación de alimentos.

## MÓDULO N°5

Trabajo en equipo.



# MÓDULO N°3

## Técnicas para la conservación segura de los alimentos.



# Técnicas de Conservación en Frio.

- **Cadena de Frio:** conjunto de actividades realizadas con temperaturas de refrigeración o congelación controlada. Una cadena de frio que se mantiene intacta garantiza que el alimento se ha mantenido dentro de un intervalo de temperaturas durante la producción, el transporte, el almacenamiento y el servicio.



# Refrigeración y Congelación:

- **Refrigeración : 0°C-5°C**  
productos lácteos, listo para el consumo, entre otros.
  
- **Congelación: -18°C**  
Carne, pollo, pescado, hamburguesas.



# Técnicas de Conservación.

- **Liofilización:** Es una forma de secado en frío que consiste en congelar el alimento y posteriormente introducirlo en una cámara de vacío para realizar la separación del hielo por sublimación.

Sirve para conservar sin dañar los alimentos, se conservan con muy bajo peso y a temperatura ambiente. Los alimentos recuperan todas sus propiedades al rehidratarse.



# Técnicas de Conservación.

- **Pasteurización:**

Consiste en aumentar la temperatura del alimento a 72 °C durante algunos minutos y enfriarlo rápidamente a 4 °C. Se utiliza sobre todo en jugos, leche, cervezas, algunos quesos y agua purificada. Este proceso inactiva los microorganismos, pero sus esporas siguen presentes en el alimento por lo que deben ser refrigerados una vez abiertos.



# Técnicas de Conservación.

- **Esterilización:**

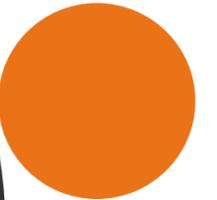
Es utilizada en productos envasados y enlatados. Consiste en colocar el alimento en un recipiente cerrado y elevar su temperatura por arriba de 120 °C. Como el calentamiento dura solo unos segundos, el valor nutritivo y las propiedades de los alimentos no se ven alteradas. Este proceso mata cualquier microorganismo presente en el producto.



# Técnicas de Conservación.

- **Deshidratación o Secado:**

El secado de los productos alimenticios es una operación muy utilizada. Consiste en aplicar energía térmica para retirar el contenido de agua de un alimento, creando condiciones en las que ningún microorganismo pueda sobrevivir o reproducirse. Este proceso se utiliza en la elaboración de harinas, frutas secas y carnes.

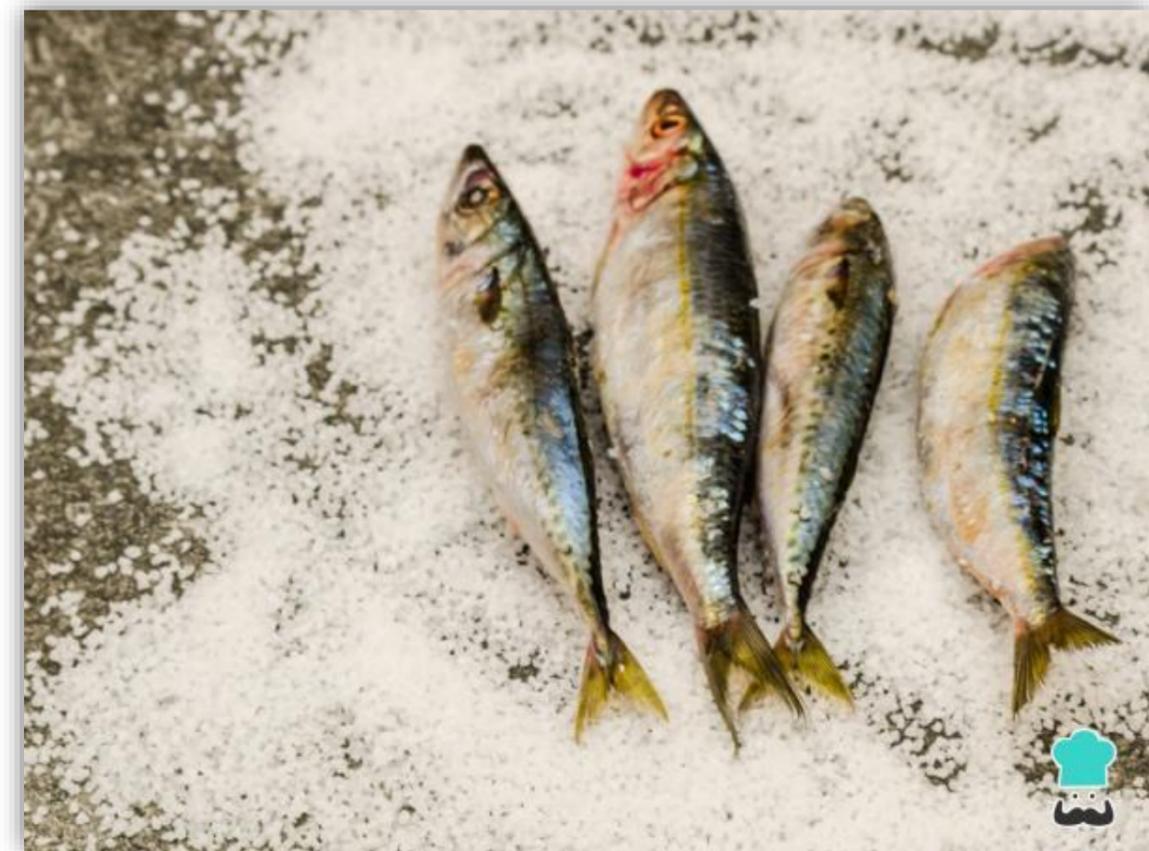


# Técnicas de Conservación.

- **Concentrado de Sal:**

**Salado:** la sal provoca que el agua del alimento salga y éste se deshidrate, lo cual evita la proliferación de microorganismos.

**Salmuera:** impide el crecimiento de microorganismos porque la concentración de sal en la disolución es letal para ellos.



# Técnicas de Conservación.

- **Concentrado de Azúcar:**

muchos productos como jaleas, ates y mermeladas son conservados por este método. Una concentración alta de azúcar impide la proliferación de microorganismos. Generalmente, también pasan por un proceso térmico para matar a los microorganismos que pudieran estar presentes.



# Técnicas de Conservación.

- **Aditivos Alimentarios:** sustancias que se añaden a los alimentos para que estos mantengan sus cualidades, o para potenciar o recuperar algunas que se han perdido durante el proceso de elaboración. Los aditivos que nos interesan, son los conservantes. Son sustancias que dificultan o impiden el desarrollo de los microorganismos.



# Técnicas de Conservación.

- **Al Vacío:** se fundamenta en dejar sin oxígeno el medio donde se envasa o guarda. Eso quiere decir que el producto dura mucho más.
  - ✓ Evita pérdidas de aroma de alimentos.
  - ✓ Evita el crecimiento bacteriano
  - ✓ Evita cambios químicos.



# Métodos para almacenar alimentos.





## Clasificación de alimentos según su conservación.

PERECIBLES	NO PERECIBLES
<ul style="list-style-type: none"><li>• CORTA VIDA ÚTIL DEL PRODUCTO.</li><li>• NECESITA CONDICIONES ESPECIALES DE ALMACENAMIENTO: REFRIGERACIÓN Y ALMACENAMIENTO.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• LARGA VIDA ÚTIL DEL PRODUCTO.</li><li>• FECHA DE VENCIMIENTO SE EXIENTE DE 1 A 4 AÑOS.</li><li>• NO NECESITA CONDICIONES ESPECIALES DE ALMACENAMIENTO.</li></ul>



# Almacenamiento y conservación de alimentos.



Dato: existen productos que se pueden conservar en lugares fresco y seco, sin embargo luego de ser abiertos se deben conservar de otra forma, generalmente refrigerados, por eso es importante ver el rotulo y su forma de almacenamiento



# Sistema FIFO Y FEFO

## Sistema de rotación de mercadería

**FIFO:** First in, First Out.

“ Lo primero que entra, es lo primero que sale”

Se aplica al momento de guardar en bodega las frutas, las verduras, ya que estas no tienen una fecha de vencimiento, por lo tanto las primeras en llegar serán las primeras en utilizarse.



**FEFO:**

“Lo primero que expira, es lo primero que se utiliza”

Este concepto aplica para todos los productos que tienen fecha de vencimiento, de esa forma se guardan según esta fecha y los primeros en vencer serán los primeros en utilizarse.



# Almacenamiento y conservación de alimentos.

Controles básicos de calidad de un producto.

Cuando recibimos o compramos un producto debemos tener en cuenta:



# Almacenamiento y conservación de alimentos.

Controles básicos de calidad de un producto.

Cuando recibimos o compramos un producto debemos tener en cuenta:



# Almacenamiento y conservación de alimentos.

LUGAR DE ALMACENAMIENTO	CONDICIONES DE ALMACENAMIENTO	TIPO DE ALIMENTOS
BOGEDAS	T° Ambiente	Abarrotes diversos
REFRIGERACIÓN	0°C-5°C	Mantequilla, yogur perecibles
CONGELACIÓN	-18°C	Hortalizas, carnes. perecibles

# ¿Cómo debe ser la bodega de abarrotes?

- ✓ Alimentos secos deben estar al menos 10 a 20 cm del piso y de la pared ( para evitar humedad) y fuera la luz solar.
- ✓ La T° de almacenamiento debe ser 10-21°C
- ✓ Las áreas deben estar secas, bien ventiladas, libres de plagas y protegidas.



# MÓDULO N°4

Técnicas de Higiene para la  
manipulación de alimentos.



# Higiene para la manipulación de alimentos.

## ¿Qué es manipulador de alimentos?

Corresponde a toda persona que trabaje a cualquier título, aunque sea ocasionalmente en lugares donde se produzca, manipula, elaboré, almacene, distribuya o expendan alimentos.



# Requisitos claves para la inocuidad alimentaria.

SALUD

HIGIENE  
PERSONAL

VESTIMENTA

---

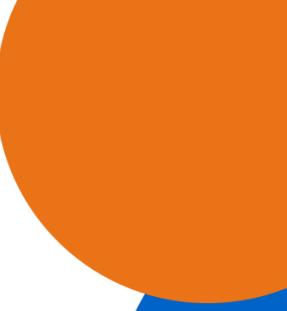
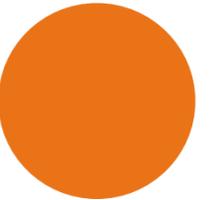
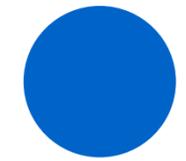
# Requisitos claves para la inocuidad alimentaria.

**Salud del manipulador:** No debe tener enfermedades respiratorias, estomacales, heridas o infecciones. Cualquier problema de salud que surgiera durante su trabajo o al iniciar la jornada, debe reportarla al supervisor o superior más cercano. Éste debe tomar las medidas necesarias para aislar a esta persona del contacto con los alimentos. No significa que vaya a ser despedido, sino que será trasladado a otra sección donde su problema de salud no implique riesgo. Por ejemplo, al sector bodega o distribución



# Requisitos claves para la inocuidad alimentaria.

**Higiene Personal:** se debe considerar, entre otros, un correcto lavado de manos con agua potable (preferentemente caliente) y jabón (20 segundos de refriega), para finalmente secar las manos (preferentemente con toalla de papel desechable). Esto se realizará siempre antes de manipular los alimentos y también después de ejecutar algún tipo de actividad donde se puedan haber contaminado las manos; ducharse antes de ir a trabajar y mantener las uñas cortas y limpias, cara afeitada, pelo lavado y recogido con gorro o cofia.



# Requisitos claves para la inocuidad alimentaria.

## EXIGENCIAS MINIMAS DE HIGIENE PERSONAL

- DUCHA DIARIA
- LAVADO DE PELO DIARIO
- LAVADO DE DIENTES CONTINUO Y DESPUES DE CADA COMIDA
- LAVADO DE MANOS CADA VEZ QUE SEA NECESARIO O CADA QUE CAMBIE DE OPERACIÓN.
- MANTENER UÑAS CORTAS, LIMPIAS Y MUJERES SIN ESMALTE.
- NO USAR NINGUN TIPO DE JOYAS, AROS,

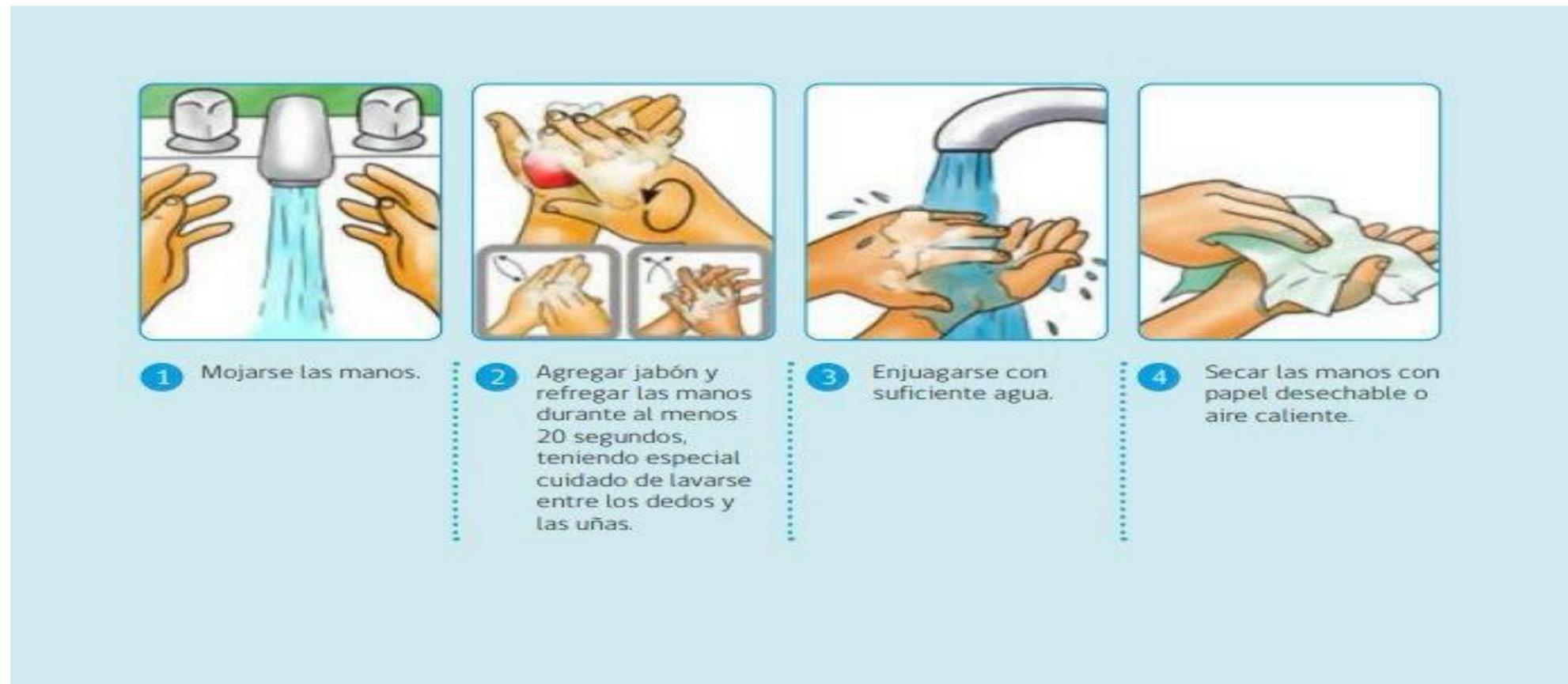
## RELOJ, PULSERAS, ANILLOS.

- HOMBRES SIEMPRE DEBEN ESTAR AFEITADOS.
- USO CORRECTO DEL UNIFORME, DEBE ESTAR LIMPIO.



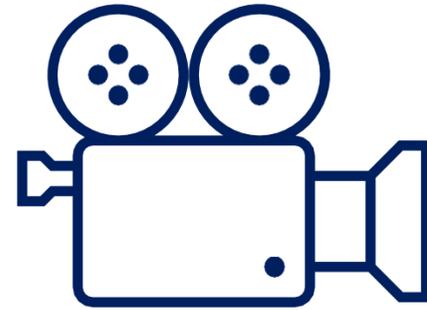
# Requisitos claves para la inocuidad alimentaria.

## *CORRECTO LAVADO DE MANO:*



# Requisitos claves para la inocuidad alimentaria.

*CORRECTO LAVADO DE MANO:*



**VIDEO LAVADO DE MANOS**

---

# Requisitos claves para la inocuidad alimentaria.

## *¿Cuándo lavar las manos?*

- ✓ *Al comenzar la jornada laboral*
    - ✓ *Antes de comer*
    - ✓ *Después de ocupar el baño.*
  - ✓ *Después de tocar cualquier objeto sucio.*
  - ✓ *Después de saludar alguien con la mano*
  - ✓ *Antes y después de preparar alimentos.*
  - ✓ *Después de tocar, cabello, nariz o cualquier parte del cuerpo.*
    - ✓ *Después de manipular cualquier sustancia química.*
-

# Requisitos claves para la inocuidad alimentaria.

## *Algunas consideraciones del lavado de mano.*

- El jabón adecuado para lavarse las manos, el es **antiséptico o antibacterial**. El jabón cosméticos solo quita la suciedad, pero las bacterias pueden quedar adheridas a nuestras manos.
- El alcoholgel no reemplaza el lavado de mano.
- Importante lavarse las manos frecuentemente, ya que nuestras mano pueden ser vía directa de contaminación de los alimentos.



# Requisitos claves para la inocuidad alimentaria.

**La ropa:** puede ser una fuente de contaminación de los alimentos, ya que contiene microorganismos y tierra que provienen de las actividades diarias. Una vestimenta apropiada para el manipulador de alimentos consiste en una gorra que cubra totalmente el cabello para evitar su caída, un delantal de color claro (o delantal plástico) utilizado solamente en el área de trabajo, guantes (opcional) y calzado adecuado. Es por tanto importante reiterar que manipular alimentos siempre con las manos limpias y practicar las normas higiénicas adecuadas ayudará a evitar el consumo de alimentos contaminados.



# Uso correcto del uniforme.

## *Hábitos Correctos:*

*Delantal limpio y ordenado, sin ropa de color sobre el .*

*Cofia, la que debe cubrir todo el cabello.*



*Mascarilla (solo si se esta enfermo, o si la empresa decide utilizarlo en sectores de producción o en toda la cadena de producción.)*



*Guantes en caso de corte o quemadura, deben ser cambiados las veces que sea necesario, durante la faena de trabajo.*



*Zapatos de seguridad.*



# Acciones incorrectas de un manipulador de alimentos

## Hábitos higiénicos deseables e indeseables en un manipulador de alimentos



# Acciones incorrectas de un manipulador de alimentos



# Acciones correctas de un manipulador de alimentos



**Lavado de utensilios y superficies de preparación de alimentos.**



**Lavado de vajillas y cubiertos con agua caliente.**



**Usar detergente y agua limpia.**



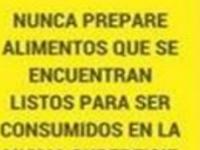
**Manejo de platos, cubiertos, fuentes, vasos y tazas.**

## RECUERDE

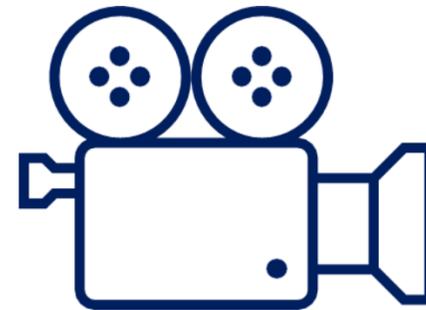
Que la vajilla debe ser lavada con agua corriente y potable caliente. No se debe hacer lavazas donde se concentran los microorganismos. Tampoco se debe secar la loza, vasos y otros utensilios con paños de cocina, u otro tipo de telas, es mejor, por ejemplo, dejarlos secar al aire, utilizar máquinas de aire caliente o utilizar una toalla de papel desechable.

# 5 CLAVES PARA LA INOCUIDAD ALIMENTARIA

## CINCO CLAVES DE LA INOCUIDAD DE LOS ALIMENTOS

<b>1</b> MANTENGA LA LIMPIEZA	<b>2</b> MANTENGA ALIMENTOS A TEMPERATURA SEGURA	<b>3</b> EVITA CONTAMINACIÓN CRUZADA	<b>4</b> AGUA Y MATERIA PRIMA SEGURA	<b>5</b> COCCIÓN COMPLETA
 LAVAR LAS MANOS CUANDO SEA NECESARIO.	 MANTÉN LOS ALIMENTOS REFRIGERADOS A 5°C O MENOS.	 NO ALMACENAR ALIMENTOS CRUDOS SOBRE ALIMENTOS COCIDOS O LISTOS PARA SER CONSUMIDOS.	 SELECCIONE ALIMENTOS SANOS Y FRESCOS. NO UTILICE ALIMENTOS DESPUÉS DE LA FECHA DE VENCIMIENTO	 COCINA LOS ALIMENTOS HASTA QUE ALCANCE UNA TEMPERATURA INTERNA ADECUADA
 NO TRABAJES SI TE ENCUENTRAS ENFERMO.	 MANTÉN LOS ALIMENTOS CALIENTES A 60°C O MÁS.	 NUNCA PREPARE ALIMENTOS QUE SE ENCUENTRAN LISTOS PARA SER CONSUMIDOS EN LA MISMA SUPERFICIE O CON LOS MISMOS UTENSILIOS UTILIZADOS PARA PREPARAR COMIDA CRUDA.	 USE AGUA TRATADA PARA QUE SEA SEGURA	 

# 5 CLAVES PARA LA INOCUIDAD ALIMENTARIA



VIDEO 5 CLAVES PARA LA  
INOCUIDAD ALIMENTARIA



# 5 CLAVES PARA LA INOCUIDAD ALIMENTARIA

| **A** / Introducción a las Buenas Prácticas de Manipulación

## 5 Claves de la Inocuidad Alimentaria Recomendadas por la OMS



### CLAVE Nº 1

Utilice agua  
y alimentos  
seguros



### CLAVE Nº 2

Mantenga la  
limpieza



### CLAVE Nº 3

Separe carnes y  
pescados crudos  
del resto de los  
alimentos



### CLAVE Nº 4

Cocine los  
alimentos  
completamente



### CLAVE Nº 5

Mantenga los  
alimentos a  
temperaturas  
seguras

**MUCHAS  
GRACIAS**