

CAPACITACION DE VENDEDORES CALLEJEROS DE ALIMENTOS GUIA DIDACTICA



ORGANIZACION DE LAS NACIONES UNIDAS PARA
LA AGRICULTURA Y LA ALIMENTACION

División de Política Alimentaria y Nutrición
Oficina Regional para América Latina y el Caribe

Santiago - Chile

**CAPACITACION DE VENDEDORES
CALLEJEROS DE ALIMENTOS
GUIA DIDACTICA**



**ORGANIZACION DE LAS NACIONES UNIDAS PARA
LA AGRICULTURA Y LA ALIMENTACION**

**CAPACITACION DE VENEDORES
CALLEJEROS DE ALIMENTOS
GUIA DIDACTICA**

1ª Edición 3000 ejemplares, 1990

1a. Reimpresión 2000 ejemplares, 1992

**© ORGANIZACION DE LAS NACIONES UNIDAS PARA LA
AGRICULTURA Y LA ALIMENTACION. FAO 1990.**

SANTIAGO DE CHILE, 1990.

P R O L O G O

La venta de alimentos en la vía pública es una práctica tradicional en América Latina. Sin embargo, en las últimas décadas, esta actividad se ha incrementado por múltiples causas originando una situación de gran importancia a la que las autoridades deben conceder una atención prioritaria.

Estas causas son principalmente socioeconómicas: el deterioro de las condiciones de vida de las áreas rurales ha determinado una creciente migración hacia las ciudades y la expansión de zonas marginales y de pobreza. Los habitantes deben buscar trabajo a grandes distancias de sus hogares, en donde no tienen acceso a sistemas de alimentación colectiva y deben recurrir por lo tanto a los vendedores ambulantes de alimentos.

Las comidas que se ofrecen en la vía pública presentan ciertas ventajas; así por ejemplo: no son costosas, incluyen una variedad de alimentos tradicionales, se sirven con rapidez, se pueden comer de inmediato, están relativamente equilibradas desde el punto de vista nutricional y muchas veces resultan bastante apetitosas.

Los vendedores callejeros constituyen un factor positivo para la economía local. Proporcionan empleo a personas sin capacitación laboral, a quienes probablemente sería difícil encontrar otro tipo de trabajo, incluyendo a las mujeres y a familias enteras.

Sin embargo, junto a estas ventajas, los alimentos vendidos en las calles comparten una serie de desventajas importantes. El problema más evidente gira en torno a su inocuidad. Varios estudios realizados en países en desarrollo han demostrado el potencial que tienen para ocasionar serios brotes de intoxicación alimentaria por contaminación microbiológica y por la utilización de aditivos alimentarios no permitidos, de edulcorantes, de colorantes y por la presencia de otros productos adulterantes.

La deficiente higiene personal de los vendedores, la escasa o nula capacitación en higiene de los alimentos, el uso de utensilios no apropiados, la falta de agua potable y de servicios sanitarios, y la acumulación de basuras determina que esta práctica, además de ser origen de enfermedades transmitidas por los alimentos, se convierta en causa de contaminación ambiental y de proliferación de roedores e insectos.

Los alimentos de venta callejera pueden considerarse al mismo tiempo un problema, un desafío y una oportunidad para el desarrollo. El problema es asegurar la calidad e inocuidad de los alimentos que se venden. La oportunidad radica en el fortalecimiento de los hábitos alimentarios tradicionales y locales, así como en el desarrollo de pequeñas industrias y de estructuras cooperativas de comercialización. El desafío es proporcionar a las autoridades gubernamentales y municipales los medios necesarios para garantizar la inocuidad y la calidad de dichos alimentos y estimular al mismo tiempo el desarrollo de este sector.

El Taller Latinoamericano FAO/OPS sobre Alimentos Comercializados en la Vía Pública, celebrado en Lima en octubre de 1985, entre otros aspectos reconoció unánimemente que la actividad fundamental y de mayor urgencia era brindar educación, capacitación y concientización higiénico-sanitario-tecnológica a los manipuladores, vendedores y consumidores de alimentos callejeros. Además, recomendó que se organizaran y ejecutaran a la mayor brevedad cursos de capacitación a los vendedores ambulantes y a los consumidores de tales alimentos, ajustados a las particularidades de los distintos países.

Además, la Consulta de Expertos de la FAO sobre Venta de Alimentos en las Calles, celebrada en Yokyakarta (Indonesia) en diciembre de 1988, comprendiendo el significado socioeconómico y nutricional de los alimentos vendidos en la calle, así como los peligros potenciales para la salud, recomendó firmemente que las autoridades nacionales adoptaran las medidas necesarias para reconocer y apoyar esta industria a fin de iniciar cuanto antes la mejora de sus actividades, y para que mediante la capacitación y las medidas necesarias para su desarrollo, pudieran absorber

a los vendedores ambulantes considerándolos partícipes del sistema de abastecimiento alimentario en las ciudades.

En este sentido, la FAO ha elaborado esta Guía Didáctica con el propósito de lograr cambios efectivos y permanentes en las personas encargadas de la preparación y venta de alimentos en las calles, mediante la capacitación en higiene personal, de los alimentos y del medio ambiente. Teniendo en cuenta que la población urbana de la Región llegará muy pronto al 75% de la población total y que es la mayor consumidora de alimentos vendidos en la calle, consideramos que esta Guía constituirá una contribución esencial para mejorar las condiciones de la alimentación en la Región.

Paul Lunven
Director

División de Política Alimentaria y Nutrición

RECONOCIMIENTOS

En el desarrollo de la Guía Didáctica para la Capacitación de los Vendedores Callejeros de Alimentos participaron numerosas personas, a quienes se les agradece su valiosa colaboración.

La versión preliminar fue elaborada, a solicitud la de FAO, por el doctor **José Palomino Huamán**, Director, y la doctora **Bertha Muñoz Veneros**, de la Dirección de Protección de Alimentos y Zoonosis del **Ministerio de Salud de Perú**. Tuvo como base el Estudio sobre Educación y Capacitación a Manipuladores, Vendedores y Consumidores de Alimentos Comercializados en la Vía Pública, cuyo objetivo fue analizar las características higiénicas, sanitarias y tecnológicas de la venta callejera de alimentos y preparar módulos educativos, los cuales fueron utilizados en diversos cursos de capacitación en el Perú.

Posteriormente, la Guía Práctica Didáctica fue revisada en dos talleres efectuados en Quito y la Paz durante 1989, con la colaboración, respectivamente, del **Ministerio de Salud Pública del Ecuador** y del **Ministerio de Previsión Social y Salud Pública de Bolivia**. En estos países, se había probado previamente la Guía en cursos de capacitación dirigidos a manipuladores y vendedores de alimentos callejeros.

Teniendo en cuenta las recomendaciones efectuadas en esos talleres, la versión definitiva fue preparada por las nutricionistas **Sonia Olivares C.** e **Isabel Zacarías H.** del **Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos de la Universidad de Chile**, en coordinación con el doctor **Cecilio Morón**, Oficial Regional de Política Alimentaria y Nutrición de la FAO.

I N D I C E

	Pág.
PROLOGO	
RECONOCIMIENTOS	
GUIA PARA EL INSTRUCTOR DEL CURSO	
Introducción	1
Objetivos del curso	2
Características del grupo objetivo	3
Funciones del instructor del curso	3
Descripción de los materiales didácticos	5
Cómo evaluar el logro de los objetivos del curso	7
MODULO 1. LA SALUD DE LA POBLACION	17
Objetivos	19
Contenidos principales	19
Materiales necesarios	19
Desarrollo del contenido	20
Sugerencias de actividades prácticas	36

MODULO 2. CONDICIONES Y CARACTERISTICAS
DEL LUGAR DE PREPARACION Y VENTA DE
ALIMENTOS

39

Objetivos

41

Contenidos principales

41

Materiales necesarios

41

Desarrollo del contenido

42

Sugerencias de actividades prácticas

57

MODULO 3. SALUD, PRESENTACION E HIGIENE
DEL MANIPULADOR-VENDEDOR DE ALIMENTOS

59

Objetivos

61

Contenidos principales

61

Materiales necesarios

61

Desarrollo del contenido

62

Sugerencias de actividades prácticas

68

MODULO 4. HIGIENE DE LOS ALIMENTOS

69

Objetivos

71

Contenidos principales

71

Materiales necesarios

71

Desarrollo del contenido

72

Sugerencias de actividades prácticas

88

ANEXO 1 EJEMPLOS DE SOCIODRAMAS DE APOYO A LOS MODULOS EDUCATIVOS	91
SOCIODRAMA 1. MANOS A LA OBRA	94
. Cuadro N°1 ¡Todo lo incorrecto!	94
. Cuadro N°2 ¡Lo mejor posible!	97
SOCIODRAMA 2. ¿QUE SE VENDE EN ESTE PUESTO?	99
. Cuadro N°1 ¡Todo lo incorrecto!	99
. Cuadro N°2 ¡Lo mejor posible!	102
ANEXO 2. CARTILLAS	105
Cartilla N°1. ¿Cómo evitar las enfermedades transmitidas por los alimentos?	
Cartilla N°2. ¡Proteger los alimentos ayuda a cuidar la salud!	
Cartilla N°3. Una presentación adecuada ... ¡es posible!	
Cartilla N°4. ¡Ahora a cocinar... pero diferente!	

GUIA DEL INSTRUCTOR DEL CURSO

INTRODUCCION

El material didáctico de este curso trata, en forma muy simple, los conceptos básicos que el manipulador-vendedor callejero de alimentos debe comprender y aplicar para manejar higiénicamente los alimentos y contribuir así a la prevención de las enfermedades de origen o transmisión alimentaria, importante problema de salud pública en los países de la Región.

El instructor debe tener presente que el concepto de higiene varía entre los individuos, según el ambiente del que provengan. Su primer objetivo entonces, será lograr que los manipuladores-vendedores identifiquen el verdadero significado de la higiene personal, ambiental y de los alimentos y conozcan los hábitos necesarios de mantener para lograrla.

El consumo de alimentos en la calle es cada día mayor en las grandes ciudades, debido a los horarios de trabajo o estudio y la distancia entre éstos y los hogares de un elevado número de personas, habitualmente pertenecientes a grupos de bajos ingresos, para quienes este tipo de alimentación representa la alternativa más económica.

Desde el punto de vista nutricional, estos alimentos debieran cubrir un porcentaje importante de las necesidades de calorías y nutrientes de los consumidores (en su mayoría trabajadores y estudiantes), debido a que generalmente reemplazan la mitad de las comidas del día. Por lo tanto, se debe promover que estos alimentos tengan un buen aporte nutritivo, además de condiciones higiénicas adecuadas.

Otro aspecto muy importante de tener en cuenta es la motivación de los asistentes al curso, factor esencial para lograr cambios de conducta efectivos. El instructor debe recordar que el adulto aprenderá y aplicará principalmente lo que considere le reportará un beneficio en el corto plazo. Se incrementará la posibilidad de que apliquen lo aprendido en el curso, si los manipuladores-vendedores de alimentos se convencen que una adecuada presentación personal, la limpieza del puesto de ventas y de los alimentos, unidos a un trato deferente con los consumidores, aumentará las ventas al atraer un mayor número de clientes.

OBJETIVOS DEL CURSO

- Lograr que al término de éste, los manipuladores-vendedores callejeros de alimentos participantes:
 - . Comprendan su papel y responsabilidad en el manejo higiénico de los alimentos y en la prevención de las enfermedades de transmisión alimentaria.
 - . Identifiquen las prácticas de higiene personal, ambiental y de los alimentos necesarias de incorporar a su quehacer habitual.
 - . Comprendan los beneficios económicos y la satisfacción personal que pueden obtener al ofrecer al consumidor un servicio higiénico que aumentará su prestigio y, como resultado, las ventas.

CARACTERISTICAS DEL GRUPO OBJETIVO

Cada grupo de participantes en este curso, si bien desarrolla una actividad común, puede tener distintas características de escolaridad, edad, conocimientos previos, hábitos de higiene y actitudes, que facilitarán o dificultarán el logro de los objetivos propuestos.

El instructor tendrá que tratar de interiorizarse, no sólo de los antecedentes personales de los participantes, sino también de sus conocimientos, creencias, actitudes y prácticas frente a cada tema, con el fin de que el lenguaje, los contenidos y las técnicas educativas sean adecuadas a sus capacidades y posibilidades.

Dado que es probable que el mayor número de participantes corresponda a personas con baja escolaridad, deberá enfatizarse el uso de un lenguaje sencillo, láminas y dibujos autoexplicativos, y principalmente, la realización de demostraciones prácticas con elementos y situaciones propias del quehacer diario de los manipuladores-vendedores de alimentos.

FUNCIONES DEL INSTRUCTOR DEL CURSO

El papel de la persona responsable del curso, a la que denominaremos instructor, será distinto del de un profesor tradicional. Mas bien será un guía que tratará de estimular la participación de los asistentes, integrando la experiencia de éstos al proceso de aprendizaje.

Es necesario que en la etapa previa a la organización del curso, el instructor se informe de la situación local de los manipuladores - vendedores callejeros de alimentos, si existen disposiciones legales respecto a permisos, requisitos de salud, eventuales programas de capacitación, etc.

Asimismo, será conveniente que consulte en el organismo de salud local sobre las enfermedades de transmisión alimentaria más frecuentes, programas de salud existentes al respecto y si existe algún tipo de material educativo que él pudiera utilizar durante el curso. Esto tiene dos finalidades: optimizar el uso del material existente y uniformar los mensajes que se entregarán a los participantes. Los mensajes contradictorios, frecuentes en la educación a la población, desconciertan y restan credibilidad, disminuyendo sus posibilidades de éxito.

Es conveniente que los grupos de participantes en el curso sean pequeños (15-20 personas) con el fin de que todos tengan la oportunidad de practicar las técnicas esenciales que se espera apliquen posteriormente, especialmente el lavado de manos, lavado de verduras de hoja, frutas, utensilios, etc. El instructor deberá crear un ambiente de confianza, permitiendo a todos expresar libremente sus ideas y dudas respecto al tema en discusión. El eje metodológico del curso es el "aprender-haciendo", por lo que es esencial buscar los mecanismos que faciliten la activa participación de todos los asistentes en cada una de las actividades programadas.

Los manipuladores - vendedores de alimentos pueden sentir que poner en práctica lo aprendido durante el curso, les significará exigencias económicas o de otro tipo, que no todos estarán dispuestos a afrontar. El instructor debe estimular que las propuestas de solución surjan de los propios participantes. Habitualmente son las más realistas y posibles de llevar a la práctica, disminuyendo la resistencia del grupo.

DESCRIPCION DE LOS MATERIALES DIDACTICOS

El material didáctico preparado para desarrollar el curso consta de:

- . Guía para el instructor del curso
- . Cartillas para los participantes

La Guía para el instructor está dividida en 4 módulos. Contiene además el presente capítulo con las instrucciones para el uso del material.

Los módulos son los siguientes:

- I La salud de la población
- II Condiciones y características del lugar de preparación y venta de alimentos
- III Salud, presentación e higiene del manipulador-vendedor de alimentos
- IV Higiene de los alimentos

Cada módulo tiene el mismo formato, contiene:

- . El título del módulo
- . Los objetivos que se deben lograr al final del módulo
- . Los contenidos principales
- . Los materiales necesarios
- . El tiempo estimado para el desarrollo del módulo
- . El desarrollo de los contenidos de cada módulo. Este se presenta principalmente en forma de preguntas y respuestas, que pueden facilitar la labor del instructor para determinar conocimientos previos y evaluar su comprensión posterior.

- . Sugerencias de actividades prácticas. Al término de cada módulo, se incluyen algunas sugerencias de actividades prácticas que el instructor deberá leer y preparar con anticipación. Los materiales necesarios dependerán de las actividades seleccionadas, de los recursos locales y de la iniciativa del instructor, quien puede agregar o modificar actividades según las características de cada grupo y su propia inquietud.

El momento más apropiado para realizar una actividad es el señalado en cada módulo con la frase **"Realizar actividades prácticas"**.

El contenido del material didáctico aborda sólo algunos aspectos básicos que el instructor puede complementar y adecuar a las características de cada grupo de participantes. Es especialmente necesario hacer referencia a situaciones locales, como las enfermedades de transmisión alimentaria más conocidas y frecuentes en el país y localidad, y adaptar el lenguaje al usado corrientemente por los asistentes para asegurar su comprensión.

Las cuatro cartillas (una para cada módulo) son un apoyo didáctico para los participantes, en los que se resumen los principales contenidos en forma gráfica, con un mínimo de escritura. Estas cartillas deben ser distribuidas a cada participante cuando se indica en cada módulo y el instructor irá comentándolas con ellos y explicándolas a medida que se trata el contenido respectivo.

Si no dispone de un número suficiente de cartillas, el instructor deberá fotocopiarlas y tener especial cuidado en su compaginación, para lo cual se numeró las páginas. Es conveniente fotocopiar cada hoja por ambas caras, utilizando las cartillas que se presentan separadas del libro, lo cual facilitará la tarea.

Sería recomendable que el instructor dispusiera además de láminas que reproduzcan los dibujos de las cartillas, u otros que representen situaciones problemáticas similares, con el fin de promover la interacción grupal y el intercambio de experiencias de los participantes.

En el Anexo N°1 se presentan dos ejemplos de sociodramas que el instructor puede incluir para motivar y reforzar los conceptos del módulo 3 (sociodrama N°1) y módulo 4 (sociodrama N°2).

COMO EVALUAR EL LOGRO DE LOS OBJETIVOS DEL CURSO

Definir un método de evaluación de los cambios en el nivel de conocimientos, actitudes y prácticas de los participantes en los cursos es difícil, por las distintas características de los grupos en cada localidad. Sólo es posible enfatizar la necesidad de evaluar, lo que puede lograrse a través de diferentes instrumentos y técnicas.

Si la escolaridad del grupo lo permite, se puede evaluar su nivel de conocimientos inicial y final aplicando un cuestionario, que consulte 6 a 10 preguntas por módulo, con el fin de asegurar la representatividad de los objetivos. El tipo de preguntas podrá ser de respuesta corta o de alternativas y deberá ser elaborado y probado en el país, en grupos similares a aquéllos con los que se aplicará posteriormente.

1) Ejemplo de pregunta de respuesta corta

Nombre las etapas del correcto lavado de manos:

- 2) Ejemplo de pregunta de alternativas: (indicar que hay una respuesta correcta, que se debe marcar con un círculo o una cruz).

Cuando no se dispone de agua potable, el agua para beber se puede desinfectar agregándole la siguiente cantidad de cloro:

- a) 1 gota por litro
- b) 1 gota por cada 2 litros
- c) 1 cucharadita por litro
- d) 1 cucharadita por cada 2 litros
- e) 1 cucharadita por cada 5 litros

Para evaluar el dominio de una técnica, será necesario que algunos participantes realicen una demostración. Por ejemplo el correcto lavado de manos, el correcto lavado de verduras y frutas.

El instructor puede evaluar usando una pauta de observación estructurada, que defina claramente las conductas que observará, como el ejemplo que se presenta en la página 10. Algunos participantes también pueden trabajar con la pauta y comentar sus observaciones con el grupo, reforzando los conocimientos adquiridos con el apoyo del instructor.

Los sociodramas que se presentan en el Anexo N°1, además de constituir una técnica educativa motivadora y efectiva, pueden servir para evaluar. El instructor puede dividir al curso en grupos de 3-4 personas y solicitarles que anoten las fallas observadas y propongan lo correcto en diferentes aspectos.

Cuando los grupos son pequeños, también se puede evaluar mediante discusiones grupales, en las que los participantes manifiesten sus actitudes y demuestren sus conocimientos ante una situación planteada por el instructor.

Si el nivel de escolaridad del grupo es muy bajo, se pueden utilizar láminas en las que se observan situaciones correctas o incorrectas, que el grupo o cada participante podrá analizar. En las páginas 11 y 12 se incluyen, como ejemplo, las láminas N°1 y 2. Si es necesaria una evaluación individual se deberá disponer de una fotocopia para cada participante.

En este tipo de capacitación, lo más importante es lograr cambios en las prácticas de los manipuladores - vendedores de alimentos en su quehacer diario. De ser posible, sería recomendable visitarlos 3 a 4 semanas después del curso y observar si realmente están aplicando lo aprendido. Esta observación deberá también registrarse en una pauta, para analizar posteriormente las conductas de los participantes en los cursos y optimizar éstos de acuerdo a sus resultados.

Ejemplo de pauta de observación del lavado y desinfección de verduras de hoja (lechuga)

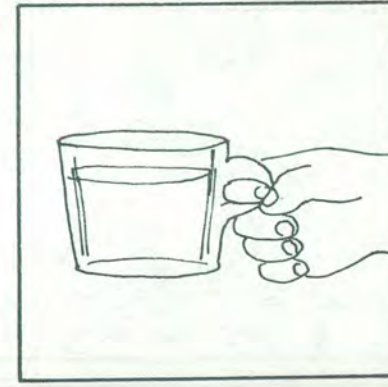
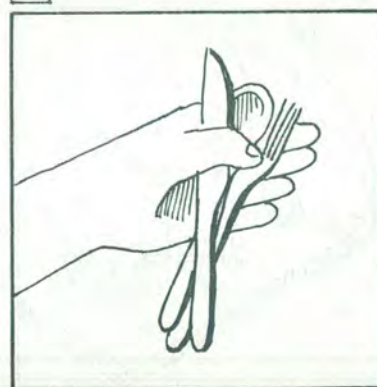
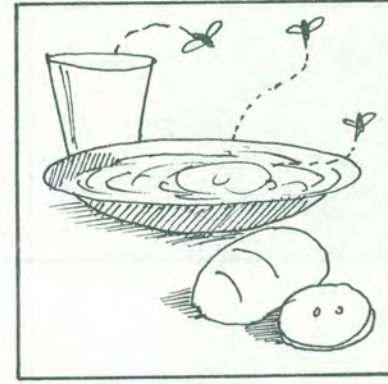
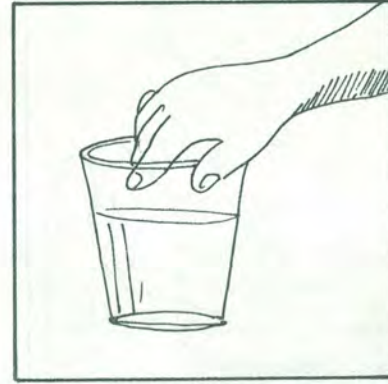
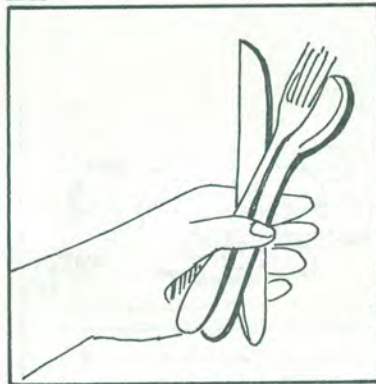
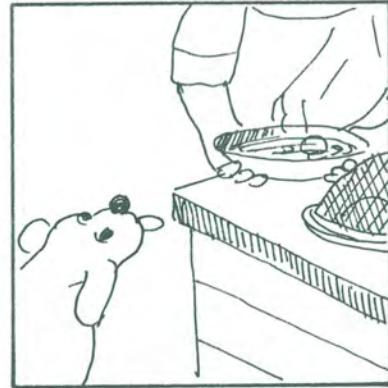
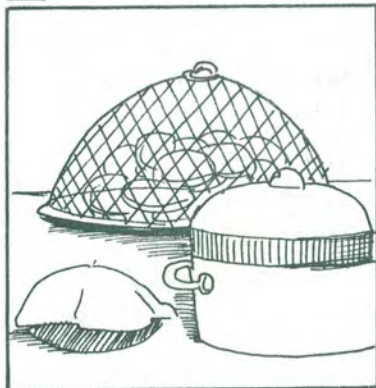
Instrucciones:

Marque con una X el cuadrado correspondiente a la columna Sí o No, a medida que la persona observada realiza la demostración.

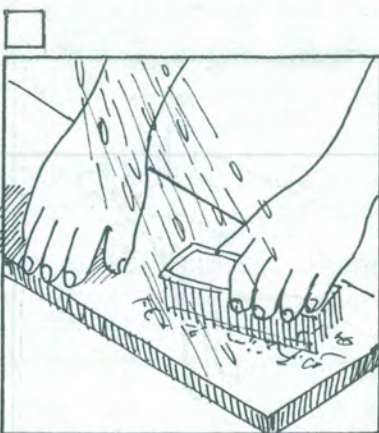
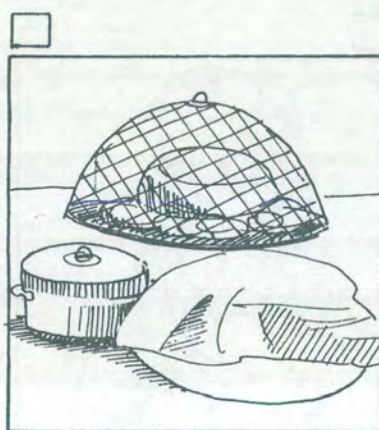
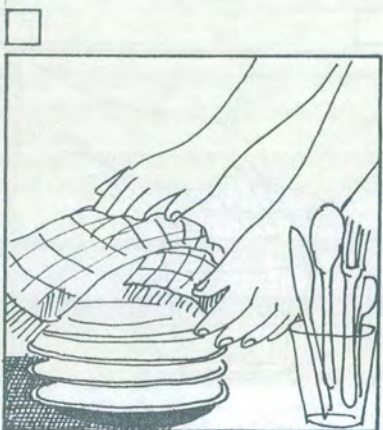
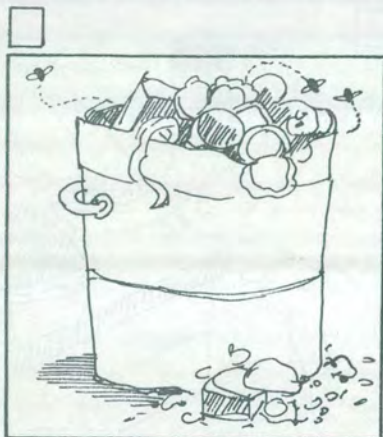
	Sí	No
1. ¿Deshojó la lechuga en su totalidad?	☐	☐
2. ¿Eliminó las hojas en mal estado?	☐	☐
3. ¿Lavó cada hoja bajo el chorro de agua potable?	☐	☐
4. ¿Agregó la cantidad correcta de cloro al agua para desinfectar?	☐	☐
5. ¿Mantuvo las verduras sumergidas en el agua clorada durante 15 minutos?	☐	☐
6. ¿Las enjuagó con agua limpia?	☐	☐

* Los observadores deben conocer previamente la pauta. Si varias personas van a observar una demostración o van a observar a diferentes personas, deberán ponerse de acuerdo sobre los datos que utilizarán durante la observación.

Marque con una cruz las situaciones incorrectas, es decir lo que el manipulador - vendedor no debe hacer.



Marque con una cruz las situaciones incorrectas, es decir lo que el manipulador - vendedor no debe hacer.



Evaluación final

Además, al final del curso, el instructor podrá evaluar los diversos aspectos tratados, utilizando las siguientes preguntas.

1. ¿Cuáles serían a su criterio, las principales causas de la transmisión de enfermedades a través de los alimentos?
2. ¿Cuál es el papel y responsabilidad del manipulador-vendedor en este sentido?
3. ¿Qué haría usted para evitar ser un agente transmisor de enfermedades?
4. Considera necesario que los manipuladores-vendedores de alimentos asistan a un curso de capacitación ¿Por qué?
5. ¿Considera que el método de los "sociodramas" le ha ayudado a pensar en cambios provechosos en lo que se refiere a la higiene y control de los alimentos que se venden en la vía pública?

Evaluación del curso por parte de los participantes

Las críticas y sugerencias realizadas por los participantes después del curso, pueden servir para mejorar éste en el futuro. Las preguntas incluidas en el modelo adjunto sólo son sugerencias que el instructor puede adaptar.

Evaluación post-curso

Mediante esta evaluación, queremos conocer sus observaciones y sugerencias sobre el cumplimiento de los objetivos y contenidos del curso, como también respecto a la metodología empleada, con el fin de mejorar los cursos futuros.

Este formulario puede ser contestado en forma individual, o en grupos de 3 a 4 personas.

Agradeceremos a Ud. contestar las siguientes preguntas, marcando con una X o anotando en los espacios correspondientes:

1. ¿Considera que se cumplieron los objetivos propuestos para este curso?

Sí ---

No --- Si contesta no. ¿Por qué?

2. Hubo temas a los que se debiera haber dado mayor tiempo.
¿Cuáles?-----

3. ¿Las técnicas de enseñanza utilizadas le parecieron adecuadas para este Curso?

Sí ---

No ---

¿Cuáles le gustaron más?-----

¿Cuáles le gustaron menos?-----

4. Los materiales educativos (cartillas, láminas) le parecieron

--- Claros y útiles
--- Podrían mejorarse ¿Cuáles?
--- Fueron insuficientes ¿Cuáles agregaría?

5. La organización y coordinación del curso le pareció

Muy buena -- Buena -- Regular -- Deficiente --

6. ¿Cree que el curso le será útil para mejorar las actividades que desarrolla en relación con la manipulación y venta de alimentos?

Sí ---

No ---

7. ¿Qué cambios estima Ud. que podrá introducir en su trabajo como resultado del curso?

8. El tiempo destinado al desarrollo del curso, le pareció:

Suficiente -----

Insuficiente-----

LA SALUD DE LA POBLACION



OBJETIVOS

Se espera que al finalizar el módulo, los participantes en el curso sean capaces de:

- Comprender la relación entre la salud de la población y el consumo de alimentos en óptimas condiciones higiénicas.
- Identificar las causas de las enfermedades de transmisión alimentaria y comprender la necesidad de contribuir a su prevención.
- Analizar algunos métodos de control de las condiciones que favorecen la contaminación de los alimentos.

CONTENIDOS PRINCIPALES

El manipulador-vendedor de alimentos debe comprender la importancia del manejo higiénico de los alimentos para la salud de la población. Para ello, debe entender algunos conceptos básicos sobre salud, contaminación de los alimentos y enfermedades de transmisión alimentaria. Fundamentalmente, debe tomar conciencia de su papel y responsabilidad en la prevención de las causas de estas enfermedades, en el ámbito de su competencia.

MATERIALES NECESARIOS

Cartilla N°1

Revisar sugerencias de actividades prácticas

TIEMPO ESTIMADO 3 horas

DESARROLLO DEL CONTENIDO

¿Qué es Salud?

Es el completo estado de bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad.

Una alimentación adecuada es fundamental para la salud y la vida. Los alimentos aportan la energía y los nutrientes esenciales (proteínas, ácidos grasos, minerales, vitaminas, agua), que el individuo necesita para mantener un buen estado nutricional.

Los alimentos aptos para el consumo humano deben estar en óptimas condiciones higiénicas, asegurando que los nutrientes puedan realizar sus funciones vitales .

¿Qué requisitos debe cumplir un alimento considerado apto para el consumo humano?

- limpieza en todas las etapas de la cadena alimentaria, desde la producción hasta el consumo
- características organolépticas adecuadas (sabor, olor, textura).
- ausencia de microorganismos patógenos o sus toxinas*
- libres de sustancias químicas extrañas a su composición natural

* Microorganismos patógenos: (bacterias, parásitos, virus) conocidos comúnmente como **microbios** o gérmenes. Se caracterizan por no ser visibles sino a través de un microscopio y ser capaces de producir enfermedades en el hombre y los animales. Las toxinas son sustancias tóxicas producidas por los microorganismos patógenos. Los parásitos son organismos macroscópicos (se pueden ver a simple vista) y microscópicos que pueden afectar al hombre o los animales, viviendo a sus expensas, como lombrices, triquina.

En la práctica sucede que por diversas razones los alimentos no llegan al consumidor en condiciones ideales y pueden producir trastornos orgánicos y enfermedades específicas, conocidas como enfermedades de origen o transmisión alimentaria.

¿Qué es una enfermedad de transmisión alimentaria?

Es una enfermedad producida por la ingestión de alimentos contaminados o alterados, que puede tener un carácter grave y en algunos casos producir incluso la muerte. Ejemplos fiebre tifoidea, hepatitis.

¿Qué es un alimento contaminado?

Es todo aquel que contiene microbios o sus toxinas, parásitos, sustancias químicas, radiactivas, tóxicas u otros agentes nocivos para la salud.

El origen de la contaminación puede ocurrir en cualquiera de las etapas de la cadena alimentaria, que incluyen la producción, transporte, almacenamiento, elaboración, distribución y consumo de los alimentos.

¿Qué es un alimento alterado?

Es todo alimento que por diversas causas (por ejemplo, exposición al calor ambiental), ha sufrido un deterioro que lo hace peligroso para la salud.

¿Qué tipos de contaminantes hay?

BIOLOGICOS

- . Microbios y sus toxinas
- . Parásitos
- . Insectos
- . Plantas y animales venenosos

QUIMICOS

- . Insecticidas
- . Detergentes
- . Metales pesados (mercurio, plomo)
- . Medicamentos
- . Colorantes y aditivos no autorizados

FISICOS

- . Polvo
- . Piedritas
- . Restos de madera

RADIATIVOS

- . Radiaciones

Realizar actividades prácticas N°1

¿Dónde se encuentran los microbios?

- En el aire contaminado
- En las aguas servidas
- En las basuras y restos de comida
- En manos y uñas sucias
- En la saliva de humanos y animales
- En las deposiciones o excrementos humanos y animales
- En los cabellos
- En las heridas infectadas
- En moscas, cucarachas y roedores
- En la piel de animales (perros, gatos)
- En utensilios contaminados
- En alimentos contaminados

Realizar actividades prácticas N°2**¿Cómo se contaminan los alimentos?**

- Cuando son regados con aguas servidas
- Cuando se lavan con agua sucia
- Cuando son tocados por moscas, cucarachas o roedores
- Cuando se tose, estornuda o habla sobre o cerca de ellos
- Cuando los manipula o vende una persona con una enfermedad infecto-contagiosa o con heridas infectadas
- Cuando no se lavan correctamente las manos y uñas antes de manipularlos y muy especialmente después de ir al baño
- Cuando se preparan con utensilios sucios

Realizar actividades prácticas N°3

¿Qué características tienen los alimentos que favorecen la reproducción de los microbios?

El microbio puede instalarse en muchos alimentos, pero no en todos puede llegar a multiplicarse y enfermar al hombre.

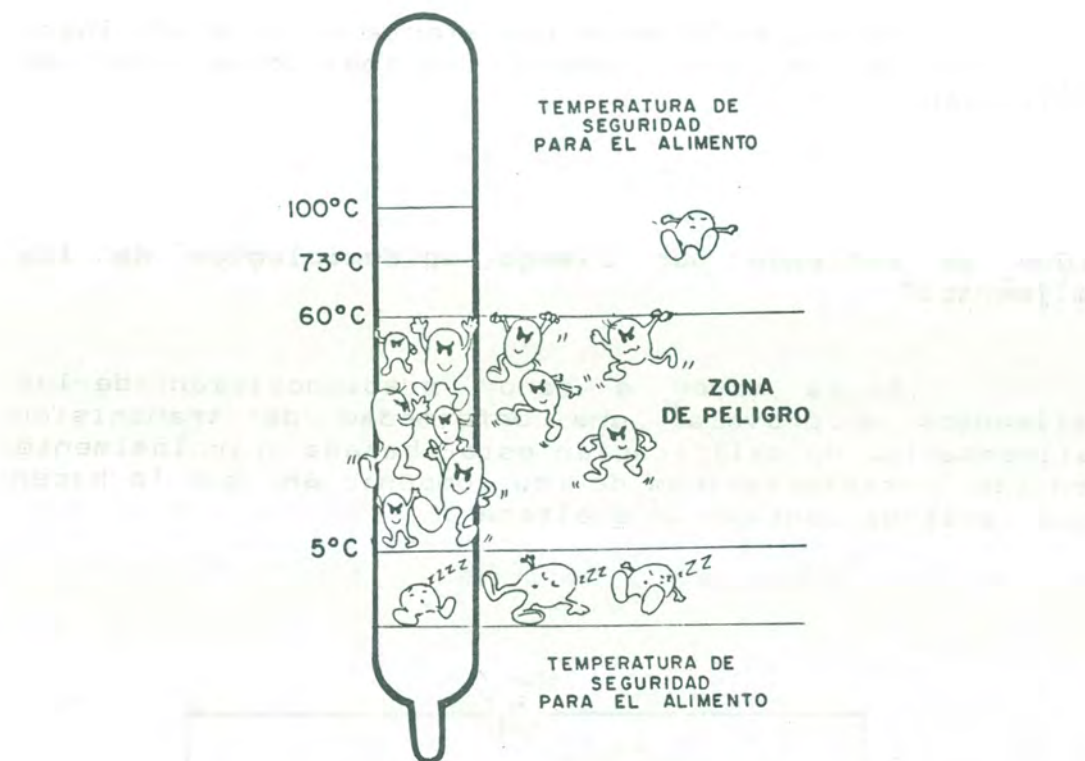
Los alimentos, para favorecer la reproducción de los microbios deben ser:

Nutritivos. La leche y preparaciones con leche, las carnes, las cremas, las mayonesas, como son muy nutritivos, constituyen un buen alimento para los microbios.

Tener humedad suficiente. Los alimentos como leche, mayonesa, crema, por la humedad que contienen, favorecen la multiplicación de los microbios. Por otra parte, en los alimentos secos (charqui, fruta seca) los microbios tienen menos posibilidades de sobrevivir.

Tener una temperatura adecuada. Para reproducirse, los microbios necesitan, además de nutrientes y humedad, una temperatura entre 5°C y 60°C. Las temperaturas de 25-30°C o más, permiten que se multipliquen con gran rapidez, aumentando la contaminación del alimento.

A continuación se presenta una figura para explicar el efecto de la temperatura sobre los microbios.



Un solo microbio, en un medio ambiente adecuado, con buen aporte nutritivo, humedad y calor, es capaz de formar una colonia microbiana de 281.000.000.000.000 de miembros en solo 24 horas.

Ello ocurre porque los microbios se multiplican en progresión geométrica, es decir, cada uno es capaz de dividirse en dos, esos dos a su vez en otros dos y así sucesivamente.

Un alimento contaminado puede transmitir una enfermedad a un gran número de personas, pudiendo llegar a producir una epidemia.

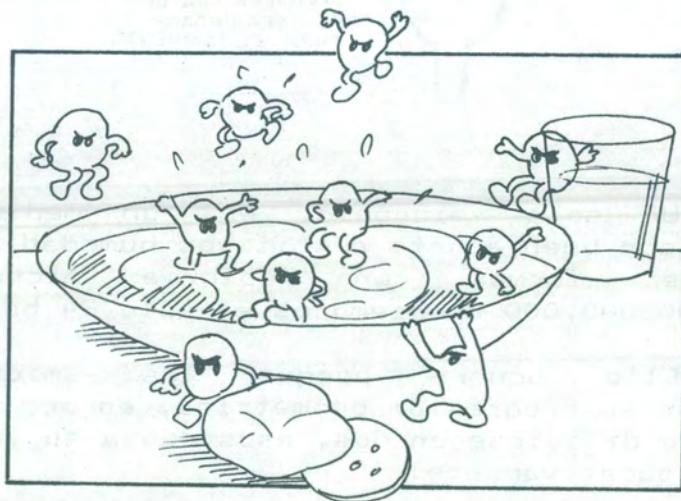
Realizar actividades prácticas N°4

¿Qué es una epidemia?

Es una enfermedad que afecta en un mismo lugar y tiempo a un gran número de individuos de una población.

¿Qué se entiende por riesgo epidemiológico de los alimentos?

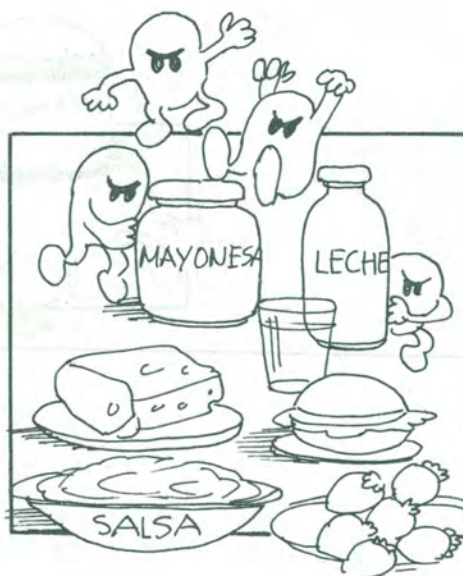
Es la mayor o menor predisposición de los alimentos a provocar una enfermedad de transmisión alimentaria. Su calificación está basada principalmente en las características de su composición que lo hacen más fácil de contaminar o alterar.



¿Cómo se clasifican?

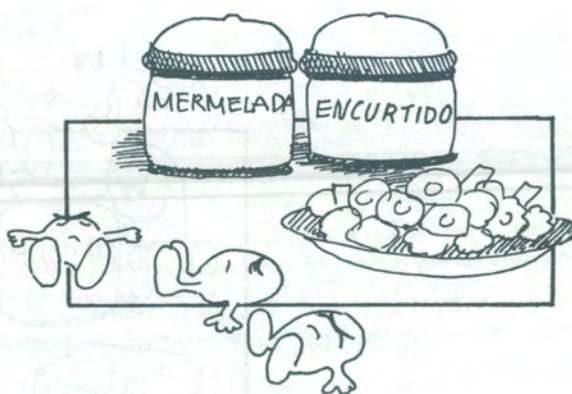
Ejemplos de alimentos según su riesgo epidemiológico

ALTO	MEDIANO	BAJO
.Cremas .Mayonesas .Salsas .Pasteles rellenos .Leche y derivados .Verduras de hoja (lechuga) .Frutas (frutilla o fresa, frambuesa) .Carnes y pescados crudos .Alimentos cocidos que se consumen fríos	.Alimentos re-calentados .Tallarines	.Sopas, caldos .Frituras .Carnes cocidas o a la parrilla .Verduras hervidas .Alimentos cocidos que se consumen de inmediato .Alimentos secos



Hay alimentos que por su composición, no permiten la reproducción de los microbios, los que no sobreviven al instalarse en ellos. Son los alimentos:

- . demasiado secos
- . demasiado dulces
(mermeladas)
- . demasiado salados
- . demasiado ácidos



Realizar actividades prácticas N°5

ENFERMEDADES PRODUCIDAS POR EL CONSUMO DE ALIMENTOS CONTAMINADOS

Las enfermedades de origen alimentario se caracterizan en general por presentar dolor abdominal, diarrea, vómitos o fiebre que pueden conducir a deshidratación, shock y muerte.

¿Cómo se producen estas enfermedades?

Estas enfermedades se producen porque los agentes contaminantes son eliminados por las deposiciones de los sujetos enfermos o portadores sanos e ingeridos por individuos sanos. Continúa el ciclo cuando el sujeto que se enferma vuelve a eliminar por las deposiciones los microbios responsables de la enfermedad.

Este ciclo de transmisión se denomina ciclo fecal - oral, el cual puede ser corto o largo.

El ciclo fecal - oral corto se produce cuando la transmisión de la enfermedad se realiza por contacto directo entre el individuo sano y las deposiciones del sujeto enfermo.

El ciclo fecal - oral largo es aquel en que las deposiciones del enfermo contaminan el agua, los alimentos, los utensilios, superficies de trabajo, etc. Estos, a su vez, pueden contaminar los alimentos.

¿Cuáles son las enfermedades más frecuentemente transmitidas por alimentos?

Las más frecuentes son las gastroenteritis y las intoxicaciones alimentarias.

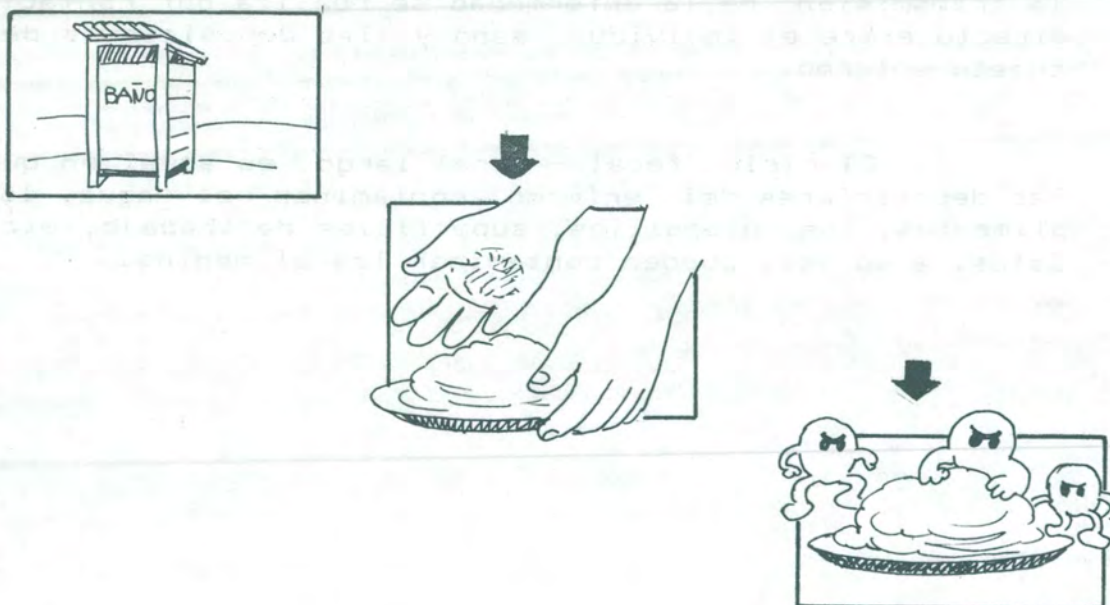
Dos de las más graves y frecuentes son: la fiebre tifoidea y la hepatitis.

La fiebre tifoidea, es una enfermedad grave producida por la *Salmonella typhi*, produce fiebre, intensos dolores de cabeza y al dañar el interior de los intestinos, puede llegar a producir hemorragias severas, perforación intestinal y muerte.

Otro ejemplo de enfermedad grave es la hepatitis, causada por un virus, que puede producir daño al hígado.

Estas enfermedades, por su alto riesgo, requieren tratamiento médico oportuno.

Ejemplo de como el manipulador vendedor puede contaminar los alimentos con el microbio que causa la fiebre tifoidea.



- El manipulador de alimentos puede llevar en su intestino, aún sin saberlo, la bacteria que produce esta enfermedad.
- Al ir al servicio higiénico y no lavarse correctamente las manos, la deposita en los alimentos. La *Salmonella typhi* es muy agresiva y no necesita estar presente en grandes cantidades para producir la enfermedad.
- El manipulador debe partir de la base que él es un portador potencial y debe evitar que otros enfermen manteniendo un estricto aseo de sus manos, en especial después de ir al servicio higiénico, porque el microbio se encuentra sólo en las deposiciones humanas.

Realizar actividades prácticas N°6

Otra forma de adquirir enfermedades por contaminación de alimentos, son:

- **Las intoxicaciones alimentarias**, producidas por la ingestión de alimentos contaminados con **toxinas**, las que a su vez son fabricadas por los microbios. Muchas toxinas son resistentes al frío y calor, y los alimentos que las contienen deben ser eliminados del consumo.

Entre las toxinas de acción mas violenta, se encuentran las producidas por:

- El estafilococo dorado, que se encuentra en la garganta, heridas supuradas, espinillas, etc. Por ejemplo, un manipulador con una herida en el dedo contamina un alimento en el que la bacteria se multiplica y produce una toxina. Esto es frecuente en mayonesas, cremas, cuyo sabor o apariencia no cambia mayormente.
- El clostridium perfringes, que se encuentra en carnes a medio cocer, que quedan de un día para otro.
- Aún más peligroso, porque casi siempre es mortal, es el clostridium botulínico, que produce su toxina especialmente en conservas caseras que no han sido adecuadamente esterilizadas. En el botulismo está presente la más potente de las toxinas conocidas, la que mata por parálisis respiratoria.

¿Qué es una cadena epidemiológica en una enfermedad de transmisión alimentaria?

Es el conjunto de elementos y acciones, que al relacionarse entre sí, traen como consecuencia una enfermedad de transmisión alimentaria.

Sus eslabones son:

Ejemplos

- La fuente de origen

Basura

- La vía de transmisión (vector)

Mosca

- La fuente de contaminación

Alimentos

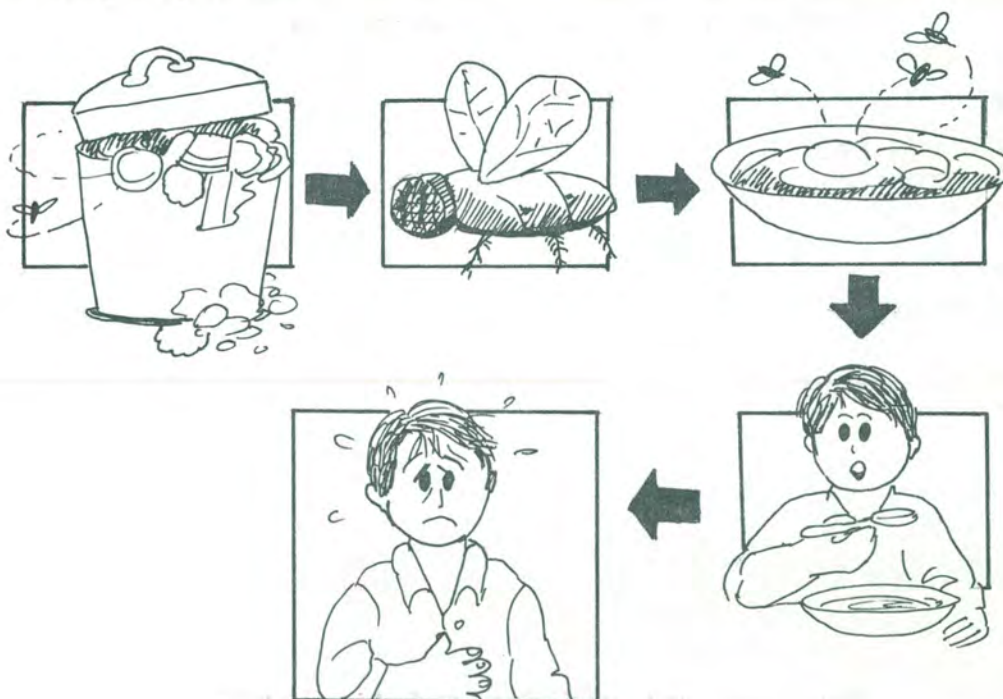
- La puerta de entrada

Consumo del alimento contaminado

- El huésped susceptible

Consumidor

ENFERMEDAD DE TRANSMISION ALIMENTARIA



En esta cadena, ¿dónde y cómo puede intervenir el manipulador - vendedor de alimentos?

BASURA



vigilando que esté en recipientes cerrados, alejados de los alimentos

MOSCA



combatiéndola, al igual que otras plagas y no dejando que tome contacto con los alimentos

ALIMENTO



protegiéndolo en recipientes cerrados, en adecuadas condiciones de temperatura, lavándolo, desinfectándolo y manipulándolo en óptimas condiciones higiénicas

INGESTION DEL
ALIMENTO



CONSUMIDOR



SALUD

Realizar actividades prácticas N°7

En síntesis, el manipulador-vendedor de alimentos tiene una extraordinaria importancia para la salud de la población, especialmente por el número de personas que atiende.

Una actitud responsable y positiva del manipulador - vendedor puede evitar que muchas personas puedan enfermar o incluso morir por el consumo de alimentos contaminados.

Es vital entonces que las personas que ejercen esta profesión se informen y tomen conciencia del delicado trabajo que realizan.

Realizar actividades prácticas N°8

SUGERENCIAS DE ACTIVIDADES PRACTICAS

1. Con el fin de motivar y aclarar las dudas de los asistentes al curso, después de explicar que son los microbios y los conceptos de alimento contaminado, alterado y tipos de contaminantes, se sugieren las siguientes actividades:

Si es posible conseguir un microscopio, permitir que los asistentes observen primero algo conocido, por ejemplo una pata de mosca, para que se den cuenta de la cantidad de detalles que no se ven a simple vista. Llevar un frotis o cultivo para que observen los microbios. También pueden observar una gota de agua contaminada.

Mostrar un alimento alterado por la exposición al medio ambiente (rancio, putrefacto) y señalar la diferencia con un alimento contaminado, de apariencia en buen estado. La misma agua mirada a simple vista y a través del microscopio puede aclararles la diferencia.

Comentar la experiencia.

2. Para indicar los lugares donde se encuentran los microbios, dibujar o recortar figuras humanas en distintas actividades, animales, alimentos, lugares en los que se prepara alimentos, utensilios, etc. y pedir a los asistentes que las peguen en un franelógrafo o cartulina, dibujando flechas que indiquen los objetos, actividades y lugares que facilitan la contaminación.

Este trabajo se puede realizar en grupos de 3 a 5 personas.

3. Para indicar como se contaminan los alimentos, recortar o dibujar un plato de comida y rodeándolo, un gran número de posibles contaminantes. Si se cuenta con un franelógrafo, se puede pedir a los participantes que vayan colocando los contaminantes alrededor del plato.

También se puede hacer una demostración tosiendo o estornudando sobre la ración, probar la comida con una cuchara y volver a introducirla en el plato sin lavarla, etc.

Analizar cuáles son los contaminantes y los mecanismos de contaminación más frecuentes y cómo se podrían evitar.

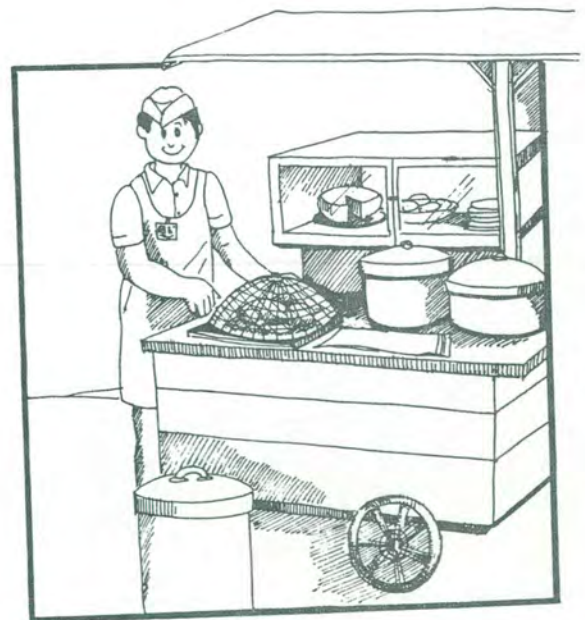
4. Llevar un termómetro y explicar cómo se usa. Reiterar cuáles son las temperaturas adecuadas e inadecuadas para los microbios, conversar con los asistentes sobre las condiciones de temperatura y humedad con las que ellos trabajan habitualmente y cómo podrían tratar de modificar estos factores, si son adversos.
5. Pedir a los asistentes que, trabajando en grupos pequeños, den ejemplos de los alimentos y preparaciones que ellos manipulan y venden habitualmente, clasificándolos en de **alto, mediano y bajo** riesgo epidemiológico.

Reforzar la idea de que un alimento puede producir una epidemia, colocando una fuente con comida contaminada (explicar como se contaminó) y colocar varios platos a su alrededor. Preguntar a los participantes: ¿Ustedes creen que un alimento contaminado puede producir una epidemia? ¿Por qué?

6. Preguntar a los asistentes si conocían su responsabilidad en la transmisión de enfermedades como la tifoidea y otras. Pregunte: ¿Saben si han tenido la enfermedad?, ¿Se han realizado exámenes o tienen carné de salud? (Dícales que en otra sesión las explicará dónde y cómo pueden obtener el carné de salud).
7. Explicar qué es una cadena epidemiológica, con un franelógrafo o lámina. Solicitar a los participantes que digan dónde y cómo podrían intervenir en esta cadena, comentando con ellos cada intervención. Ud. puede elaborar distintos ejemplos como el presentado, de acuerdo a los aspectos más críticos en el nivel local.
8. Entregar la cartilla N°1 y hacer una síntesis del módulo. Organizar una breve discusión con todo el grupo, preguntando si consideran importante lo aprendido, las dudas y si creen que la educación sanitaria no sólo les puede ayudar a tomar conciencia de su responsabilidad, sino también beneficiarlos frente a los consumidores, aumentando la seguridad de los alimentos que venden.

MODULO 2

CONDICIONES Y CARACTERISTICAS DEL LUGAR DE PREPARACION Y VENTA DE ALIMENTOS



OBJETIVOS

Se espera que al finalizar el módulo, los participantes sean capaces de:

- Reconocer los factores del ambiente que pueden favorecer la contaminación de los alimentos.
- Identificar algunas precauciones básicas para la desinfección del agua y protección de los alimentos de insectos, roedores, animales domésticos, polvo, basura y otros agentes contaminantes.

CONTENIDOS PRINCIPALES

El manipulador-vendedor callejero de alimentos debe tratar, dentro de sus posibilidades, de controlar las condiciones del ambiente que rodean al alimento y facilitan su contaminación.

De gran importancia es desinfectar el agua y mantenerla protegida, para que no vuelva a contaminarse. Asimismo, es necesario evitar que la temperatura y humedad de los alimentos, la basura y la presencia de plagas favorezcan la multiplicación de los microbios u otras condiciones que contribuyan a contaminar o alterar los alimentos.

MATERIALES NECESARIOS

Cartilla N°2

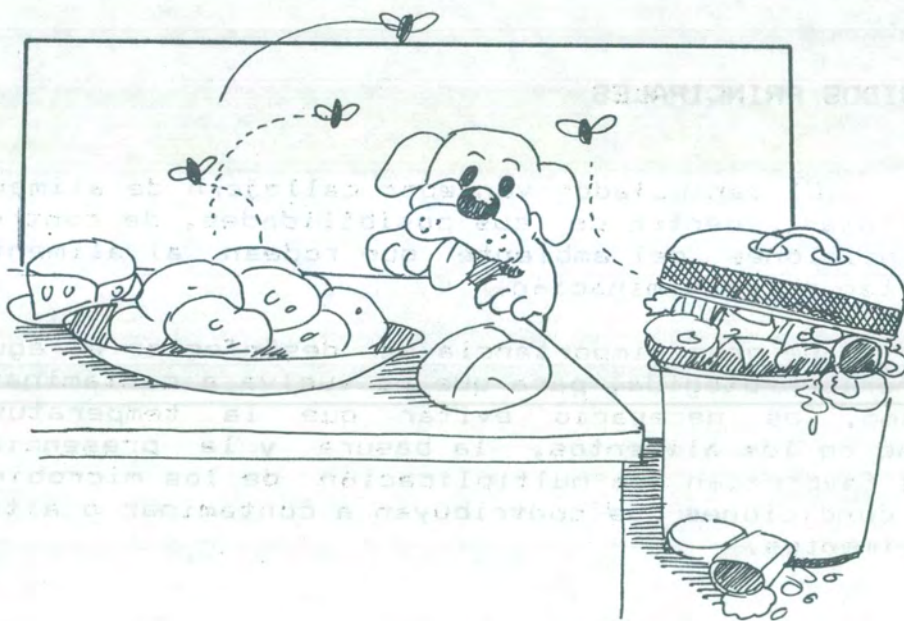
Revisar sugerencias de actividades prácticas

TIEMPO ESTIMADO 5 horas.

DESARROLLO DEL CONTENIDO

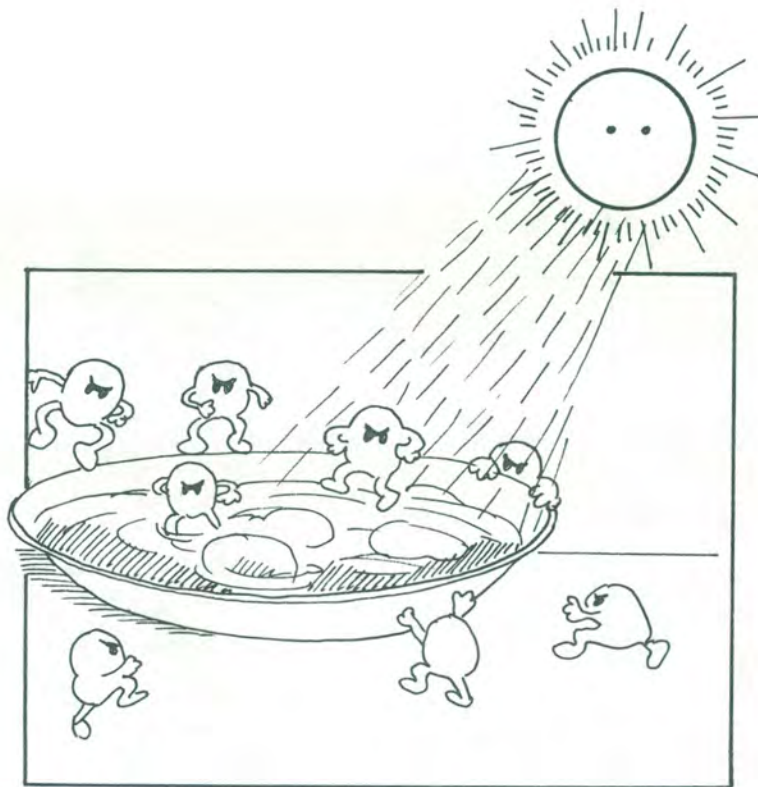
Si no tomamos las debidas precauciones, el medio ambiente o entorno que rodea al alimento puede facilitar que éste se contamine y al ser consumido desencadene una enfermedad de transmisión alimentaria.

¿Cuáles con los factores del ambiente que pueden afectar a los alimentos?



1. Sol

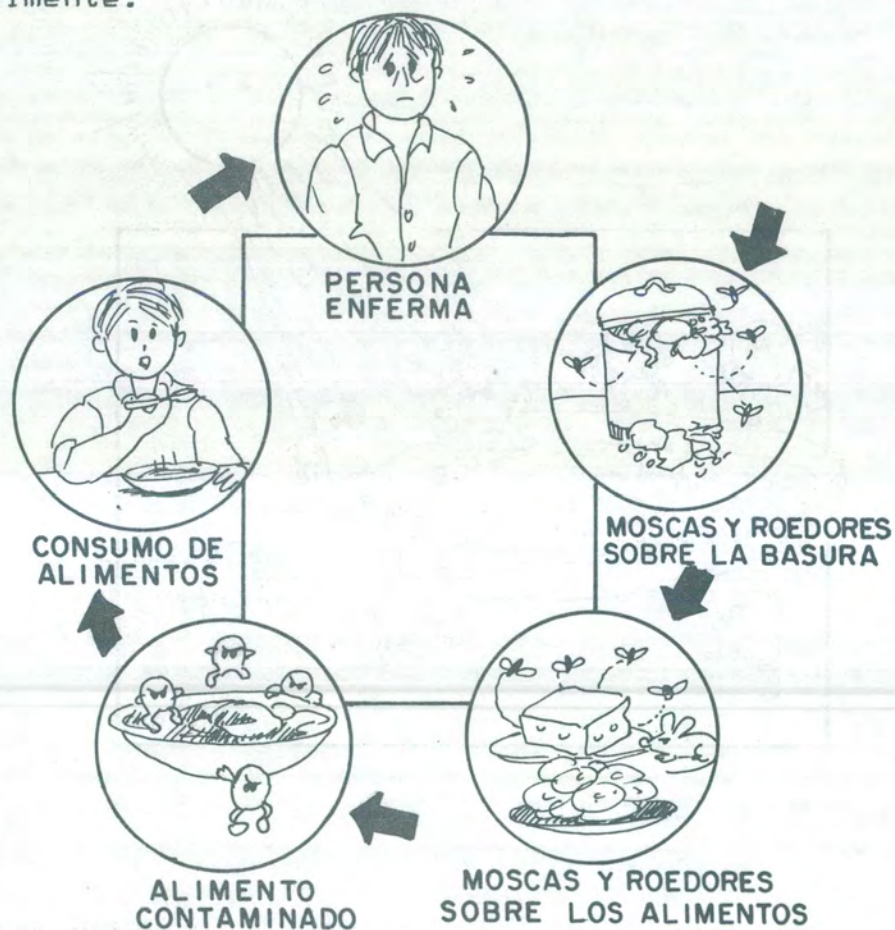
El sol determina la temperatura del medio ambiente y ya sabemos que cuando ésta es elevada, favorece la rápida reproducción de los microbios.



Por lo tanto, los alimentos no deben quedar expuestos a la acción del sol. Para protegerlos, se deben guardar en lugares frescos, refrigerarse o congelarse cuando no se preparan o consumen de inmediato. Especial cuidado requieren los alimentos perecibles (lácteos, carnes, mayonesas) por su fácil contaminación.

2. Aire y Tierra

En el aire y la tierra normalmente habitan diferentes microbios, muchos de los cuales causan enfermedades a las personas. Por ello se dice que los alimentos expuestos a estos agentes se pueden contaminar fácilmente.



Para evitarlo, es necesario proteger los alimentos, guardándolos en recipientes cerrados, vitrinas o cubriéndolos con paños limpios.

Realizar actividades prácticas N°9

3. Agua

¿Para qué sirve el agua?

El agua es indispensable para nuestra vida. Es un nutriente esencial que cumple importantes funciones en nuestro organismo, por lo que debemos beberla diariamente en cantidad de 1 1/2 a 2 1/2 litros.

Además, el agua sirve para el aseo diario, para lavar y preparar los alimentos; para lavar utensilios y ropa, para regar y tiene innumerables usos más.

Pero, ¡cuidado! el agua puede ser dañina para la salud cuando está contaminada.

¿Qué significa que el agua esté contaminada?

Si miramos una gota de agua contaminada con un microscopio, encontraremos miles de seres microscópicos peligrosos para la salud. Para poder beberla, o utilizarla en la preparación de alimentos y lavado de utensilios, esta agua debe ser **desinfectada**.

¿Qué enfermedades puede provocar?

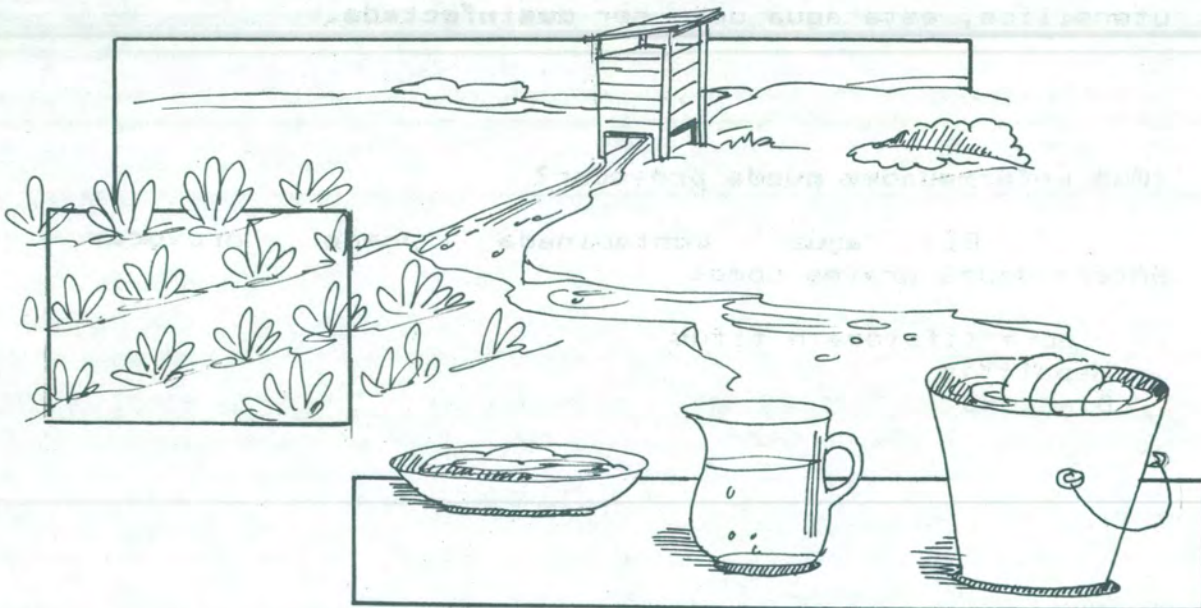
El agua contaminada puede provocar enfermedades graves como:

- . Fiebre tifoidea o tifus
- . Hepatitis
- . Diarreas

¿Cómo se contamina el agua?

- . Echando aguas sucias, excrementos, basuras, a ríos, acequias, canales, pozos, norias o estanques.
- . Cuando se encuentra cerca de pozos negros o letrinas. Estos deben estar a más de 30 metros de la fuente de agua.
- . Acarreando agua en baldes mal lavados o sucios.
- . Almacenando el agua en depósitos o estanques sucios.
- . No protegiendo los baldes y depósitos (tinajas, tambores) contra ratas, moscas, animales domésticos, el polvo y la suciedad.
- . Introduciendo tiestos sucios en los depósitos de agua limpia.

Una forma común de contaminación de alimentos por el agua se observa en los lugares donde el riego de hortalizas y frutas se realiza con aguas servidas.



¿Qué son las aguas servidas?

Son aquellas ya utilizadas y que están contaminadas con contenido fecal, por lo que contienen gran cantidad de microbios. Son la principal causa de enfermedades graves como la fiebre tifoidea, que afectan a grandes grupos de población. Por esta razón no se deben utilizar aguas de ríos y acequias, que generalmente están contaminadas.

Es necesario **proteger y desinfectar** el agua que se usará para beber, cocinar y lavar los alimentos, evitando así enfermedades infecciosas graves.

¿Cómo se puede desinfectar el agua?

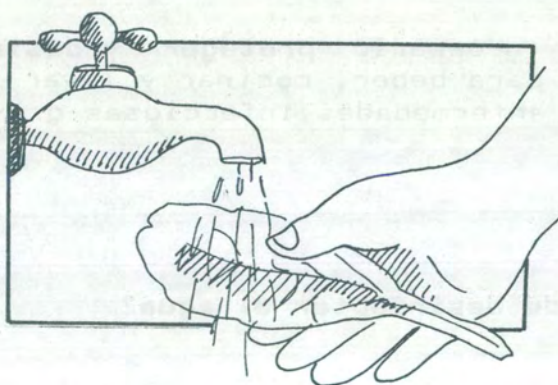
Cuando hay un sistema de agua potable generalmente el agua tiene cloro. El cloro es un elemento químico que tiene la característica de matar a los microbios y por lo tanto desinfecta.

El agua que tiene cloro está desinfectada y podemos tomarla sin temor a enfermarnos. Sin embargo, al usar el agua debemos tomar las precauciones necesarias para que se mantenga bien desinfectada.

Cuando no se dispone de agua potable para beber, ésta se puede desinfectar agregándole una gota de cloro por cada litro de agua fría y dejar reposar media hora.

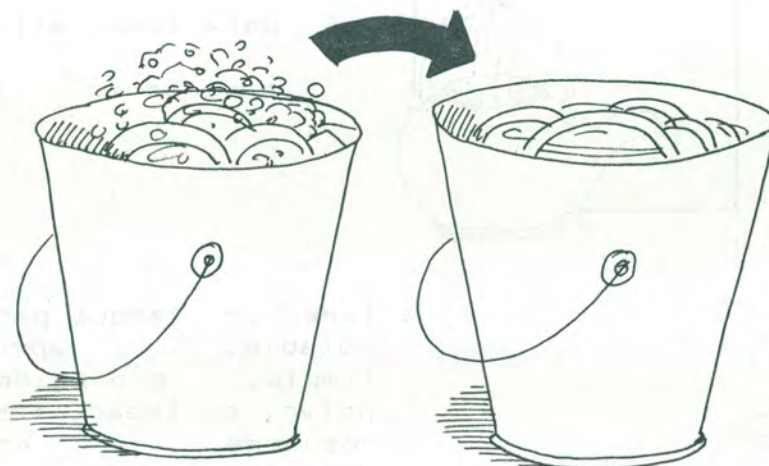
Otra forma de desinfectar el agua para beber y preparar alimentos es hervirla durante 3 minutos.

Las hortalizas y frutas regadas con aguas servidas, para ser desinfectadas deben lavarse y colocarse durante 15 minutos en un depósito con agua al que se ha agregado cloro en la cantidad de 1 cucharadita por cada 5 litros. Deben ser cuidadosamente enjuagadas de nuevo antes de servirlos.



¿Qué sucede en el puesto de venta?

La mayoría de los manipuladores de alimentos, utiliza el "sistema de los baldes" para lavar utensilios.



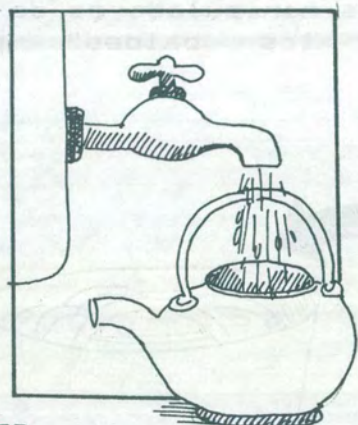
Este método, lejos de ser de "lavado" es un verdadero sistema de recontaminación.

¿Por qué?

- Los utensilios de muchos consumidores (algunos tal vez enfermos) se sumergen en la misma agua, antes de ser cambiada.
- Esa agua se mantiene como fuente permanente de contaminación y cualquier utensilio que se sumerja allí se contaminará.
- Todo alimento que se coloque en esos utensilios quedará contaminado, desencadenando una enfermedad infecciosa.
- El agua de los baldes es un atractivo para moscas, cucarachas, roedores y animales domésticos.

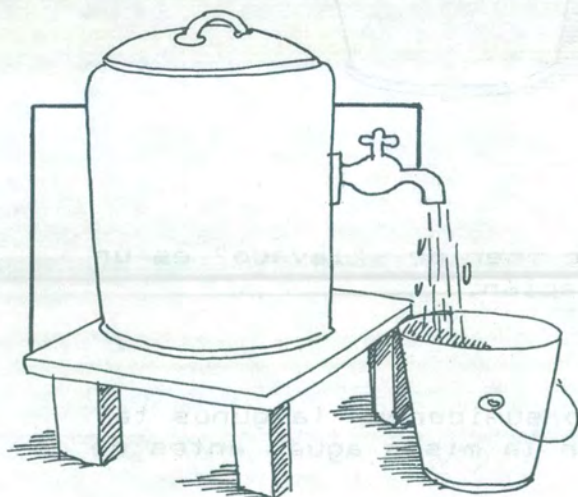
¿Qué hacer?

UTILIZAR AGUA POTABLE O DESINFECTADA



EN EL PUESTO

- . para preparar alimentos
- . para lavar manos y utensilios
- . para lavar alimentos
- . para beber



- . tener un tanque para agua potable, apropiado, limpio, protegido del polvo, suciedad, insectos, roedores y animales domésticos
- . un sistema que proporcione un flujo continuo, sin introducir utensilios que pueden estar contaminados
- . donde no haya reutilización del agua, y
- . donde el agua de lavado que caiga en un balde se elimine constantemente

LOS ANIMALES

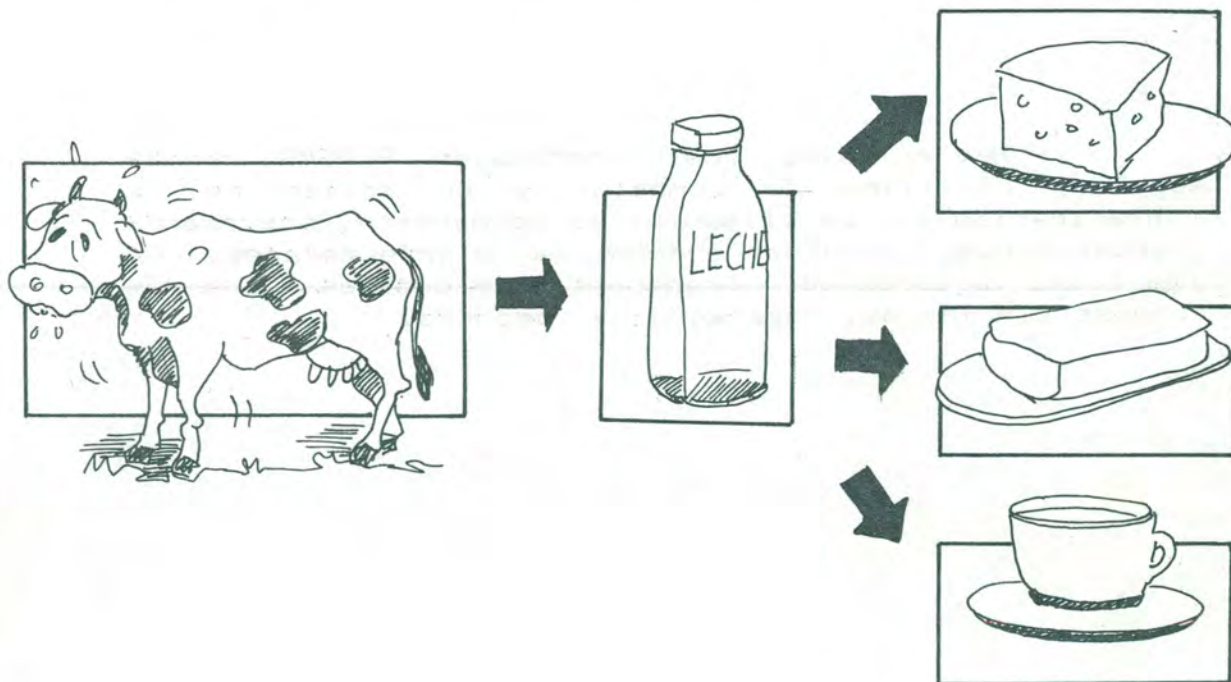
Los animales cumplen un importante rol en la contaminación de alimentos.

Hay alimentos contaminados desde su origen, porque provienen de animales enfermos. Ejemplos: leche, carne. El hombre al consumir estos alimentos contaminados adquiere la enfermedad de la que son portadores.

Estas enfermedades comunes a los animales y al hombre se denominan **zoonosis**.

Ejemplos:

- **BRUCELOSIS:** Es transmitida a través de los microbios existentes en la leche cruda de vacas y cabras enfermas. Si la leche no es hervida, al beberla o consumir quesos frescos o mantequilla hechos con esa leche, el consumidor enfermará.

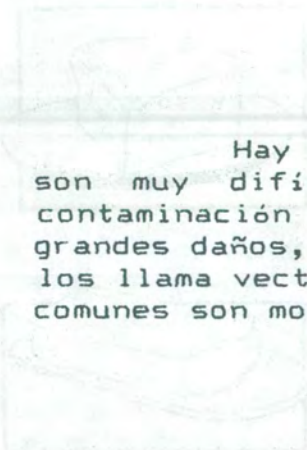


- . **CISTICERCOSIS:** Es producida por un gusano plano que forma quistes en el músculo de animales parasitados (ejemplo: el cerdo). El consumidor los adquiere al comer carne insuficientemente cocida.

Otros animales como perros y gatos no deben estar **nunca** cerca de los alimentos, porque pueden contaminarlos con sus pelos, transportar microbios desde los basurales o porque tienen parásitos que contaminan a los alimentos.

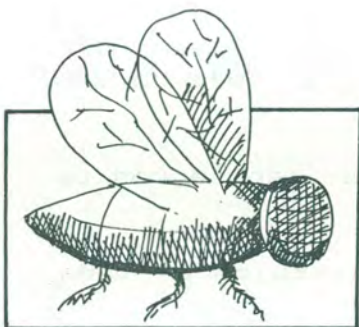
Realizar actividades prácticas N°11

Hay animales que constituyen **PLAGAS**, porque son muy difíciles de combatir y su acción en la contaminación de los alimentos es permanente, provocando grandes daños, pérdidas económicas y enfermedades. Se los llama vectores por transportar microbios. Los más comunes son moscas, cucarachas y roedores.



LA MOSCA COMO VECTOR

Ejemplo 1:



Se posa sobre alimentos desprotegidos; de ellos se alimenta y sobre ellos deposita también sus excrementos.

Es difícil de combatir en lugares abiertos como sucede en la venta ambulatoria.

Transporta microbios en patas y cuerpo.

La sustancia pegajosa de sus patas adhiere toda clase de contaminantes.

Por sus hábitos de vida prefiere los lugares inmundos, basurales, deposiciones, materia descompuesta, desagües, etc. que están contaminados.

LA CUCARACHA COMO VECTOR

Ejemplo 2:

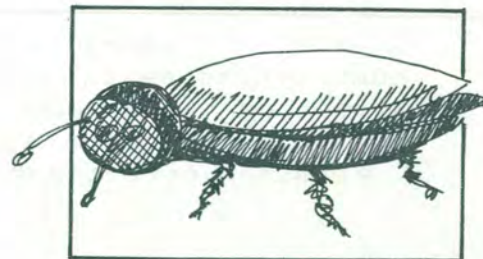
Deambula por los alimentos que se encuentran sin protección.

Busca sus alimentos de noche y abunda donde hay basura y falta de higiene.

Por sus hábitos de vida prefiere los lugares oscuros y húmedos.

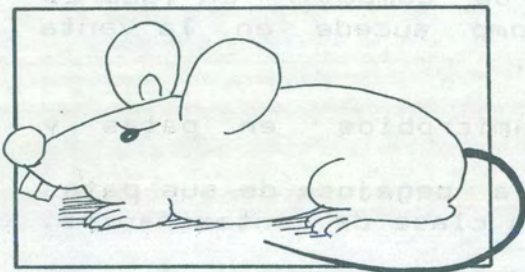
Vive en alcantarillas, desagües y donde hay basuras.

Actúa como transportador de microbios en sus patas y cuerpo.



LA RATA COMO VECTOR

Ejemplo 3:



Puede eliminar microbios en su orina, enfermando al hombre.

Contamina todo lugar por donde deambula dejando sus deposiciones.

Suele habitar en la red de desagüe.

Transporta microbios en todo su cuerpo.

Es atraída por alimentos dejados a la intemperie.

"Para proteger la salud del consumidor, es indispensable eliminar los vectores como animales, ratas, moscas, hormigas y cucarachas de los lugares de preparación de alimentos".

¿Qué hacer?

Tratándose de estas plagas la mejor forma de combatirlas es la higiene permanente del depósito de alimentos y del puesto de comercialización. Además hay que cuidar que los alimentos no permanezcan a su alcance y eliminar correctamente la basura.

Realizar actividades prácticas N°12

LA BASURA

La basura en un lugar de preparación de alimentos, normalmente está constituida por restos de alimentos y sus desperdicios. Por esta razón es atractiva tanto para los animales domésticos como para insectos, roedores y para los microbios que la utilizan como fuente de alimentación y lugar de reproducción.

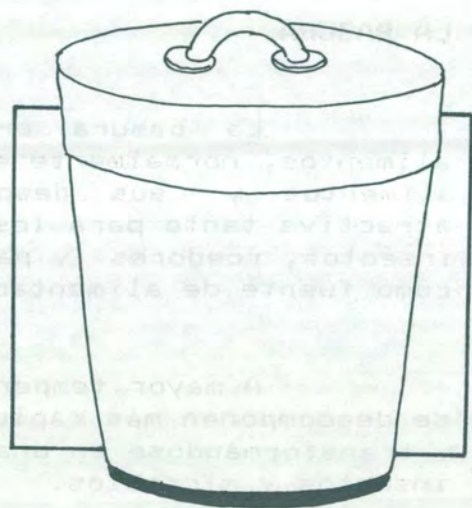
A mayor temperatura, los desperdicios húmedos se descomponen más rápidamente, despidiendo malos olores y transformándose en una rica fuente de proliferación de insectos y microbios.

¿Qué hacer?

Es una obligación de las personas que manipulan y comercializan alimentos, disponer adecuadamente la basura para así poder erradicar un foco de contaminación para los alimentos.

Por lo tanto, es necesario:

- Eliminar la basura diaria y adecuadamente: camión, contenedor, etc.
- Aquellos desperdicios que despiden malos olores como residuos de pescado, mariscos, comidas preparadas, etc. se deben colocar en bolsas de plástico antes de botarlos al basurero.



Una vez colocados los restos de alimentos en bolsas de plástico, amarrarlas para evitar malos olores y ponerlas dentro del recipiente para la basura.

Mantener el recipiente para residuos alejado del lugar donde se manipulan los alimentos. Tener un recipiente para uso de los clientes.

Ubicar los residuos en un lugar específico, en recipientes adecuados y mantenerlos cerrados para que no atraigan plagas ni despidan olores desagradables, de tal modo que los alrededores del puesto de venta se mantengan limpios.

Las aguas de desecho en lo posible deben ser eliminadas por las alcantarillas o bocas de tormenta.

SUGERENCIAS DE ACTIVIDADES PRACTICAS

9. En un franelógrafo, ir colocando todos los factores del ambiente que pueden afectar a los alimentos, pidiendo al grupo que señale cuál es su efecto sobre éstos e indique las medidas que podrían adoptar para evitar su acción.

10. Discutir en forma especial el problema del agua (usando láminas o franelógrafo). Pedir al grupo que señale cuáles son las formas de contaminación más frecuentes en la localidad. Referirse a la cartilla N°1, recordando las enfermedades que podrían transmitirse al consumir agua contaminada.

Consultar si conocen y aplican algún sistema para desinfectar el agua. Hacer una demostración con la forma correcta de desinfectar con cloro o hirviendo el agua durante 3 minutos.

Comentar cuál forma les resulta mas práctica y económica en sus puestos de venta.

11. El instructor deberá asesorarse adecuadamente respecto a las zoonosis más comunes en su localidad y exponerlas en forma simple y esquemática, estimulando la participación de los asistentes para que relaten sus experiencias al respecto.

Conseguir láminas de animales domésticos y preguntar al grupo cómo pueden contaminar los alimentos.

12. Recortar o dibujar en láminas separadas, los vectores moscas, cucarachas y ratas. Dividir al curso en grupos pequeños y pedirles que indiquen los hábitos de vida y la forma en que cada uno puede contaminar los alimentos.

Analizar las posibles fuentes de proliferación de estas plagas en su puesto de ventas. No olvidar su relación con el "método de los baldes".

Discutir en conjunto las posibles formas de combatir estas plagas en sus lugares de trabajo.

13. Pedir al grupo que comente sobre los sistemas de eliminación de basuras y desechos líquidos que utilizan, los problemas que tienen y las soluciones que podrían implementar con sus propios medios.

Entregar la cartilla N°2 y revisarla con los participantes. Reiterarles que recuerden la relación entre los factores del ambiente que pueden alterar o contaminar los alimentos y las enfermedades de origen alimentario.

SALUD, PRESENTACION E HIGIENE DEL MANIPULADOR-VENDEDOR DE ALIMENTOS



OBJETIVOS

Se espera que al finalizar el módulo, los participantes sean capaces de:

- Reconocer la importancia para el manipulador-vendedor y el consumidor, de tener el carné de salud al día.
- Identificar las características y necesidades de una presentación personal correcta e higiénica.
- Identificar los hábitos higiénicos personales y en la manipulación que protegen la salud del consumidor.
- Comprender que el carné de salud, la adecuada presentación personal y la higiene del puesto de venta y de los alimentos que allí se expenden, mejorará el prestigio y aumentará las ventas.

CONTENIDOS PRINCIPALES

El adecuado estado de salud del manipulador-vendedor de alimentos, certificado periódicamente por la autoridad o el organismo de salud competente, es un requisito que siempre debe cumplirse, para evitar que éste se transforme en un peligro para la salud de los consumidores que atiende.

La correcta presentación y hábitos higiénicos personales, del puesto de venta y en la manipulación de alimentos, dará seguridad al consumidor y atraerá un mayor número de clientes.

MATERIALES NECESARIOS

Cartilla N°3

Revisar sugerencias de actividades prácticas

TIEMPO ESTIMADO 3 horas

DESARROLLO DEL CONTENIDO

CONTROL SANITARIO DEL MANIPULADOR - VENDEDOR DE ALIMENTOS

¿Qué es un control sanitario?

Es la vigilancia a través de exámenes médicos periódicos, que se realizan para descartar la presencia de alguna enfermedad infecto-contagiosa en el manipulador-vendedor y su diseminación a través de él*. Su objetivo es preservar la salud del que se somete a control en particular y de la comunidad en general.

El control de salud se debe realizar idealmente cada seis meses o con una frecuencia mínima de una vez al año. Debe ser certificado con un **Carné de Salud**, otorgado por la autoridad de Salud, el que debe estar siempre vigente y a la vista, para dar mayor seguridad al consumidor.

CARNE DE SALUD

Otorgado por la autoridad de salud

Certifica el estado de salud de su poseedor

Respalda el examen médico



Debe llevarlo siempre a la vista

Debe ser exigido por el consumidor

Debe estar vigente, por lo tanto, especificar la fecha de vencimiento

Realizar actividades prácticas N°14

*Los exámenes periódicos de salud recomendables para los manipuladores-vendedores de alimentos, deben incluir la historia personal en cuanto a las enfermedades anteriores; examen físico completo; exámenes de laboratorio, como son los de orina, sangre, muestras de secreciones de nariz y garganta, exámenes de materia fecal y examen radiológico de tórax.

HIGIENE Y PRESENTACION PERSONAL

¿Por qué es necesaria una correcta presentación?

La correcta presentación del personal de un puesto de ventas, refleja la preocupación por la higiene de los alimentos que allí se venden, resultando más confiables y seguros para el consumidor.

Una adecuada vestimenta de trabajo tiene como finalidad proteger los alimentos de los contaminantes presentes en la ropa de uso diario. Ejemplos: polvo, microbios, suciedad.

"La adecuada higiene y presentación personal es una medida eficaz para evitar las enfermedades transmitidas por los alimentos".

PRESENTACION PERSONAL

Higiene		Vestimenta
- Cuerpo y manos limpias - Cabello corto, limpio y cubierto - Uñas cortas, limpias y sin esmalte		- Usar un delantal o mandil de color claro, siempre limpio - Cubrir todo el cabello con un gorro o pañolito - No usar . pulseras . relojes . anillos y . otros accesorios

Realizar actividades prácticas N°15

HABITOS DE HIGIENE

¿Qué son los hábitos higiénicos?

Son normas de conducta relacionadas con la limpieza y desinfección, que deben practicarse habitualmente para proteger y mantener la salud.

Los correctos hábitos de higiene en el personal que manipula y vende alimentos constituyen una importante medida de control y protección de las enfermedades transmitidas por los alimentos.

HABITOS HIGIENICOS EN LA MANIPULACION Y COMERCIALIZACION DE ALIMENTOS

En su presentación personal el manipulador debe:



- mantener un cuidadoso aseo corporal:

- . ducha diaria, uñas cortas y limpias, pelo limpio, recogido con gorro o pañoleta.

- lavarse las manos:



- . antes y después de manipular alimentos
- . luego del uso de los servicios higiénicos
- . después de tocar objetos contaminados como: dinero, basura o restos de alimentos, pañuelos, cajones de botellas o alimentos y otros
- . después de tocarse el cabello, nariz u otras partes del cuerpo
- . después de fumar

¿Cuál es la forma correcta de lavarse las manos?

Un correcto lavado de manos incluye una serie de etapas, las cuales deben cumplirse en forma estricta, para dar como resultado unas manos perfectamente aseadas:



1. Arremangarse hasta el codo



2. Enjuagarse hasta el antebrazo



3. Jabonarse cuidadosamente



4. Cepillarse las manos y uñas



5. Enjuagarse para eliminar el jabón

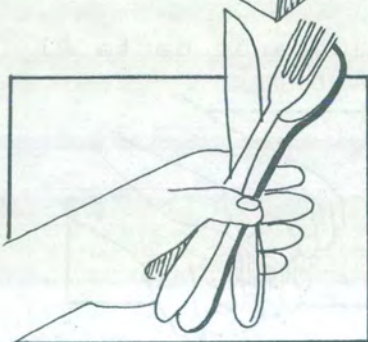
6. Enjuagarse con agua limpia



7. Secarse con toalla limpia de uso personal o mejor con toalla de papel

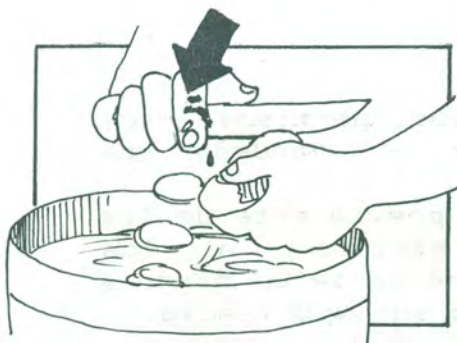
Realizar actividades prácticas N°16

En la preparación de los alimentos el manipulador-vendedor debe:



- Lavar cuidadosamente los utensilios antes y después de cada preparación.
- Lavar bien la superficie donde pela, corta, pica o prepara alimentos, antes y después de utilizarla.
- Lavar los platos, cubiertos y vasos antes de servir nuevamente alimentos o bebidas.
- Al probar un alimento, lavar inmediatamente la cuchara o utensilio para evitar la contaminación.
- Tomar los platos y fuentes por los bordes, los cubiertos por el mango, los vasos por el fondo, las tazas por el asa.
- Mantener su ropa u objetos personales alejados de los alimentos y utensilios.
- Mantener aseado el puesto de venta y sus alrededores.
- Mantener un depósito para los desechos que dejan los consumidores.
- Combatir permanentemente las plagas de insectos o roedores.
- Mantener los productos tóxicos (insecticidas, combustibles, detergentes, desinfectantes) cerrados, bien identificados y separados de los alimentos.

El Manipulador-vendedor no debe:



- Manipular alimentos si tiene una herida o está afectado por una enfermedad infectocontagiosa (intestinal, respiratoria o de la piel).

- Recibir dinero. Si se encuentra solo deberá lavarse prolijamente las manos antes de volver a servir.

- Estornudar o toser sobre los alimentos o sobre las manos.

- Rascarse la cabeza o cuerpo.

- Fumar y/o comer mientras manipula alimentos.



- Limpiarse las manos o los utensilios con su delantal o mandil. Debe lavarlos.

- Adicionar sobras a nuevas raciones, provenientes de restos de alimentos de otros platos, cuyo consumidor pudo ser un portador de una enfermedad infectocontagiosa.

- Introducir los dedos en los vasos o tocar los alimentos preparados.

- Permitir que personal extraño intervenga en la manipulación. Por ejemplo: niños o parientes.



- Permitir la presencia de animales en las proximidades del lugar donde se preparan o venden alimentos.

- Utilizar los envases que hayan contenido productos tóxicos para almacenar, transportar o preparar alimentos.

Realizar actividades prácticas N°17 y 18

SUGERENCIAS DE ACTIVIDADES PRACTICAS

14. Comentar los requisitos de salud, permisos, etc. que se exigen al manipulador - vendedor de alimentos en la localidad.
El instructor debe informarse previamente de las disposiciones existentes y explicar a los asistentes que no tengan carné de salud dónde y cómo pueden obtenerlo, destacando su importancia.
15. Mostrar cada una de las prendas que se deben utilizar en una adecuada presentación personal y explicar cuál es su fin higiénico y estético.
16. Hacer una demostración de la técnica del correcto lavado de manos, con los elementos que se indican. Posteriormente solicitar a varios asistentes que apliquen la técnica y comentar con el grupo los aspectos correctos e incorrectos.
17. Utilizar el Sociodrama N°1 para ejemplarizar lo correcto e incorrecto de la presentación personal y hábitos durante la manipulación y venta de alimentos.
18. Entregar la cartilla N°3 y hacer una síntesis del módulo.

MODULO 4

HIGIENE DE LOS ALIMENTOS



OBJETIVOS

Se espera que al finalizar el módulo, los participantes sean capaces de:

- Reconocer la importancia de la higiene de los alimentos en la protección de la salud.
- Recordar algunas medidas de higiene personal, del ambiente y de los alimentos, necesarias de aplicar en la vida diaria.
- Identificar medidas concretas para cuidar la higiene de los alimentos.

CONTENIDOS PRINCIPALES

La adecuada higiene de los alimentos es esencial para proteger la salud de los consumidores. El manipulador-vendedor debe saber reconocer las características organolépticas de los alimentos aptos para el consumo, lo que le servirá al comprar, seleccionando los que cumplen los requisitos de calidad y limpieza que él necesita para ofrecer un buen servicio a los consumidores.

El análisis de algunos puntos críticos en la manipulación y venta de los alimentos, permite recordar los hábitos higiénicos esenciales para garantizar la calidad de éstos y prevenir las enfermedades de transmisión alimentaria.

MATERIALES NECESARIOS

Cartilla N°4

Revisar sugerencias de actividades prácticas

TIEMPO ESTIMADO 5 horas

DESARROLLO DEL CONTENIDO

¿Qué es higiene?

Palabra que proviene del griego y quiere decir "sano". Es el conjunto de principios y reglas destinadas a prevenir enfermedades, y conservar la salud de la población.

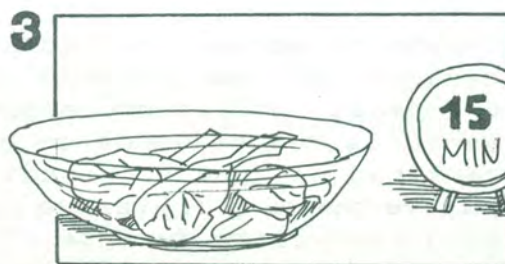
¿Qué es higiene de los alimentos?

Es el conjunto de medidas necesarias para garantizar la limpieza, calidad y pureza de los alimentos en todas sus fases, desde su producción, procesamiento y conservación, hasta el momento del consumo final.

Cuando se consume alimentos, éstos deben estar en óptimas condiciones higiénicas para proteger la salud.

Debido al alto riesgo de contaminación de verduras y frutas, especialmente las que se consumen crudas, se presenta a continuación la forma correcta de lavarlas y desinfectarlas para prevenir enfermedades como la fiebre tifoidea, hepatitis y otras.

¿Cuál es la forma correcta de lavar las verduras y frutas?



Debido al alto riesgo de contaminación de verduras y frutas, es necesario lavarlas cuidadosamente antes de consumirlas, para:

- eliminar la tierra; las bacterias, virus y parásitos transportados por aguas de riego contaminadas; los insectos, restos de plaguicidas y abonos que pueden quedar entre las hojas de las verduras y en las cáscaras y rugosidades de frutas y tubérculos.

El procedimiento para lavar las verduras de hoja, **cuando se dispone de agua potable**, consiste en:

- . desprender las hojas de lechugas, repollos, acelgas, berros, espinacas, apio, etc. y eliminar las que estén en mal estado
- . lavar las hojas una por una, poniéndolas bajo el chorro de la llave.

Cuando no se dispone de agua potable, dejar caer el agua limpia con un jarro. Se debe evitar que la hoja ya lavada tome contacto nuevamente con el agua del tiesto.

Con frutas y tubérculos de consistencia dura (peras, papas, zanahorias) en lo posible escobillarlas bajo el agua de la llave.

"Tanto si se usa agua potable como si no, es conveniente desinfectar las verduras de hoja y frutas como frutillas o fresas, utilizando algún desinfectante especial para verduras que se venda en el comercio o bien cloro en la cantidad de una cucharadita por cada 5 litros de agua. Las verduras y frutas ya lavadas deben sumergirse en el agua con cloro durante 15 minutos y ser cuidadosamente enjuagadas en agua limpia antes de servir"

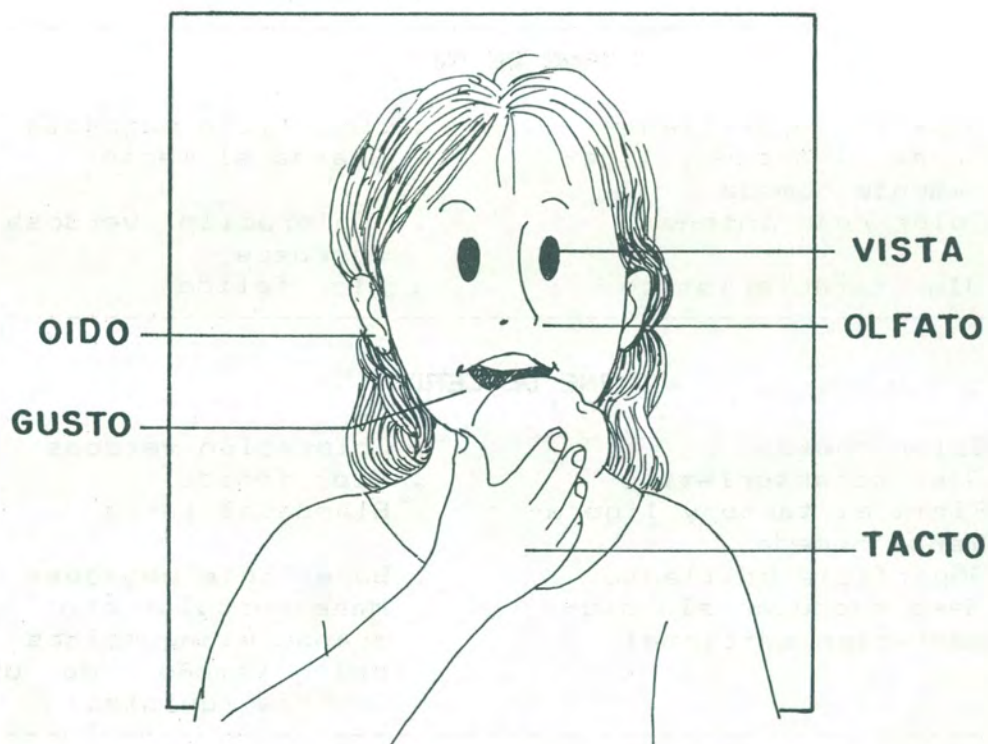
En aquellas situaciones en que es difícil disponer de agua potable en el puesto de venta, es recomendable lavar las verduras y frutas en el hogar y transportarlas en recipientes limpios y tapados.

Realizar actividades prácticas N°19

¿Qué significa proteger un alimento?

Significa tener en cuenta una serie de normas, con el fin de mantener las características organolépticas del alimento que lo hacen apto para el consumo, evitando que se contamine y altere.

¿Qué son las características organolépticas de los alimentos?



Se denomina características organolépticas de los alimentos, al conjunto de características físicas, químicas y biológicas que nos permite reconocer su calidad, con la ayuda de nuestros sentidos (gusto, olfato, vista, oído y tacto).

ALGUNOS EJEMPLOS DE ALIMENTOS Y SUS PROPIEDADES ORGANOLEPTICAS

PROPIEDADES OPTIMAS

PROPIEDADES ALTERADAS

CARNE DE RES

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------|
| . Superficie brillante | . Superficie pegajosa |
| . Firme al tacto y ligeramente húmeda | . Blanda al tacto |
| . Color rojo intenso | . Coloración verdosa o negruzca |
| . Olor característico | . Olor fétido |

CARNE DE CERDO

- | | |
|--|---|
| . Color rosado | . Coloración verdosa |
| . Olor característico | . Olor fétido |
| . Firme al tacto y ligeramente húmeda | . Blanda al tacto |
| . Superficie brillante | . Superficie pegajosa |
| . Masa muscular sin pigmentación adicional | . Masa muscular con granos blanquecinos del tamaño de una lenteja (quistes) |

CARNE DE POLLO

- | | |
|--|--|
| . Superficie brillante | . Superficie seca o pegajosa |
| . Firme al tacto y piel adherida a los músculos | . Blanda, se deshace con facilidad, la piel se desprende |
| . Piel de color uniforme, variando de amarillo pálido, a más pronunciado | . Coloración verdosa, negruzca, sanguinolenta, pálida |
| . Carne rosada y húmeda | |
| . Olor característico | . Olor fétido |

**PROPIEDADES
OPTIMAS**

**PROPIEDADES
ALTERADAS**

PESCADO

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> . Ojos salientes y brillantes . Agallas rojas y húmedas . Escamas firmes . Superficie brillante, húmeda y firme al tacto . Olor característico | <ul style="list-style-type: none"> . Ojos hundidos y opacos . Agallas pálidas - verdosas negruzcas o sin agallas . Escamas que se desprenden con facilidad . Superficie opaca, pegajosa y blanda al tacto . Olor fétido |
|--|--|
-

MARISCOS

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> . Caparazón sin roturas . Sonido mate a la percusión . Ambas valvas cerradas . Olores y colores característicos . Contenido firme y brillante | <ul style="list-style-type: none"> . Caparazón rota . Sonido hueco a la percusión . Valvas abiertas . Olor desagradable . Color verdoso - negruzco . Contenido pegajoso, se deshace con facilidad y se desprende fácilmente de la caparazón |
|---|---|
-

VISCERAS Y MENUDENCIAS

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> . Color más bien rojo oscuro, algo vinoso . Firme al tacto; el hígado no es tan firme pero no debe desmenuzarse . Superficie brillante . Olor característico | <ul style="list-style-type: none"> . Color verdoso, amarillento o blanquecino . Se deshace al tacto . Superficie hemorrágica . Puntos blancos en su superficie (quistes) . Olor fétido |
|---|---|
-

**PROPIEDADES
OPTIMAS**

**PROPIEDADES
ALTERADAS**

HUEVOS

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> . Superficie lisa . Color característico según especie o raza . Forma oval característica . Cáscara íntegra . Superficie libre de de excrementos | <ul style="list-style-type: none"> . Superficie muy rugosa . Color: despigmentación, manchas, etc. . Forma: difiere de la de su especie o raza . Cáscara rota . Abundante excremento en la superficie . Olor fétido muy característico . Pérdida de peso |
|--|---|
-

LECHE

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> . Olor característico . Color blanco/amarillento . Sabor característico . Estado líquido, sin grumos . Glóbulos de grasa amarillos blanquecinos | <ul style="list-style-type: none"> . Olor desagradable ácido . Color verdoso azulado . Sabor agrio-ácido . Estado semi-sólido con grumos (leche cortada) . Muy pegajosa al tacto |
|---|---|
-

HORTALIZAS Y FRUTAS

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> . Buen estado de madurez . Duras y firmes al tacto . Olores característicos . Superficie íntegra . Dentro de lo posible sin tierra . Hojas enteras de buen verdor . Brillantes las que deben serlo | <ul style="list-style-type: none"> . Secas o muy pegajosas . Se deshacen al tacto . Olores desagradables . Superficies con huecos o melladas . Presencia de hongos, parásitos, insectos, etc. . Hojas amarillas o con pigmentación negruzca . Colores alterados |
|--|--|
-

Realizar actividades prácticas N°20

¿COMO SE PUEDEN PROTEGER LOS ALIMENTOS?

- FRIO : - Refrigeración: a menos de 5°C, la mayoría de los microbios se inactiva. Los alimentos que requieren bajas temperaturas son: carnes, pescados, verduras, frutas, alimentos preparados, leche, salsas, etc.
- Congelación: (Bajo 0°C) Carnes y pescados principalmente.

Al no disponer de refrigerador, como alternativa para mantener los alimentos en frío se puede utilizar hielo.

Cuando toma contacto con los alimentos, el hielo también puede convertirse en una fuente de contaminación. Para evitarlo, debe prepararse con agua potable, mantenerse en envases limpios y tapados. Al agregarlo a un refresco, tomarlo con tenazas o una cuchara limpia, nunca con los dedos.

- CALOR : - Sobre los 60°C, la mayoría de los microbios muere. Este calor puede ser con:
- fuego directo (horno, hervido) o
 - fuego indirecto (baño maría)

Realizar actividades prácticas N°21

Además para protegerlos del polvo, insectos, y suciedad los alimentos deben estar siempre:

- En recipientes cerrados
- Cubiertos con paños limpios
- En estantes con vitrinas
- Nunca directamente sobre el piso

¿CUALES SON LOS PUNTOS CRITICOS EN LA MANIPULACION Y VENTA DE ALIMENTOS?

Son aquéllos en que por diferentes causas, los alimentos están más predispuestos a contaminarse o alterarse. Por lo tanto, son también a los que hay que prestar mayor atención, ya que su vigilancia permitirá disminuir considerablemente la posible aparición de una enfermedad de transmisión alimentaria.

A continuación, se presentan los puntos críticos en la selección, almacenamiento y preparación de los alimentos, y la forma en la que el manipulador podría intervenir, evitando su contaminación, en cada una de ellas.

PUNTOS CRITICOS EN LA SELECCION, COMPRA Y ALMACENAMIENTO DE ALIMENTOS.

Cómo evitar que sean fuente de una enfermedad de transmisión alimentaria

Puntos críticos

Qué hacer

Alimentos no perecibles

- Adquirir los que están en óptimas condiciones
- Transportar y almacenar en envases cerrados, limpios, protegidos del polvo, humedad, suciedad y plagas

Alimentos perecibles

- Transportar y conservar en adecuadas condiciones de temperatura. Protegidos del polvo, suciedad y plagas. (Refrigerar, conservar en hielo o congelar, según el alimento)

PUNTOS CRITICOS EN LA PREPARACION PREVIA DE LOS ALIMENTOS.

Cómo evitar que sean fuente de una enfermedad de transmisión alimentaria

Puntos críticos

Qué hacer

Seleccionar los alimentos y utensilios

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Manos - Utensilios | <ul style="list-style-type: none"> - Lavarse las manos - Usar utensilios <u>lim</u>
<u>p</u>ios, no oxidados.
No dejar los mismos
a la intemperie, sucios y volver a usar sin lavarlos |
|---|--|

Lavar y desinfectar los alimentos

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Alimentos | <ul style="list-style-type: none"> - Lavar y desinfectar. Utilizar agua potable o desinfectar con cloro.
Tener <u>especial</u>
cuidado con verduras y frutas |
|---|---|

Pelar los alimentos

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Manos - Alimentos | <ul style="list-style-type: none"> - Lavarse las manos antes de pelar los alimentos - Lavar los alimentos |
|--|---|



Cortar y picar los alimentos

- Manos

- Utensilios



- Lavarse las manos

- Mantener limpias las superficies donde se corta, pica y prepara, así como los cuchillos y recipientes

- Colocar los residuos en recipientes con tapa y eliminarlos tan pronto como sea posible

Mezclar los ingredientes crudos

- Manos

- Utensilios



- Nunca mezclar utilizando las manos

- Utilizar recipientes y mezcladores limpios y de material apropiado (plástico, aluminio)

- No utilizar recipientes que han tenido o tienen otros fines, como envases de productos tóxicos (detergentes, combustibles, insecticidas)

Conservar los alimentos crudos

- Sistema de conservación
- Mantener a temperatura en las cuales no se favorezca la multiplicación de los microbios, especialmente los alimentos de alto riesgo epidemiológico

Preparar y servir

- Con buenos hábitos higiénicos y presentación

PUNTOS CRITICOS EN LA PREPARACION FINAL DE LOS ALIMENTOS

Cómo evitar que sean fuente de enfermedades de transmisión alimentaria

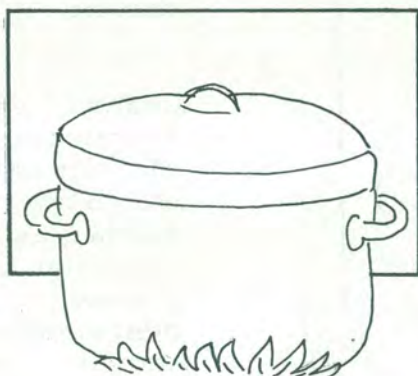
Puntos críticos

Qué hacer

Cocer los alimentos

- Temperatura

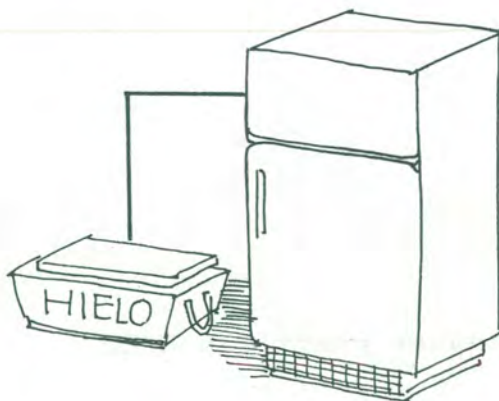
- Tiempo



- Hervir los alimentos (100°C), para eliminar los microbios
- Someter los alimentos al calor el tiempo suficiente para que se cocinen bien, especialmente las carnes. Evitar que se consuman crudas o semicocidas.

Servir alimentos fríos

- Temperatura



- Un alimento cocido que se sirve frío, para ser consumido sin riesgo, debe haber sido conservado en refrigeración.
- Si el alimento está congelado se deberá separar sólo lo que se utilizará para consumo o venta. No se debe recongelar, porque se puede alterar con mayor facilidad al reutilizarlo

Servir alimentos calientes

- Temperatura



- Para recalentar un alimento en forma uniforme, antes de servirlo deberá ser sometido a temperaturas mayores de 60 C°, para eliminar los microbios presentes

- Cuando se preparan frituras, utilizar el mínimo de aceite u otra sustancia grasa. Es importante recordar que las grasas y aceites se descomponen por acción del calor, liberando productos químicos que son tóxicos para el organismo. No es recomendable, por tanto, volver a freír en la misma grasa o aceite

Realizar actividades prácticas N°22

UN IMPORTANTE ULTIMO PASO: EL SERVIDO DE RACIONES

Al servir los alimentos

SI

- Usar utensilios limpios, en lo posible desechables
- Buenos hábitos higiénicos
- Correcta presentación
- Un depósito de residuos para uso de los consumidores
- Trato amable



NO

- Servir sobras de raciones anteriores
- Carnes y otros alimentos semicrudos
- Malos hábitos higiénicos
- Incorrecta presentación
- Trato descortés

Realizar actividades prácticas N°23

SUGERENCIAS DE ACTIVIDADES PRACTICAS

19. Hacer una demostración de la técnica del lavado de verduras y frutas. Luego solicitar que algunos de los asistentes repitan los pasos a seguir, para detectar posibles dudas o errores, especialmente en el método para desinfectarlas.

Para evaluar se puede utilizar una pauta de observación como la que aparece en la Guía del Instructor.

20. Si es posible llevar alimentos en buen y mal estado, demostrar cómo se reconocen los que presentan propiedades organolépticas óptimas o alteradas, según los ejemplos que aparecen en el módulo.
21. Recordar el uso del termómetro y las temperaturas adecuadas e inadecuadas para los microbios (módulo N°1).
22. Anotar en el pizarrón los puntos críticos en el almacenamiento y la preparación de los alimentos. Analizar con los asistentes qué hacer en cada uno de ellos para evitar que se transforme en una posible vía de enfermedad de transmisión alimentaria.
23. Preparar y presentar el sociodrama N°2 y posteriormente analizar en grupo los puntos críticos en la manipulación y venta de alimentos.

Solicitar a los actores del sociodrama que enfatizen los beneficios de la higiene para prevenir enfermedades en los consumidores y aumentar la clientela al mejorar el prestigio del puesto de ventas. El instructor puede utilizar las preguntas que aparecen al final de ambos sociodramas (Anexo 1), con el título de Discusión Final, para hacer una evaluación y síntesis final del curso.

Sería conveniente que pidiera además a los participantes su opinión sobre el curso, para lo que podría utilizar el formulario Evaluación del Curso, que aparece en la Guía del Instructor.

ANEXO 1

EJEMPLOS DE SOCIODRAMAS DE APOYO A LOS MODULOS EDUCATIVOS

El sociodrama o la representación dramatizada de una situación, constituye una técnica educativa motivadora y efectiva para aclarar o reforzar conceptos, con la participación activa de los asistentes al curso.

Los ejemplos que se presentan a continuación, representan alternativas que el instructor o el grupo pueden adaptar y utilizar al final del curso, como una actividad integradora o como refuerzo en los módulos 3 (sociodrama 1) y 4 (sociodrama 2).

Los "actores" de las situaciones incorrectas y correctas deben ser voluntarios del propio grupo de asistentes al curso, actuando los demás como observadores.

El instructor puede además emplear esta técnica para evaluar, organizando una discusión en pequeños grupos, que deberán contestar algunas preguntas al final de la representación.

SOCIODRAMA 1

TEMA 1: "MANOS A LA OBRA"

PERSONAJES: 1 Manipulador
2 Ayudantes

NOTA : Antes de comenzar el sociodrama, aclarar que todo está exagerado intencionalmente (para evitar herir susceptibilidades). Trabajar siempre incorporando el buen sentido del humor.

CUADRO N°1

¡TODO LO INCORRECTO!

Escena única

Cocina desordenada, suciedad sobre el piso, mesa de madera ubicada frente al público, tarro o balde con agua al costado. Todo lo más incorrecto posible. (Este escenario se muestra al público para que vaya observando y sacando algunas conclusiones).

Aparece la manipuladora por el ángulo lateral. Aspecto: desaliñada, despeinada, saca el pañuelo para sonarse la nariz (estruendo), se rasca la cabeza, refunfuña, se limpia las uñas, etc.

Se dispone y exclama: ¡manos a la obra!, comienza su tarea sin lavarse las manos. Saca las verduras (por ejemplo) de una bolsa o canasta, que se encuentra apoyada directamente sobre el piso.

Sin lavarlas, comienza a pelarlas con un cuchillo que encontró "por ahí" (no en un lugar determinado); le da algunas "pasaditas" por su delantal (en deplorables condiciones). Empieza el pelado, cae cáscara al piso, que la manipuladora empuja un poquito con el pie para que no estorbe.

Pela y deja caer las hortalizas dentro del tarro con agua, de vez en cuando sacude el cuchillo dentro del agua para "limpiarlo".

Durante toda la escena, la manipuladora espanta moscas de la mesa, alimentos y de sí misma, haciendo las exclamaciones correspondientes.

Finalmente, peladas las hortalizas, comienza a picarlas, soplando previamente la superficie para picar. Sacude otra vez el cuchillo en el agua y mientras saca las hortalizas, se le cae un poco al piso, lo levanta y nuevamente lo incorpora al picado. Hace sonidos y gestos destacando la presencia de un animal en la cocina (gato por ejemplo). Repentinamente le da un acceso de tos y estornudos, justo sobre los alimentos que está manipulando (exclamaciones pertinentes); incluso, ya para el segundo acceso, se cubre la boca y nariz con las manos y vuelve a su tarea de picar sin haberse lavado (se frota sobre el mandil).

Una vez picado todo, lo lleva a un recipiente grande, donde se supone hay cebolla y condimentos (hará alusión al contenido). Además debe hacer una exclamación como que "se tiene que apurar porque se va a necesitar el recipiente para otro fin". Revuelve con un cucharón de madera deteriorado y deja macerar. Apoya el cucharón sobre el piso.

Cansada, se deja caer sobre la silla, se limpia la cara con el pañuelo o mandil. Saca del cajón de la mesa un cuaderno o libreta y dinero de una caja y se pone a hacer sus cuentas. Manipula el dinero y cuenta (muecas y gestos varios de reprobación y satisfacción). Luego se levanta, va al baño, sale, (puerta con cartel) y sin lavarse las manos se dirige al recipiente y prueba el preparado, tomando con los dedos un poquito para ver si está "a punto".

Listo para ser transportado, llama a los 2 ayudantes (Pepe y Miguel) igualmente desaliñados, para ayudar a llevar los recipientes. Hacen alusión a que "ya desocuparon la maletera del carro de Lucho" para llevar la comida a vender. Se van, queda el escenario sólo unos momentos. El decorado se cambia para preparar el Cuadro N°2, mientras se efectúa la discusión.

Sugerencias para la discusión posterior:

El instructor puede dividir al grupo y pedir que analicen lo observado, con preguntas como las siguientes:

- ¿Qué fallas observaron?
 - ¿Qué podrían hacer para evitarlas con los medios de que disponen?
 - ¿Ustedes creen que alimentos preparados así, pueden transmitir alguna enfermedad? ¿Cuál?
-

CUADRO N°2**¡LO MEJOR POSIBLE!****Escena única:**

Cocina apropiada, la misma cocina del cuadro anterior, pero limpia y ordenada. Debe observarse un depósito para residuos a la vista y con tapa.

(También se deja el escenario unos momentos para observación del público, dándole tiempo para que compare con el escenario anterior).

Aparece la manipuladora por el ángulo lateral. Aspecto: limpio y prolijo, sin necesidad de estar uniformada, debe tener un mandil y llevar todo el pelo tomado con un pañuelo. Es decir, lo que está al alcance de todos, para que se vea como algo que se puede lograr.

Se dispone y exclama ¡manos a la obra! se lava las manos antes de comenzar su tarea. Saca las hortalizas de una bolsa o canasta que está sobre un soporte y no directamente sobre el piso.

Las coloca en un recipiente agujereado y lo pone bajo un aparente chorro de agua corriente.

Comienza a pelar las hortalizas, el cuchillo lo sacó de un cajón o estante cerrado. Luego de pelarlas, las lava antes de picar, lava bien el recipiente o la superficie que va a ocupar y las pica. Estornuda directamente sobre el pañuelo y luego se lava las manos. La basura obtenida es depositada en un recipiente con tapa.

Coloca lo picado en un recipiente y le agrega los condimentos (hace alusión a que ese recipiente es sólo para eso). Revuelve con un cucharón limpio en buen estado. Deja macerar y cuelga los utensilios en un lugar específico.

Mientras tanto se lava las manos. Luego va al baño (puerta con letrero) y cuando sale va directamente a lavarse las manos.

Continúa limpiando hasta que considera que el macerado está listo. Al probar, lo hace sacando un poco del recipiente y colocándolo en una cuchara; repite esto una vez más.

Recalcar bien el acto para que se vea que nunca el utensilio que va a la boca se introduce en la mezcla general.

Luego llama a los ayudantes, éstos se lavan las manos (tienen ropa adecuada), para transportar los recipientes indicándoles que tomen los cuidados necesarios para evitar que los alimentos sufran alguna contaminación.

Se hace alusión a la hora para que se sepa que entre la preparación y el consumo no pasa mucho tiempo.

SOCIODRAMA 2

- TEMA : ¿QUE SE VENDE EN ESTE PUESTO?
- PERSONAJES : 1 Manipulador - Vendedor
Consumidor N°1
Consumidor N°2
1 Ayudante cobrador
- NOTA : Antes de comenzar el sociodrama, aclarar que todo está exagerado intencionalmente (para evitar herir susceptibilidades).
- Trabajar siempre incorporando el buen sentido del humor.

CUADRO N°1**¡TODO LO INCORRECTO!****Escena única**

Puesto de venta en deplorables condiciones (ruido de autos y gente) en la vía pública (grabación); basura diseminada por los alrededores, aludir presencia de moscas, animales en las proximidades. Árboles detrás del puesto. No hay recipientes para desperdicios. "Presencia de los baldes característicos para lavar los utensilios, bien a la vista del público".

Aspecto del vendedor: desaliñado y sucio, sin vestimenta adecuada (sin mandil, ni gorro). Espanta moscas del puesto y de sí mismo.

Malos hábitos higiénicos, tose y estornuda (se limpia con las manos y mangas), se rasca la cabeza, uñas sucias. En ningún momento se lava las manos, o mejor aún la sacude en el agua de uno de los baldes y se pasa la misma por el pelo para secarla.

Llama al ayudante para que atienda mientras él va al "baño" (árbol de la plaza o parque). Debe notarse bien que vuelve y no se lava las manos. Continúa atendiendo. Llegan los consumidores 1 y 2. Sirve la ración. Hay un pelo en una de ellas (lo retira y lo sirve).

El consumidor 1 prueba la ración varias veces y se queja de que la comida está "pasada"; el vendedor lo niega y contesta groseramente. El consumidor 1 decide retirarse. El vendedor sin miramientos, echa de nuevo la ración a la olla. El consumidor 2 desea tirar un papel a un basurero, busca a su alrededor y al no encontrar lo tira al piso, junto a un montoncito de desperdicios que han tirado, se supone, consumidores anteriores. Pasa un perro olisqueando (se puede hacer alusión a su presencia sin mostrarlo).

Mientras el consumidor 2 come, el vendedor lava el plato del consumidor 1 en los baldes con un trapo sucio que deja al borde de uno de ellos, espantando algunas moscas.

El consumidor 2 paga su consumo; el vendedor recibe el dinero, lo cuenta bien, da el vuelto correspondiente y sigue manipulando los alimentos (por ejemplo. pela naranjas para el consumo).

Finalmente, ya para irse, acomoda todo (no es tan importante) y tira el agua de los baldes en la vía pública (acción bien notoria, fundamental).

Sugerencias para la discusión posterior.

El instructor puede dividir al grupo y pedirles que analicen lo observado contestando preguntas como las siguientes:

- ¿Qué fallas observaron?
 - ¿Qué podrían hacer para evitarlas con los medios de que disponen?
 - ¿Uds. creen que alimentos vendidos así pueden transmitir alguna enfermedad? ¿Cuál? (se debe tratar de recalcar las acciones que los mismos vendedores pueden tomar y no aceptar soluciones como: el Municipio debería...)
-

CUADRO N°2

¡LO MEJOR POSIBLE!

Escena única:

Puesto de venta adecuado, puede ser el mismo que el anterior, pero limpio; que se vea un recipiente para residuos con tapa. También un tanquecito de agua con un grifo y bajo él, un balde para el agua que cae.

El manipulador - vendedor aparecerá barriendo los alrededores y limpiando la mesa del puesto. Tendrá un aspecto limpio y prolijo, su vestimenta será con un mandil y gorro (no necesariamente deberá estar uniformado). **En su solapa tendrá su carné de salud.**

Tendrá también un recipiente pequeño (ejemplo: caja de cartón) cerca de los consumidores, para que estos tiren sus papeles allí.

Puede probar la comida con una cuchara que no volverá a reintroducir; repite varias veces, recalcando que no hay contacto boca-alimentos.

El vendedor espantará algún animal que se acerque (sonidos y exclamaciones al respecto).

Llegan consumidores 1 y 2, trato amable con ellos, limpia la mesa. Sirve los alimentos correctamente, utilizando platos y cubiertos limpios y en buen estado.

Escena simultánea, el vendedor desea ir al baño, llama al ayudante. Alude a que va "al café de enfrente, al baño" y que le atienda el puesto. El ayudante se lava las manos y revuelve la mezcla.

Regresa el vendedor, se lava las manos con jabón en el grifito del tanque, vuelca el agua en el desagüe. Mientras tanto el consumidor 1 busca un recipiente para echar el papel y lo hace en el depósito correspondiente.

Finalmente el consumidor 2 pagará pero no será el vendedor quien reciba el dinero, será el ayudante cobrador, que además puede dedicarse a barrer y limpiar sin contactar con los alimentos.

Por último los clientes se van despidiéndose hasta el día siguiente. Trato amable.

La escena se diluye mientras el vendedor arregla las cosas del puesto.

Sugerencias para la discusión posterior:

El instructor puede evaluar los conceptos entregados solicitando al grupo que conteste las siguientes preguntas:

- Mencione del cuadro N°1 (Todo lo incorrecto) aquello que le pareció mal o indebido. Explique por qué.
 - ¿Cree Ud. que las situaciones presentadas en este cuadro pueden provocar alguna enfermedad?
 - ¿Qué dificultades encuentra en hacer las cosas como lo señala el cuadro N°2?
-

ANEXO 2

CARTILLAS

CARTILLA Nº 1

¿CÓMO EVITAR LAS ENFERMEDADES
TRANSMITIDAS POR
LOS ALIMENTOS?



ORGANIZACION DE LAS NACIONES UNIDAS PARA
LA AGRICULTURA Y LA ALIMENTACION

División de Política Alimentaria y Nutrición
Oficina Regional para América Latina y el Caribe
Santiago - Chile

INTRODUCCION

Una enfermedad puede llegar a nosotros de muchas maneras y una de ellas es a través de los alimentos; son las Enfermedades Alimentarias como las diarreas, fiebre tifoidea o hepatitis.

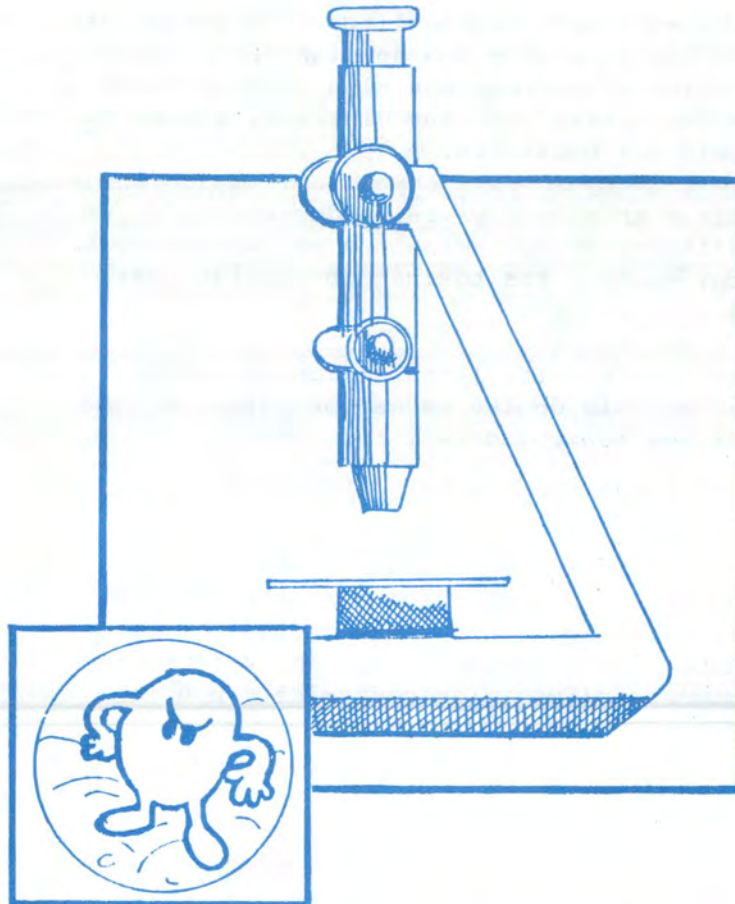
Estas enfermedades se producen cuando un alimento se contamina con microorganismos patógenos o sus toxinas (bacterias, parásitos, virus).

Estos microbios llegan a los alimentos, la mayoría de las veces por culpa de los mismos manipuladores.

Los hábitos higiénicos como el lavado de las manos antes de manipular alimentos, el no toser y estornudar sobre ellos o evitar la manipulación con heridas infectadas, así como también cubrir o proteger los alimentos, ayudan a impedir que ese alimento se contamine y nos enferme.

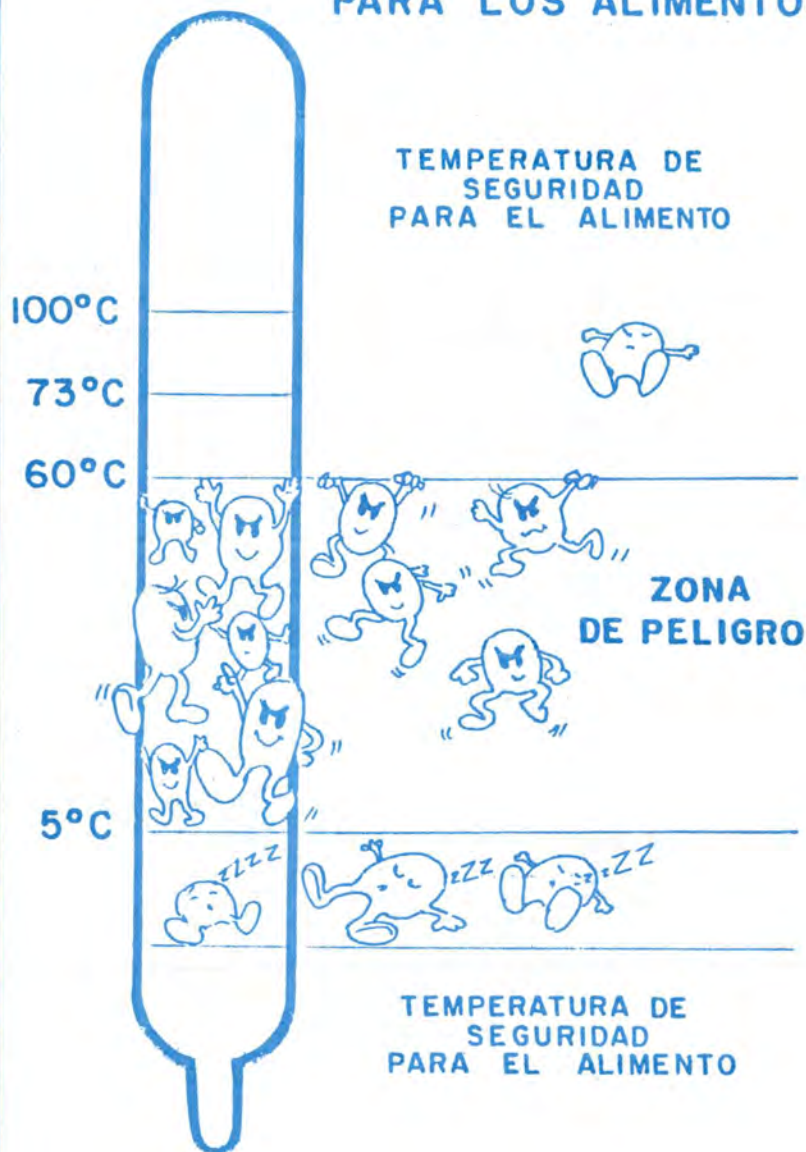


Los microbios patógenos son tan pequeños
que sólo pueden verse a través de un
microscopio.



Enferman al hombre y los animales.
Producen toxinas, potentes venenos
causantes de intoxicaciones alimen-
tarias graves y en ocasiones mortales.

¿QUÉ TEMPERATURA ES FAVORABLE PARA LOS MICROBIOS Y CRÍTICA PARA LOS ALIMENTOS?



¿CUÁLES SON LOS ALIMENTOS PREFERIDOS POR LOS MICROBIOS?

- SALSAS Y CREMAS

- MAYONESA

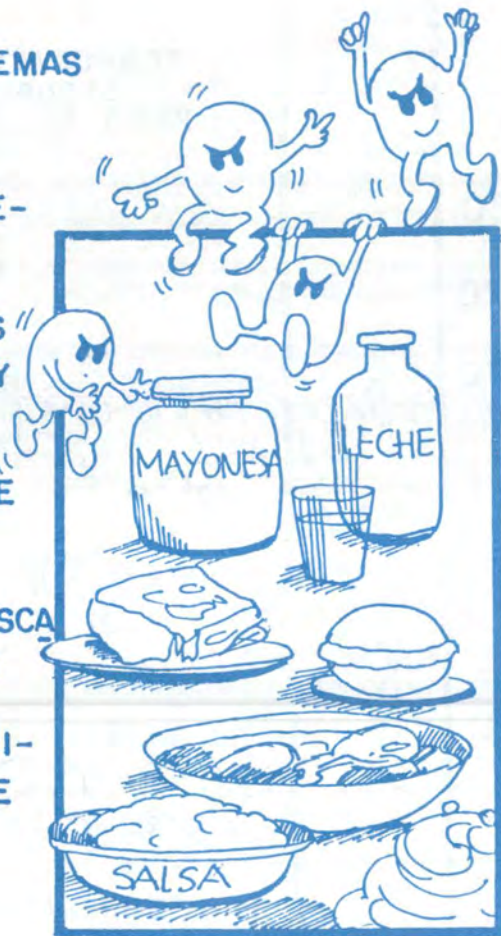
- PASTELES RE-
LLENOS

- PREPARADOS
CON HUEVO Y
LECHE

- VERDURAS DE
HOJA

- CARNES Y PESCA-
DOS CRUDOS

- CARNES COCI-
DAS QUE SE
CONSUMEN
FRÍAS



LOS ALIMENTOS NUTRITIVOS Y CON
SUFICIENTE HUMEDAD.

¡ ALIMENTOS DEJADOS A LA INTEMPERIE.....

....UN FESTÍN PARA
LOS MICROBIOS



QUE SE MULTIPLICAN RÁPIDAMENTE
EN LOS ALIMENTOS CUANDO
LA TEMPERATURA AMBIENTE ES
CRÍTICA

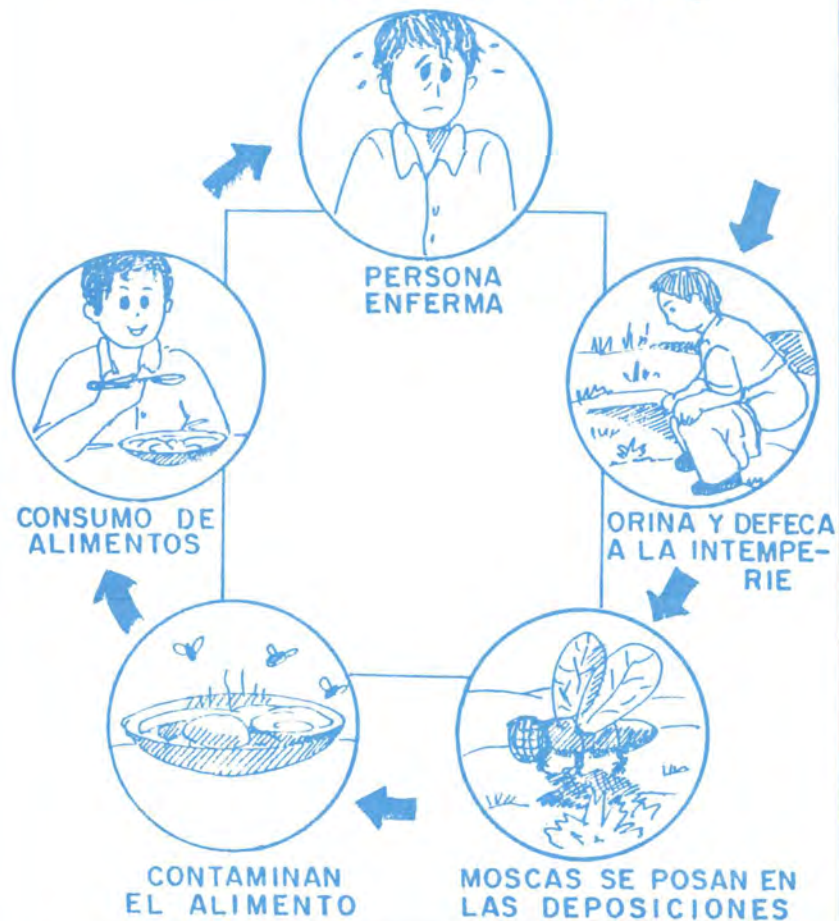
¿CÓMO PUEDE TRANSMITIR ENFERMEDADES UN ALIMENTO?



¿QUÉ HACER PARA EVITARLO?

- Lavarse las manos antes de manipular cualquier alimento.
- Una persona con enfermedad infecto-contagiosa no debe manipular alimentos. Puede haber enfermedad sin síntomas.

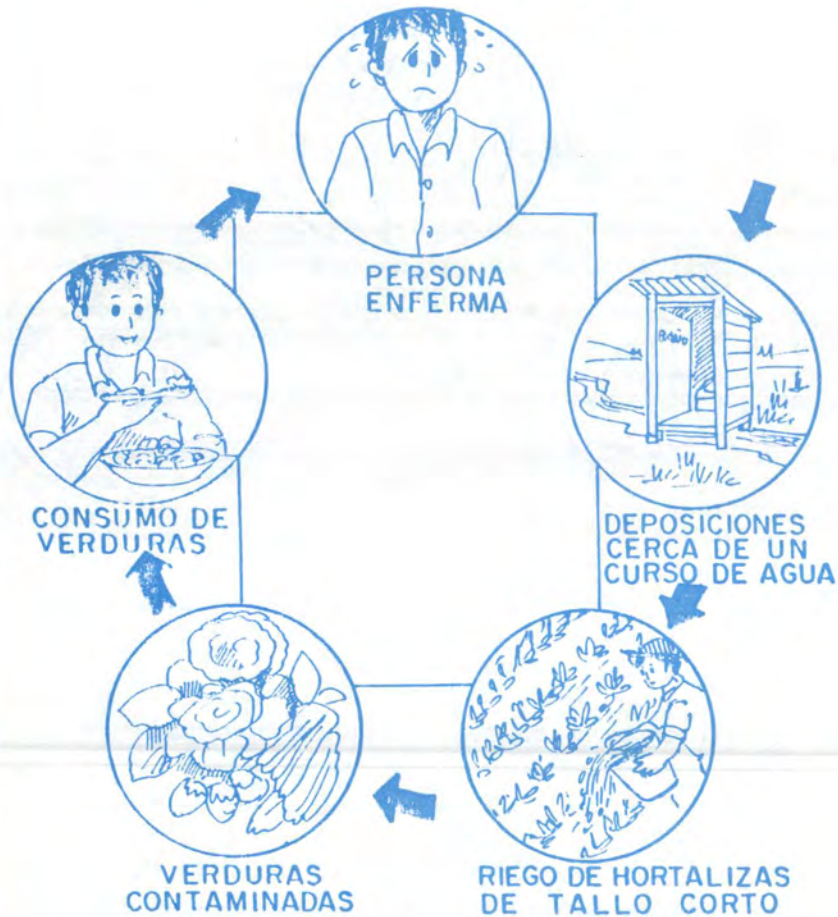
¿CÓMO PUEDE TRANSMITIR ENFERMEDADES UN ALIMENTO?



¿QUÉ HACER PARA EVITARLO?

Evitar las deposiciones a la intemperie.
Porque son fuente de contaminación y atraen moscas.
Combatir las plagas y proteger los alimentos.

¿CÓMO PUEDE TRANSMITIR ENFERMEDADES UN ALIMENTO ?



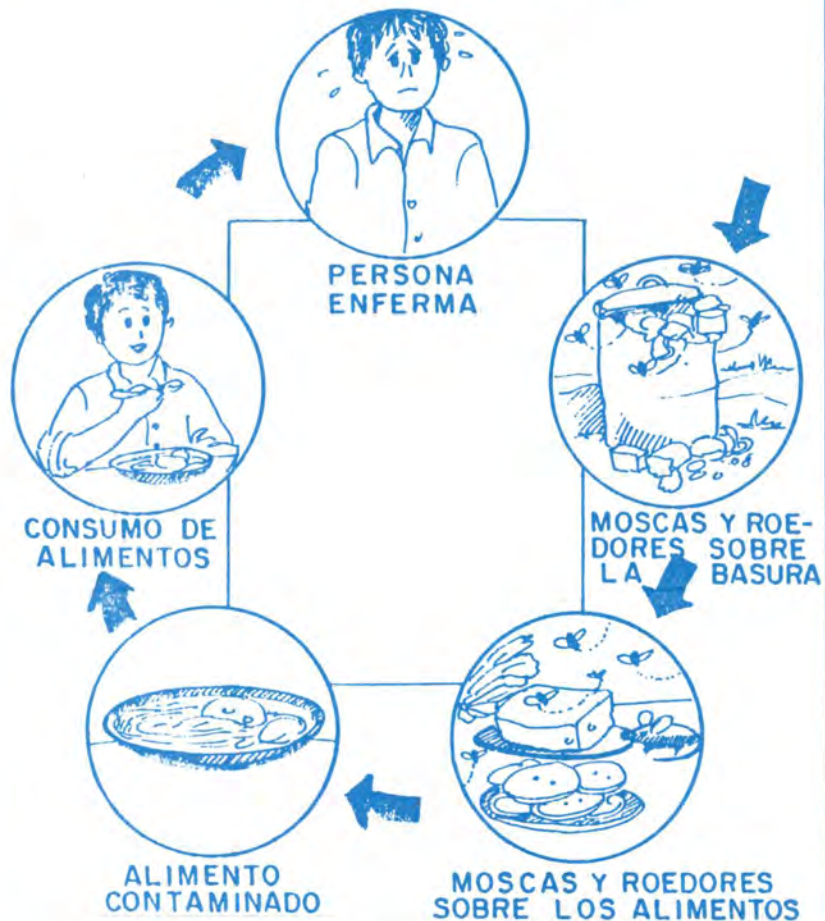
¿QUÉ HACER PARA EVITARLO ?

No defecar cerca de cursos de agua

No regar hortalizas de tallo corto con aguas servidas.

Lavar frutas y verduras con agua potable.

¿CÓMO PUEDE TRANSMITIR ENFERMEDADES UN ALIMENTO ?



¿QUÉ HACER PARA EVITARLO ?

Tener el buen hábito de dejar los recipientes de desperdicios con tapa y alejados de los alimentos, para que no proliferen las plagas.

¿CÓMO PUEDE TRANSMITIR ENFERMEDADES UN ALIMENTO?



¿QUÉ HACER PARA EVITARLO?

No manipular alimentos cuando se tiene manos infectadas, porque son focos de bacterias y toxinas.

EL MANIPULADOR PUEDE PROTEGER LA SALUD



CARTILLA Nº 2

¡PROTEGER LOS ALIMENTOS AYUDA A CUIDAR LA SALUD!

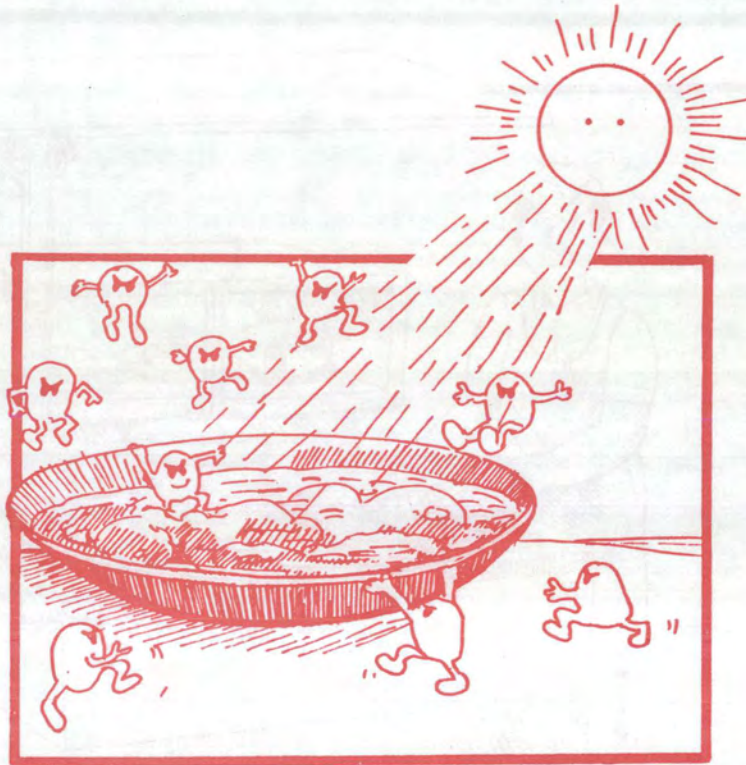


**ORGANIZACION DE LAS NACIONES UNIDAS PARA
LA AGRICULTURA Y LA ALIMENTACION**

División de Política Alimentaria y Nutrición
Oficina Regional para América Latina y el Caribe

Santiago - Chile

EL SOL ...



...A VECES ES ENEMIGO

Los alimentos dejados a la intemperie,
se calientan con el Sol...
y los microbios se multiplican rápida-
mente. Porque la temperatura ambiente
es ideal para su desarrollo.

**LA TIERRA, POLVO Y SUCIEDAD
LLEVADAS POR EL VIENTO....**



**LLEGAN A LOS ALIMENTOS
DESPROTEGIDOS**

NO PERMITAMOS QUE ELLOS...

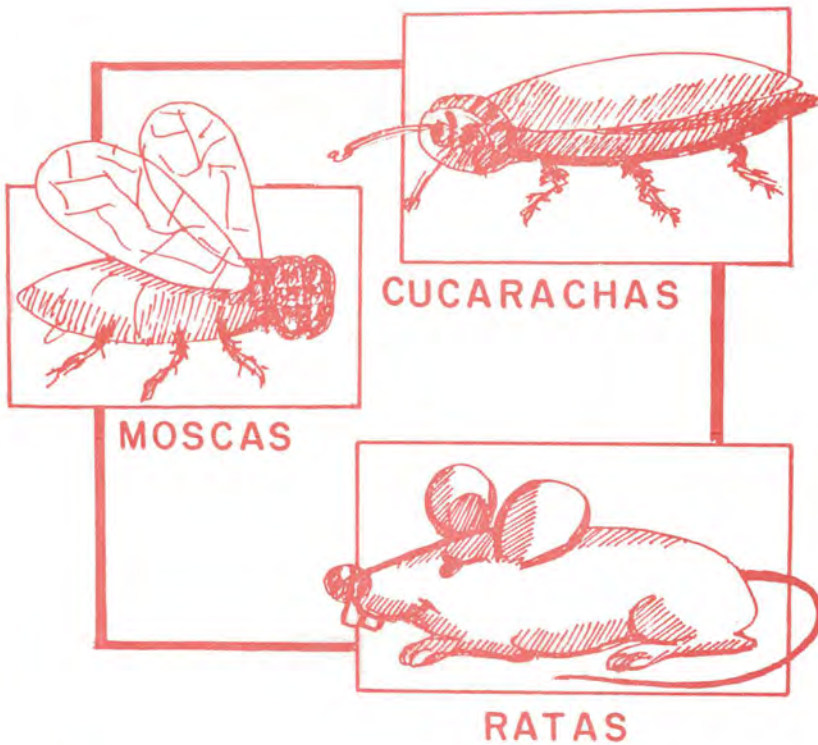


**...ESTÉN CERCA DE LOS
ALIMENTOS**

Contaminan con pelos, parásitos y
también....

¡ PUEDEN TRANSMITIR ENFERMEDADES !

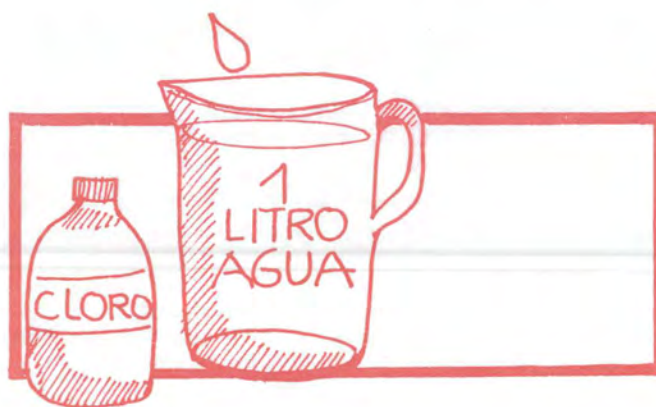
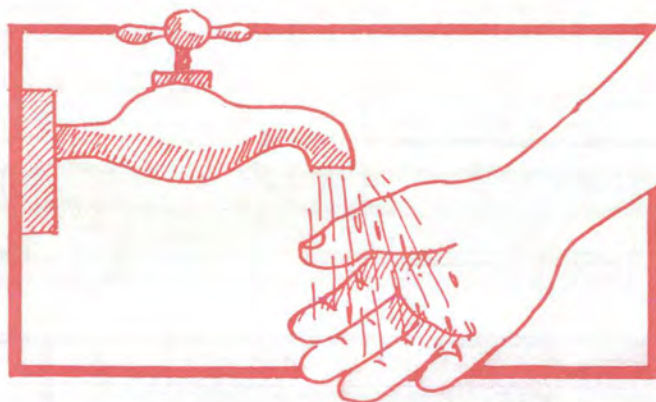
¡ ENEMIGOS DE LOS ALIMENTOS !



Estas plagas transmiten enfermedades,
porque llevan a los alimentos microbios
que transportan en sus patas y cuerpos.
Deben ser combatidas.

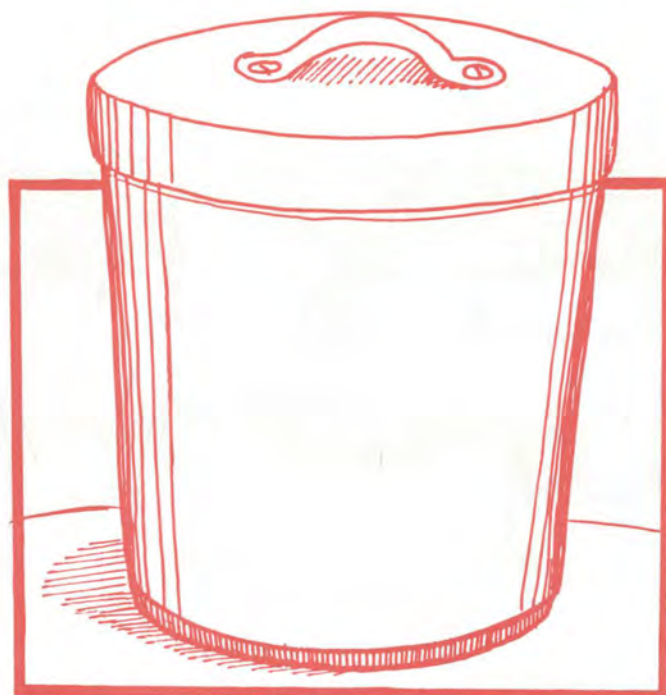
SE DEBE UTILIZAR SIEMPRE :

**¡ AGUA POTABLE O
DESINFECTADA !**



- Para: lavarse las manos ; tomar o preparar refrescos, preparar alimentos, lavar alimentos, lavar utensilios.
- Para beber, desinfectar el agua, agregando una gota de cloro por litro de agua fría y dejar reposar media hora.

¡ RECIPIENTES CON BASURA...



...SIEMPRE CON TAPA!

¿POR QUÉ?

- Las moscas, cucarachas, ratas y el viento pueden hacer que la basura llegue a los alimentos que preparamos; servimos o comemos. La basura debe mantenerse en recipientes con tapa, evitando que se acumule alrededor del puesto de ventas.

**¡ES UN ESFUERZO QUE VALE
LA PENA!**



- MANTENER LOS ALIMENTOS EN:

- Recipientes con tapa...
- Cubiertos con paños limpios
- Dentro de vitrinas limpias

**¡ PARA QUE NO SE POSEN MOSCAS
O SE CONTAMINEN CON TIERRA!**

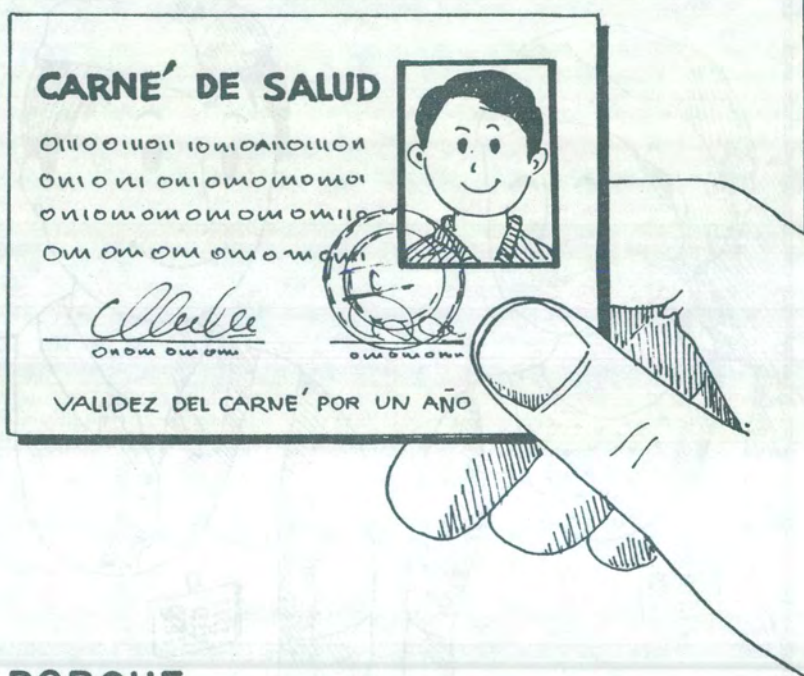
CARTILLA Nº 3
UNA PRESENTACIÓN ADECUADA
.... ¡ES POSIBLE!



ORGANIZACION DE LAS NACIONES UNIDAS PARA
LA AGRICULTURA Y LA ALIMENTACION

División de Política Alimentaria y Nutrición
Oficina Regional para América Latina y el Caribe
Santiago - Chile

¿POR QUÉ ES INDISPENSABLE EL CARNE' DE SALUD ?



PORQUE

- El carné de Salud , indica que estamos sanos : sin enfermedades infectocontagiosas.
- "El consumidor preferirá los alimentos preparados y servidos por una persona sana."

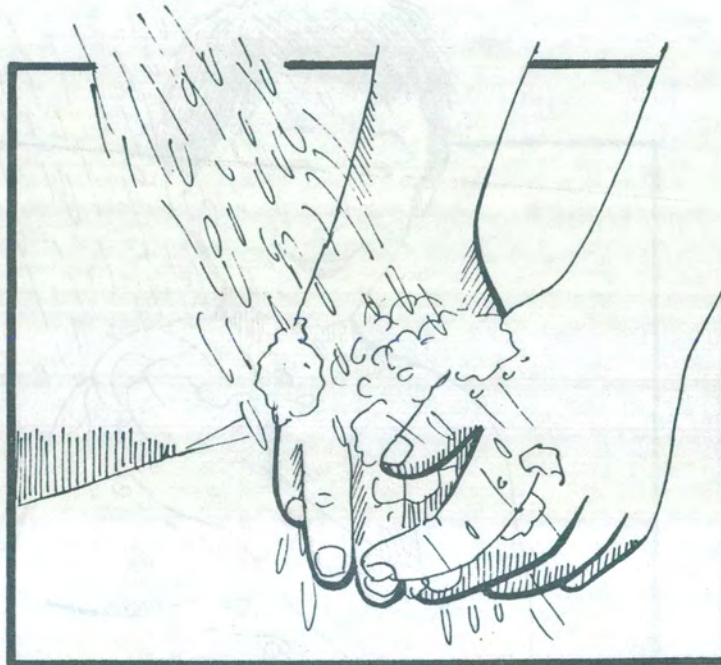
¿POR QUÉ ES NECESARIO EL BAÑO DIARIO Y ASEO PERSONAL?



PORQUE

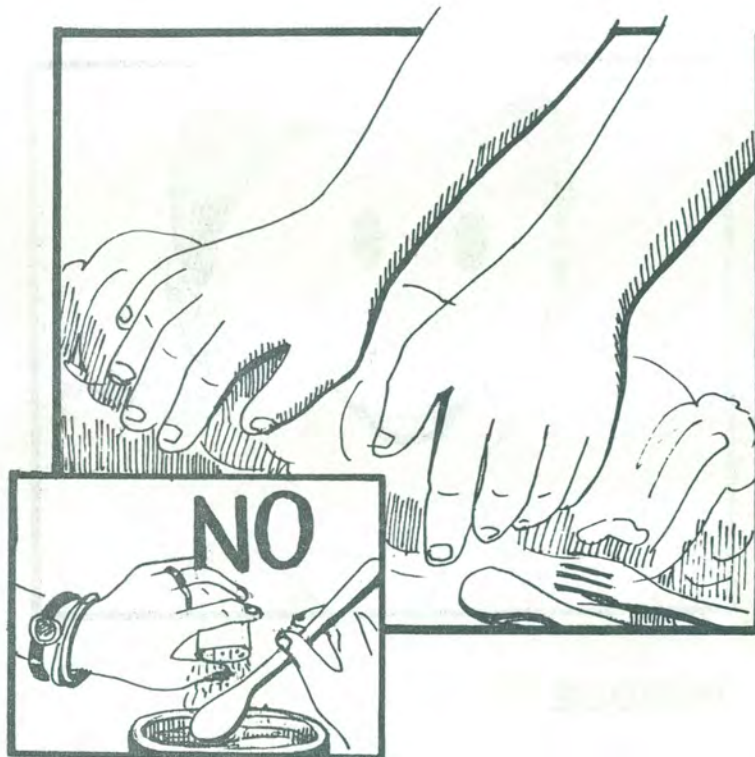
- Estar sucios y manipular alimentos puede enfermar al consumidor.
- La limpieza ayuda a mantener la salud.

¿CUÁL ES LA FORMA CORRECTA DE LAVARSE LAS MANOS?



- Arremangarse hasta el codo
- Enjuagarse hasta el antebrazo
- Jabonarse cuidadosamente
- Cepillarse las manos y uñas
- Enjuagarse para eliminar el jabón
- Enjuagarse con agua limpia
- Secarse con toalla limpia de uso personal o mejor con toalla de papel

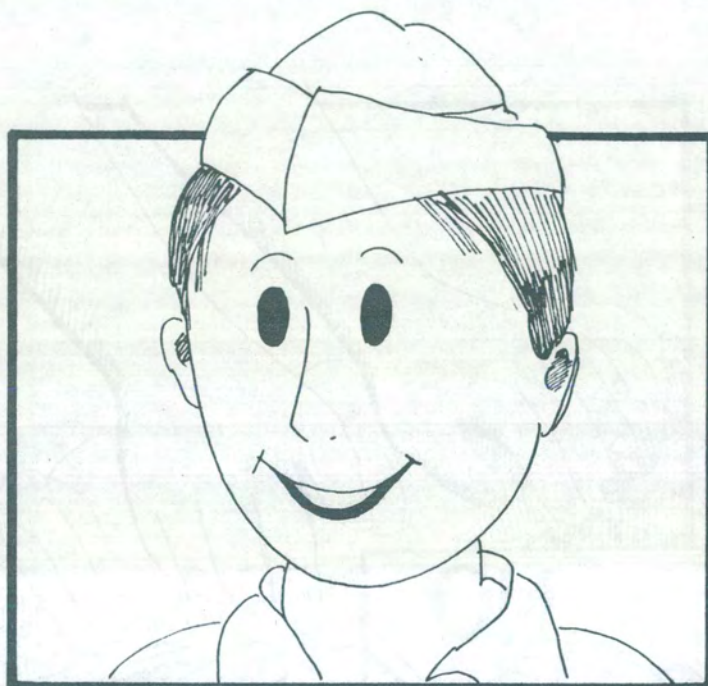
¿POR QUÉ NO USAR PULSERAS, RELOJ Y ANILLOS ?



PORQUE

- Contaminan los alimentos cuando toman contacto con ellos, más aún si son de material tóxico.
- Pueden quedarse accidentalmente en los alimentos.

¿POR QUÉ ES NECESARIO CUBRIR EL PELO CON UN PAÑUELO O GORRO ?



PORQUE

Encontrar un cabello en la comida es:

- Peligroso.
- Antihigiénico
- Muy desagradable para el consumidor

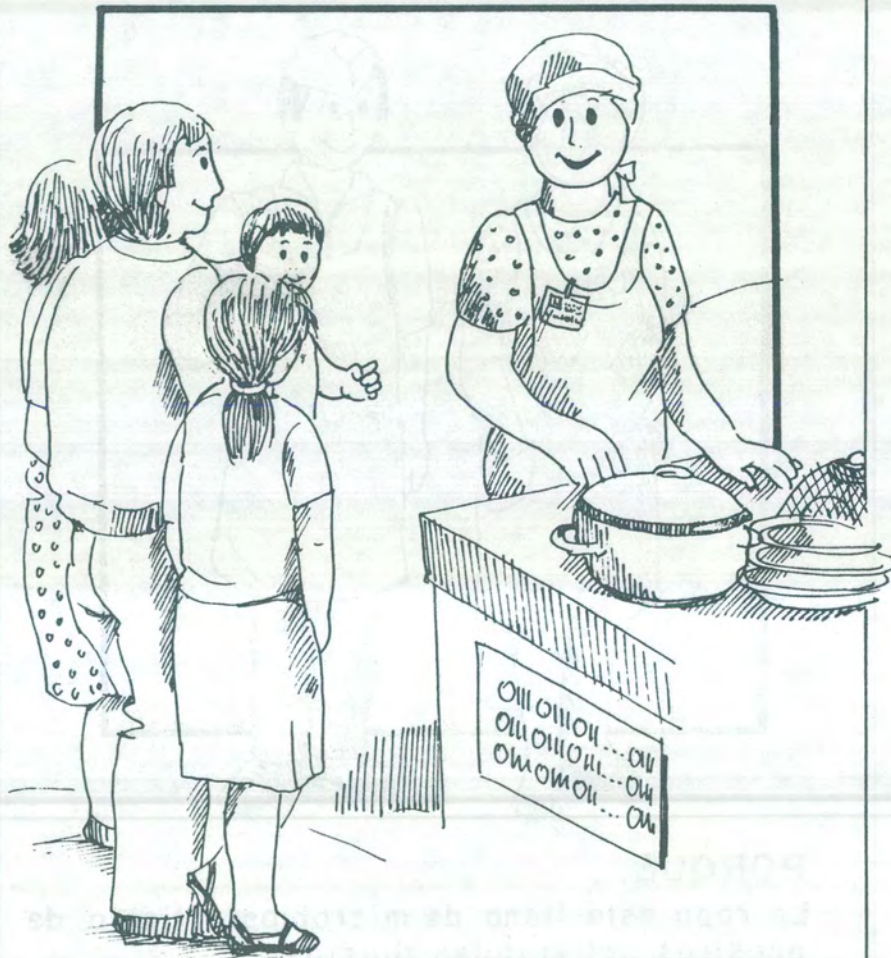
¿POR QUÉ ES NECESARIO USAR UN MANDIL O UN DELANTAL LIMPIO ?



PORQUE....

- La ropa está llena de microbios y tierra de nuestras actividades diarias.
- Los alimentos no se ponen en contacto con la ropa.
- Se protege la ropa y no se ensucia con comida.
- Favorece la presentación frente al consumidor y aumenta las ventas.

TU PRESENTACIÓN ES ESPEJO DE LO QUE COCINAS Y VENDES



CARTILLA Nº4

¡AHORA A COCINAR... ... PERO DIFERENTE !



ORGANIZACION DE LAS NACIONES UNIDAS PARA
LA AGRICULTURA Y LA ALIMENTACION

División de Política Alimentaria y Nutrición
Oficina Regional para América Latina y el Caribe

Santiago - Chile

OTRO DÍA DE TRABAJO...



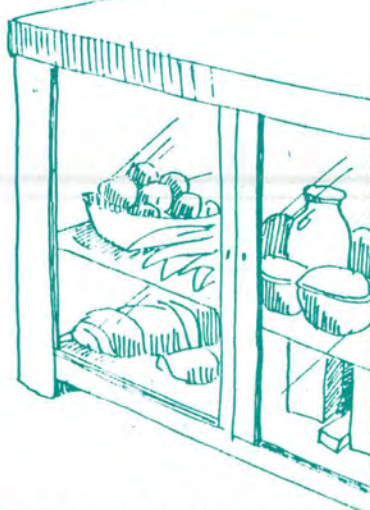
... al mercado!

DEBEMOS COMPRAR LO MEJOR...



... Nada de "gato por liebre", ni alimentos que estén sobre el piso.

SI NO LOS PREPARAMOS ENSEGUIDA....



Que queden debidamente guardados y protegidos.

REFRIGERE LOS QUE SE DESCOMPONEN RÁPIDO (Leche, carne, etc.)



Otros en recipientes cerrados o canastas. Nunca directamente sobre el piso.

ANTES DE COMENZAR...



LAVARSE BIEN LAS MANOS y tener las uñas limpias

VESTIRSE ADECUADAMENTE.



... Es higiénico y atrae al cliente. Tener Carné de Salud al día y en lugar visible.

LAVAR BIEN LOS UTENSILIOS QUE VAMOS A UTILIZAR



... LA SUPERFICIE PARA PICAR Y



PREPARAR ALIMENTOS

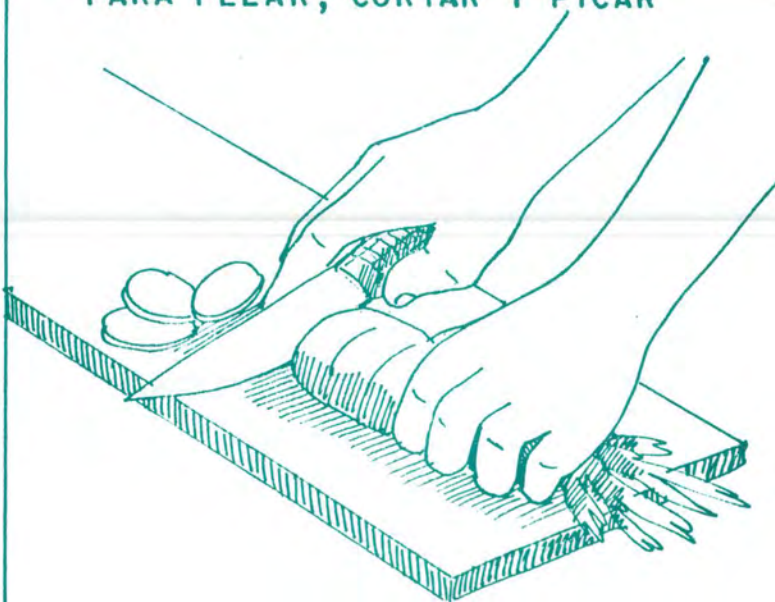
Para evitar la contaminación.



Lavar los alimentos
especialmente las
verduras de hoja que se
van a cocinar.

... Es también lo
que se va a comer

PARA PELAR, CORTAR Y PICAR



Se deben tener manos limpias, sin adornos ni heridas.

LOS ALIMENTOS QUE SE VAN A UTILIZAR

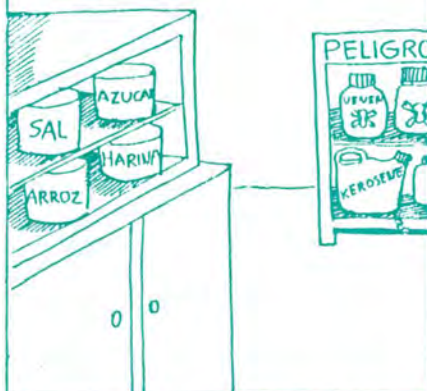


Deben estar protegidos en envases con tapa

ES MEJOR UTILIZAR CONDIMENTOS NATURALES O AUTORIZADOS CON REGISTRO SANITARIO



LOS ALIMENTOS DEBEN MANTENERSE BIEN IDENTIFICADOS....



Para no confundirlos con venenos y tóxicos. Estos deben guardarse lejos de los alimentos.

PARA PREPARAR LOS ALIMENTOS UTILIZAR LOS RECIPIENTES QUE



NO HAYAN TENIDO OTRO USO.

Los envases de productos tóxicos deben botarse.

¿COCINANDO O
CONTAMINANDO?



Si está
enfermo no
manipule
alimentos, cúrese.

TAMPOCO TOSA
O ESTORNUDE
SOBRE LA
PREPARACION



Y mucho menos manipule
con heridas en las manos

A VER... QUE LE FALTA



Nunca se
debe
probar los
alimentos y volver a
introducir la misma
cuchara en la olla.

ASI ESTA MUCHO
MEJOR



Use otra cuchara para
que la saliva no contacte
con la preparación

QUÉ AROMA!



Está listo para servir

PERO... SI NO LO
SERVIMOS...



... Debemos guardarlo
convenientemente

Y ANTES DE SERVIRLO



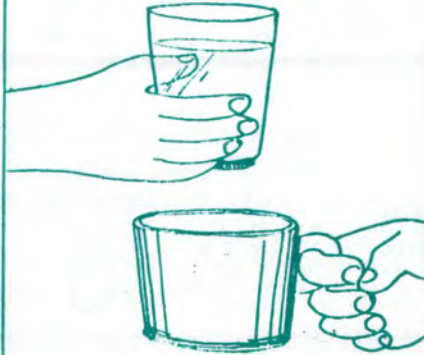
Calentarlo de manera
uniforme (hervir) a
más de 60°C

AHORA SÍ, A SERVIR
A NUESTROS CLIENTES



Los utensilios, vasos,
platos y cubiertos,
guardarlos limpios y
protegidos

**SIRVAMOS
CORRECTAMENTE**



... los vasos por la
base, y las tazas por
el asa

LOS PLATOS



... Por el borde
¡Cuidado con los
dedos!

Y LOS CUBIERTOS...



... Por el mango

¿CUÁNTO ES?

AL RECIBIR DINERO



... Y servir con esas
manos sin lavar, esta-
mos contaminando los
alimentos.

**EL DINERO ESTA SIEMPRE
SUCIO Y CONTAMINADO**



Es mejor tener una
persona que se encargue
sólo de cobrar.

**¿CÓMO LAVAMOS LOS
UTENSILIOS ?**



Mucho mejor con
agua que salga por un
grifo.

**SI ES INEVITABLE USAR
BALDES O RECIPIENTES**

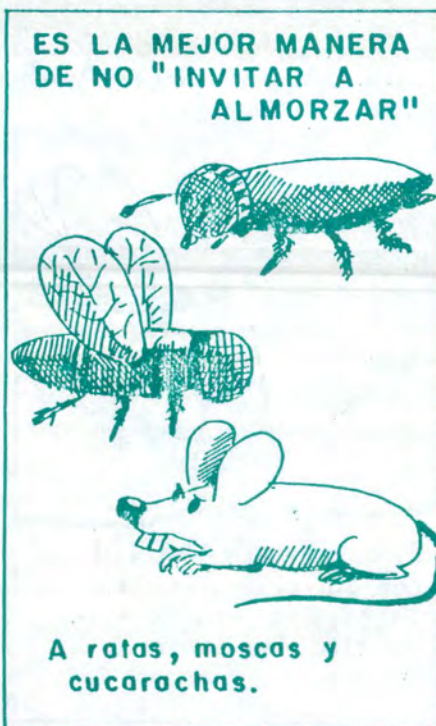
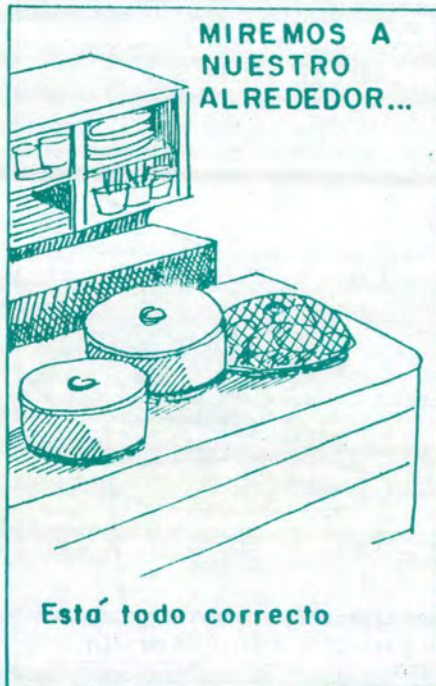


No sumergir
los utensilios adentro, sino
sacar agua para lavarlos.

**NUNCA HACER ESTO:
EN BALDES. CUYA AGUA
NO SE CAMBIA,**



Ésta, siempre, estará
contaminada, y los
utensilios que se laven
en ella también.

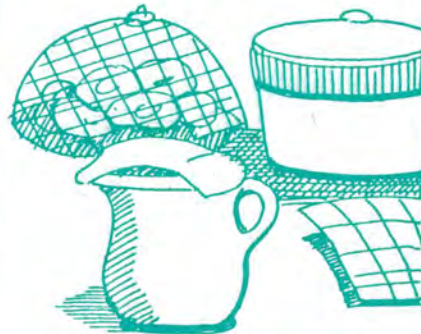


**NUNCA PERMITIR ANI-
MALES ALREDEDOR DEL
PUESTO Y CERCA DE
LOS ALIMENTOS**



**Ellos pueden transmitir
enfermedades.**

**LOS ALIMENTOS QUE
SE OFRECEN AL PÚBLICO...**



**Deben estar bien protegi-
dos, tapados y cubiertos.**

**MANTENGAMOS EL
PUESTO LIMPIO**



e higiénico

SIEMPRE ES POSIBLE...



... hacer bien las cosas

¡ OBSERVA ESTE PUESTO...



... SÍ SE PUEDE !

