

I

INTRODUCCIÓN

Ramón Bordería Vidal

En los países industrializados es cada vez mayor el número de personas que utilizan los servicios de la restauración colectiva. La incorporación de la mujer al trabajo fuera de casa, los sitios de trabajo alejados del domicilio, los niños escolarizados, los enfermos hospitalizados, etc., son factores que contribuyen a la importancia creciente de la alimentación fuera del hogar.

El sector de la restauración colectiva está formado por un gran número de establecimientos diversos en cuanto a sus dimensiones, tipos de preparaciones culinarias y tecnologías utilizadas y que, frecuentemente, tienen un volumen de trabajo variable según la época del año. Desde el punto de vista normativo se regulan tres tipos de actividades: comedores colectivos, empresas de servicio de comidas (catering y cocinas centrales) y las industrias que elaboran platos preparados.



Catering

La relación de los establecimientos de restauración con las toxiinfecciones alimentarias es un fenómeno común en los países de nuestro entorno socio-económico. En este sector, donde es tan importante la manipulación de los alimentos, es fundamental evitar las prácticas que supongan un factor de riesgo que predisponga a la aparición de estas enfermedades.

La estrategia para alcanzar este objetivo se tiene que orientar hacia la educación sanitaria, dando a conocer las prácticas higiénicas de manipulación que se deben seguir en cada una de las fases de un proceso de elaboración de comidas. El contenido de esta publicación intenta recoger los principales aspectos que, de una manera u otra, pueden repercutir en la salubridad de los alimentos elaborados.



Formación Alcalá

II CONDICIONES DE LOS ESTABLECIMIENTOS DONDE COMPRAMOS LOS ALIMENTOS

Ramón Bordería Vidal

Los locales donde se preparan comidas han de cumplir las exigencias y características señaladas en el *Código Alimentario* y en las *Reglamentaciones Técnico-Sanitarias Específicas*.

Los materiales de los suelos, techos y paredes han de ser impermeables, absorbentes y fáciles de limpiar.

Si no hay una buena ventilación natural, se ha de instalar un sistema eficaz de renovación de aire. Los extractores son una buena solución.

Las ventanas o aperturas practicables para la ventilación, en la cocina y almacén, han de tener telas mosquiteras para evitar la entrada de insectos.

Queda prohibida la entrada y permanencia de animales domésticos en los locales donde se prepara y sirve comida.

Se han de utilizar procedimientos autorizados para la desinsectación y desratización de los locales.



Máxima exigencias en las condiciones de los establecimientos dedicados a los alimentos

Los locales han de estar dotados de agua corriente potable, fría y caliente.

Los servicios higiénicos (WC, lavabo, etc.) han de estar aislados de la cocina y del comedor. Dispondrán de ventilación suficiente. El aspecto de esta zona es un indicador fiable de la higiene de todo el local.

El almacén ha de tener condiciones adecuadas para la correcta conservación de los alimentos. Además del almacén, se dispondrá de una instalación frigorífica capaz de dar cabida al volumen habitual de consumo de alimentos.

2.1. ELIGIENDO DÓNDE COMPRAR NUESTROS ALIMENTOS

El establecimiento elegido para efectuar sus compras *debe ofrecer como mínimo:*

- Locales limpios y ordenados, en los que preferentemente predominen los colores claros.
- Ausencia de animales dentro del establecimiento.
- Buena iluminación (luz blanca y no de colores) y empleo de artefactos de luz protegidos contra las roturas.
- Exposición de los alimentos en estantes, nunca sobre el suelo.
- Exposición separada de los diferentes productos: carnes, pollos, pescados, lácteos, fiambres, etc.
- Cámaras frigoríficas y arcones no sobrecargados, sin sobrepasar la *línea de seguridad*.
- Etiquetado correcto y claro, con margen amplio de fecha de consumo.
- Utilización de diferentes utensilios para el corte de los diferentes alimentos.
- Manipulación mínima de los productos durante el cortado, pesado y envasado.

Personal del establecimiento

- Con uniforme limpio y de color claro.
- Manos limpias, sin heridas (en caso de presentar heridas éstas deberán estar cubiertas adecuadamente).
- Aseado, con cabello limpio y recogido debajo de una cofia o gorro limpio que impida el contacto del cabello con lo que Ud. compra.
- Personal con buenos hábitos de trabajo que respete las normas higiénicas-sanitarias (no fumar, no comer, no salivar, mantener un buen estado de salud, etc).

Los elementos de trabajo. Los utensilios utilizados y su estado.

Las superficies de las mesas, o de cualquier otro elemento en contacto con los alimentos, han de ser de materiales inalterables, lisas, pulidas y no porosas, para evitar el depósito y la acumulación de partículas de alimentos, bacterias o insectos. Estas características de las mesas también facilitan la limpieza.

Se aconseja utilizar preferentemente utillaje de acero inoxidable. El de cobre o madera presenta problemas de importancia.

Se han de retirar del servicio los platos, bandejas, vasos y copas que estén agrietados o con melladuras, porque pueden tener un doble peligro: retener la suciedad y provocar lesiones. Si un utensilio cae al suelo, no se utilizará nunca sin haberlo lavado.

La maquinaria ha de ser fácil de limpiar y desmontar. Es importante prestar una atención especial a la limpieza de las batidoras y de las picadoras de carne.

2.2. NORMAS PARA LA LIMPIEZA

La técnica para la limpieza de las cocinas y utensilios está basada en dos *principios*:

1. Aplicación de medios físicos que arrastren la suciedad

2. Desinfección.

Estas operaciones pueden hacerse simultáneamente:

En el suelo y las paredes, utilizando un detergente-desinfectante o bien añadiendo lejía al detergente (250 cc de lejía de 40° en 1.000 cc de agua). El agua ha de ser siempre caliente.

En la vajilla, si se dispone de una máquina lavavajillas que llegue a una temperatura superior a los 80° C.

Es muy recomendable disponer de lavavajillas. Si no se dispone de él, las *operaciones* se han de realizar separadamente. En este caso, se hará de la siguiente manera:

- Aclarado.
- Limpieza con detergente (*arrastre de suciedad*).
- Inmersión en agua a 80° C (*desinfección*).
- Aclarado con agua abundante.

La limpieza del suelo, superficies, utensilios y maquinaria debe realizarse diariamente y a fondo.

Todos los equipos y utensilios deben ser usados para los fines que fueron diseñados.

Los recipientes para materias tóxicas ya usados, deben ser debidamente identificados y utilizarse exclusivamente para el manejo de estas sustancias. Y si dejan de usarse, inutilizarlos o destruirlos.

Etiquetado

Almacenar los alimentos en recipientes de plástico, bien cerrados o en su defecto envueltos en papel de aluminio o film plástico antiadherente.

Colocar la etiqueta en un lugar visible.

Escribir con letra clara para evitar confusiones.

Utilizar un marcador que no deje *huellas* tales como olores extraños o colores anormales en los alimentos. Visión del alimento y etiquetado.



Visión del alimento y etiquetado

Envasado

Pero antes de leer la etiqueta lo que usted debe observar primero son las condiciones en las cuales se presenta el envase:

El envase, recipiente, empaque o embalaje en el cual se halla contenido el alimento tiene como función asegurar la conservación y facilitar el transporte y manejo del alimento. Usted debe observar que el envase no esté roto, mojado, abollado, oxidado, pinchado o abierto por ningún motivo.

Algunos productos cuentan con una faja o cierre de seguridad para asegurar que ese envase, no ha sido violado.

Todos los alimentos deben estar correctamente identificados, es decir, correctamente etiquetados.

Esto supone una seguridad para aquella persona que adquiere el producto porque le permite obtener datos sobre el producto y también es una garantía que ese producto fue sometido a controles que aseguran su inocuidad.

Es muy importante leer la etiqueta al momento de adquirir un producto (por supuesto además del precio). Muchas veces ocurre que productos con rótulos parecidos son cosas diferentes.

El etiquetado de un producto no solo le brinda información en cuanto al alimento sino que también le informa sobre quién elabora o produce ese alimento, información que en caso de surgir algún problema con el producto es útil para contactar a el o los responsables.



El etiquetado de un producto es importante

Almacenes distribuidores, mercados, minoristas, etc.

En caso necesario, deberá disponerse de instalaciones adecuadas para el almacenamiento de los alimentos, sus ingredientes y los productos químicos no alimentarios, como productos de limpieza, lubricantes y combustibles.

Cuando proceda, las *instalaciones de almacenamiento de alimentos* deberán estar proyectadas y construidas de manera que:

- Permitan un mantenimiento y una limpieza adecuados.
- Eviten el acceso y anidamiento de plagas.
- Permitan proteger con eficacia los alimentos de la contaminación durante el almacenamiento.
- Y en caso necesario, proporcionen unas condiciones que reduzcan al mínimo el deterioro de los alimentos (por ejemplo, mediante el control de la temperatura y humedad).

El tipo de instalaciones de almacenamiento necesarias dependerá de la clase de producto alimenticio. En caso necesario, deberá disponerse de instalaciones de almacenamiento separadas y seguras.