



Instituto de Control de
Alimentación y Bromatología

GOBIERNO DE ENTRE RÍOS



GUÍA

para la manipulación segura de alimentos





AUTORIDADES

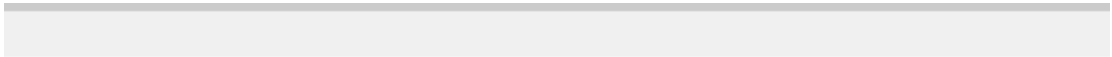
Provincia de Entre Ríos

Gobernador | Cr. Bordet Gustavo Eduardo

Vicegobernador | Cr. Bahl Adán Humberto

Ministro de Producción | Schepens Carlos Guillermo

Director General del ICAB | Dr. Basso Pablo Eugenio



Textos

Tec. Trepichio Patricia
Tec. Vince Rubén



GUÍA

para la manipulación segura de alimentos

CONTENIDOS

- Introducción
- Comencemos por algunas definiciones...
- BPM ¿Qué son? ¿Por qué es importante su aplicación?
- Recomendaciones para la elaboración segura de alimentos
- ETAs. Enfermedades de Transmisión Alimentaria
- Contaminación. Tipos y Características
- Sugerencias para mantener la seguridad alimentaria



GUÍA

para la manipulación segura de alimentos



INTRODUCCIÓN

Esta Guía surge como parte de las diferentes acciones de formación que el **Instituto de Control de Alimentación y Bromatología de Entre Ríos** desarrolla en el ámbito provincial y, muchas de las cuáles, se realizan de manera conjunta con otros actores vinculados al cuidado de los alimentos.

En este marco, dicha Guía pretende ser un material de apoyo y referencia a las múltiples propuestas educativas sobre manipulación higiénica de los alimentos que este Organismo lleva adelante.

La propuesta de este recurso es acercar a los destinatarios de estas instancias una guía para orientar una manipulación segura de los productos alimenticios que elaboran y busca ofrecer orientaciones básicas para completar y/o complementar las instancias de capacitación presenciales que el ICAB desarrolla.

Finalmente, cabe destacar que si bien el presente material constituye un apoyo a las acciones formativas del ICAB, la misma puede ser consultada por todos aquellos que estén interesados en realizar una manipulación segura de los alimentos y, de manera consecuente, contribuir al cuidado de la salud.

Comencemos

por algunas definiciones...

ALIMENTO

De acuerdo con el [CAA \(Código Alimentario Argentino\)](#), se entiende por **alimento** a toda sustancia o mezcla de sustancias naturales o elaboradas que ingeridas por el hombre aporten a su organismo la energía y los nutrientes para el desarrollo de sus procesos biológicos.



MANIPULADOR DE ALIMENTOS

Es toda persona que está en **contacto directo con alimentos** en cualquiera de sus fases, desde la preparación hasta el consumo o destino final.

Su función es de suma importancia para asegurar la salud de los consumidores.

BPM

¿Qué son? ¿Porqué es importante su aplicación?

Las BPM

Las **Buenas Práctica de Manufactura (BPM)** son los principios básicos y prácticas generales de higiene que se aplican desde el proceso de elaboración hasta la distribución final de un alimento, para garantizar que los productos se fabriquen en condiciones sanitarias adecuadas, disminuyendo así los riesgos para la salud de los consumidores.

Se centralizan en la higiene y en la forma de manipulación.

Se aplican a toda la cadena alimentaria desde la producción primaria hasta el consumidor final.



Son exigidas por:

1. [Código Alimentario Argentino](#) (Res. MsyAS N° 587/97)
2. [Resolución 080/96 Mercosur](#)
3. [SENASA](#) (Res. SENASA N° 233/98)

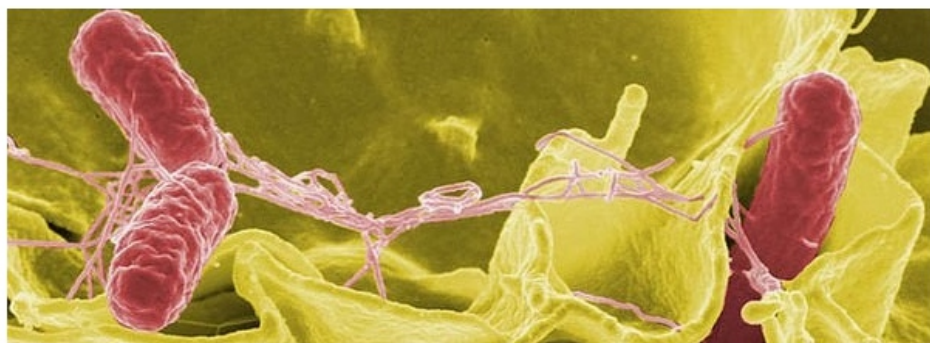
Deben aplicarlas:

Establecimientos y personas que:

Elaboren
Expendan
Fraccionen
Almacenen
Transporten
Distribuyan
Manipulen y vendan alimentos.

Todos los que desarrollen alguna actividad de servicios de productos alimenticios destinados al consumidor.

- Son útiles para el desarrollo de procesos y productos relacionados con la alimentación.
- Contribuyen a l aseguramiento de una producción de alimentos saludables e inocuos para el consumo humano.
- Su aplicación es importante para evitar las **ETAs (Enfermedades Transmitidas por Alimentos)**



RECOMENDACIONES

para la elaboración segura de alimentos

¿Cuáles son los pilares de las BPM?

- Establecimiento
- Higiene del personal
- Higiene en la elaboración
- Almacenamiento y transporte
- Control de procesos
- Documentación

Consideremos algunos aspectos en los que estamos involucrados...



HIGIENE DEL
LUGAR



HIGIENE DEL
MANIPULADOR



HIGIENE EN LA
ELABORACIÓN

HIGIENE

DEL ESTABLECIMIENTO



LIMPIAR

Significa **eliminar la suciedad visible de las superficies** -restos de alimentos- mediante el uso de agua, detergentes, cepillos, etc.



DESINFECTAR

Significa **eliminar la suciedad no visible de las superficies** - microorganismos- mediante el uso de productos químicos desinfectantes, agua caliente, vapor, etc.



¿Qué debemos mantener limpio y desinfectado?

- Lugar de trabajo
- Equipamiento
- Utensilios

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

Es importante mantener buenas condiciones higiénicas, antes de comenzar las tareas y durante la jornada de trabajo. Para alcanzar una adecuada condición higiénica se deberán realizar tareas de limpieza y desinfección.

PARA TENER EN CUENTA...

- **Realice tareas de limpieza y desinfección diariamente** para asegurar que todas las partes del lugar de trabajo (pisos, paredes, techos, etc.) estén apropiadamente limpias.
- La **desinfección** puede realizarse con productos químicos desinfectantes (lavandina). Recuerde que toda vez que realice la desinfección mediante el uso de estos productos, deberá eliminar completamente los residuos del desinfectante mediante un **enjuague completo** de la superficie tratada.
- Todo el equipamiento y los utensilios deberán higienizarse **antes de comenzar la jornada de trabajo, al finalizarla y a intervalos de 4-5 horas durante la misma**, a menos que se mantenga la sala a una temperatura inferior a 10°C, en cuyo caso se podrán espaciar más los intervalos para la realización de las tareas de higienización.
- Mantenga en **buenas condiciones de higiene y orden** el lugar destinado a la **eliminación de los desechos**. Los **tachos de basura** deberán ubicarse lejos de la zona de elaboración, mantenerse tapados y en buen estado de higiene para evitar contaminaciones. Se deberá cubrir el interior con una bolsa impermeable para evitar derrames y vaciarlos periódicamente para prevenir una acumulación excesiva de desechos y posibles derrames.
- Los **productos de limpieza y desinfección** deben **almacenarse en un sector separado de la zona de producción**, y deben estar correctamente identificados. Aquellos que pueden resultar contaminantes deben retirarse de la zona de trabajo.

Nunca aplique de manera conjunta detergente y lavandina ya que el material orgánico (detergente) inactiva a la lavandina, perdiendo así su acción desinfectante.

PRODUCTOS DE LIMPIEZA



Los productos de limpieza y desinfección **deben almacenarse en un sector separado de la zona de producción**, y deben estar **correctamente identificados**. Aquellos que pueden resultar contaminantes deben retirarse de la zona de trabajo.

Manipulación, almacenamiento y eliminación de desechos



Evitar

la contaminación de los alimentos y/o el agua potable



Evitar

la propagación de plagas



Recipientes

- Provistos de tapas
- Su almacenamiento deberá estar en una zona limpia y desinfectada

HIGIENE

del personal

PAUTAS MÍNIMAS



Formación en hábitos de higiene

Es importante recibir capacitación adecuada y continua en materia de manipulación higiénica de los alimentos e higiene personal.



Estado de salud

No se deben manipular alimentos cuando se padece alguna enfermedad o se está afectado por heridas, infecciones cutáneas, llagas o diarrea.



Lavado de manos

Es importante lavarse las manos de manera frecuente y minuciosa con un agente de limpieza autorizado, con agua potable y con cepillo para limpiarse las uñas.



Conducta personal

En las zonas donde se manipulan alimentos no está permitido comer, fumar, salivar o realizar otras prácticas antihigiénicas.



Vestimenta

En lo posible la vestimenta debe ser de color blanco o claro y debe mantenerse en perfectas condiciones de limpieza. El uso de guantes no exime al operario de lavarse las manos cuidadosamente tantas veces como indique el procedimiento.



Visitantes

En la zona de elaboración no se debe permitir la entrada a personas ajenas a la actividad, en caso de tener que hacerlo, deberán colocarse la indumentaria correspondiente.

HIGIENE

en la elaboración

PROCEDIMIENTOS A TENER EN CUENTA



Materia Prima

No deben utilizarse materias primas, insumos o ingredientes que contengan parásitos, microorganismo o sustancias tóxicas, en mal estado o extrañas.



Empleo del agua

Como principio general en la producción de alimentos, sólo debe utilizarse **agua potable**; aún en actividades indirectas tales como cocción, limpieza, etc.



Procesado y elaboración

Todas las operaciones del proceso de producción deben realizarse sin demoras y en condiciones que excluyan toda posibilidad de contaminación, deterioro o proliferación de microorganismos patógenos y causantes de alteraciones y/o ETAs (Enfermedades Transmitidas por Alimentos).

Prevenir la contaminación es primordial para asegurar la calidad y la seguridad de los alimentos.

ETAs

Enfermedades de Transmisión Alimentaria

¿Qué son? ¿Por qué ocurren? ¿Cómo prevenirlas?

Las **Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETAs)** son aquellas que se originan al consumir alimentos contaminados por bacterias peligrosas. Generalmente, se manifiestan con diarreas, vómitos, fiebre o malestar general y podemos evitarlas si respetamos prácticas que ayudan a mantener la seguridad alimentaria.



Acerca de las bacterias...

Las bacterias son los patógenos más habituales en los alimentos, las encontramos en la tierra, agua, suelo, etc. Éstas pueden causar al consumidor infección e intoxicación; que son dos consecuencias diferentes.

- **Infección:** se produce por la ingesta de alimentos contaminados con bacterias vivas que entran en el organismo del organismo y provocan la enfermedad.
- **Intoxicación:** aparece cuando se ingieren alimentos que antes se han contaminado con bacterias que producen toxinas y, estas últimas, son las que causan la enfermedad.

ETAs más frecuentes

¿Cuáles son?

Salmonellosis, Síndrome Urémico Hemolítico (SUH), Cólera, Botulismo, Intoxicación por Staphylococcus Aureus...

El denominador común de todas ellas son los **síntomas gastrointestinales** que producen: dolor abdominal, náuseas, vómitos, diarreas, calambres, fiebre, etc. -excepto el Botulismo que también tiene síntomas neurológicos- dejando muchas veces secuelas y en algunos casos llegando a la muerte.

Para prevenirlas es importante respetar siempre las Buenas Prácticas de Manufactura.



CONTAMINACIÓN

Tipos y características



¿Qué es?

El **Código Alimentario Argentino** define la **contaminación** como la presencia de sustancias o agentes extraños de origen **físico, químico o biológico** que se presuma nociva o no para la salud humana.

Tipos de contaminación



Contaminación Física

Varios tipos de materias extrañas pueden contaminar el alimento como pueden ser partículas de metal desprendidas por utensilios o equipos.



Contaminación Química

Puede ocurrir si los alimentos entran en contacto con sustancias tóxicas como plaguicidas, detergentes, desinfectantes u otros.



Contaminación Biológica

Se produce por medio de las manos del hombre, por contacto con alimentos contaminados o con superficies. La presencia de insectos, roedores o animales domésticos también pueden contaminar los alimentos.

CONTAMINACIÓN CRUZADA

Ocurre cuando se mezclan alimentos cocidos con crudos en platos que no requieren posterior cocción, como ser en ensaladas, platos fríos, tortas con crema, postres, etc.



Se produce por la transferencia de contaminantes de un alimento a otro a través de las manos, utensilios, equipos, mesadas, tablas de cortar, etc.

Por ejemplo, si con un cuchillo se corta un pollo crudo y con ese mismo cuchillo mal higienizado se troza un pollo cocido, los microorganismos que estaban en el pollo crudo pasarán al pollo cocido y lo contaminarán.

Con simples medidas de higiene podemos prevenir la contaminación cruzada y evitar la ocurrencia de ETAs.

SUGERENCIAS

para mantener la seguridad alimentaria

CONDICIONES DE LA MERCADERÍA

Al recibir la mercadería, tener en cuenta:

- Fecha de vencimiento
- **Acondicionamiento:** deberán ubicarse en heladera o freezer los alimentos que van en frío tan pronto como se reciban.



COCCIÓN

- Cocine completamente los alimentos, especialmente carnes, pollos, huevos y pescados.
- Hierva los alimentos como sopas y guisos para asegurarse que ellos alcanzaron 70°C.
- Para carnes rojas y pollos cuide que no queden partes rojas en su interior.
- Recaliente completamente la comida cocinada.

Cocine completamente los alimentos respetando siempre los tiempos y las temperaturas.



TEMPERATURAS SEGURAS

- No deje alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 horas.
- Enfríe lo más pronto posible los alimentos cocinados y los perecederos (preferentemente bajo los 5° C).
- Mantenga bien caliente la comida lista para servir (arriba de los 60° C).
- No guarde las comidas preparadas por mucho tiempo, ni siquiera en la heladera.
- No descongele los alimentos a temperatura ambiente.

DESCONGELADO

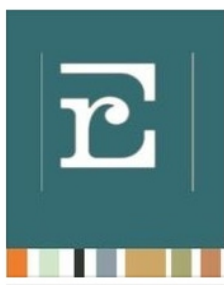
La congelación, si bien no mata las bacterias, detiene su desarrollo. Es una forma de conservar alimentos muy segura, pero al descongelarlos se debe tener mucho cuidado.



Los alimentos **no deben descongelarse a temperatura ambiente** ya que mientras se descongela su interior, las zonas externas pueden permanecer a temperaturas favorables para el crecimiento de las bacterias.

- Congele los alimentos en pequeñas porciones. Esto permite que los alimentos se congelen rápidamente.
- Descongele los alimentos en la heladera. Este es el método más seguro para todos los alimentos.
- Descongele los alimentos en el microondas sólo si los va a cocinar inmediatamente.
- Descongele los alimentos congelados envasados siguiendo las indicaciones del elaborador.
- Un alimento descongelado no se puede volver a congelar.

La CADENA DE FRIO consiste en la conservación de la temperatura en todas las fases del alimento, desde la elaboración hasta su consumo.



ICAB

 Facebook

Instituto de Control de Alimentación y Bromatología

 Av. Ramírez N° 2197, Paraná,...

 icab@enterrios.gov.ar

 0343-4343980 --- 4235761

 enterrios.gov.ar/icab