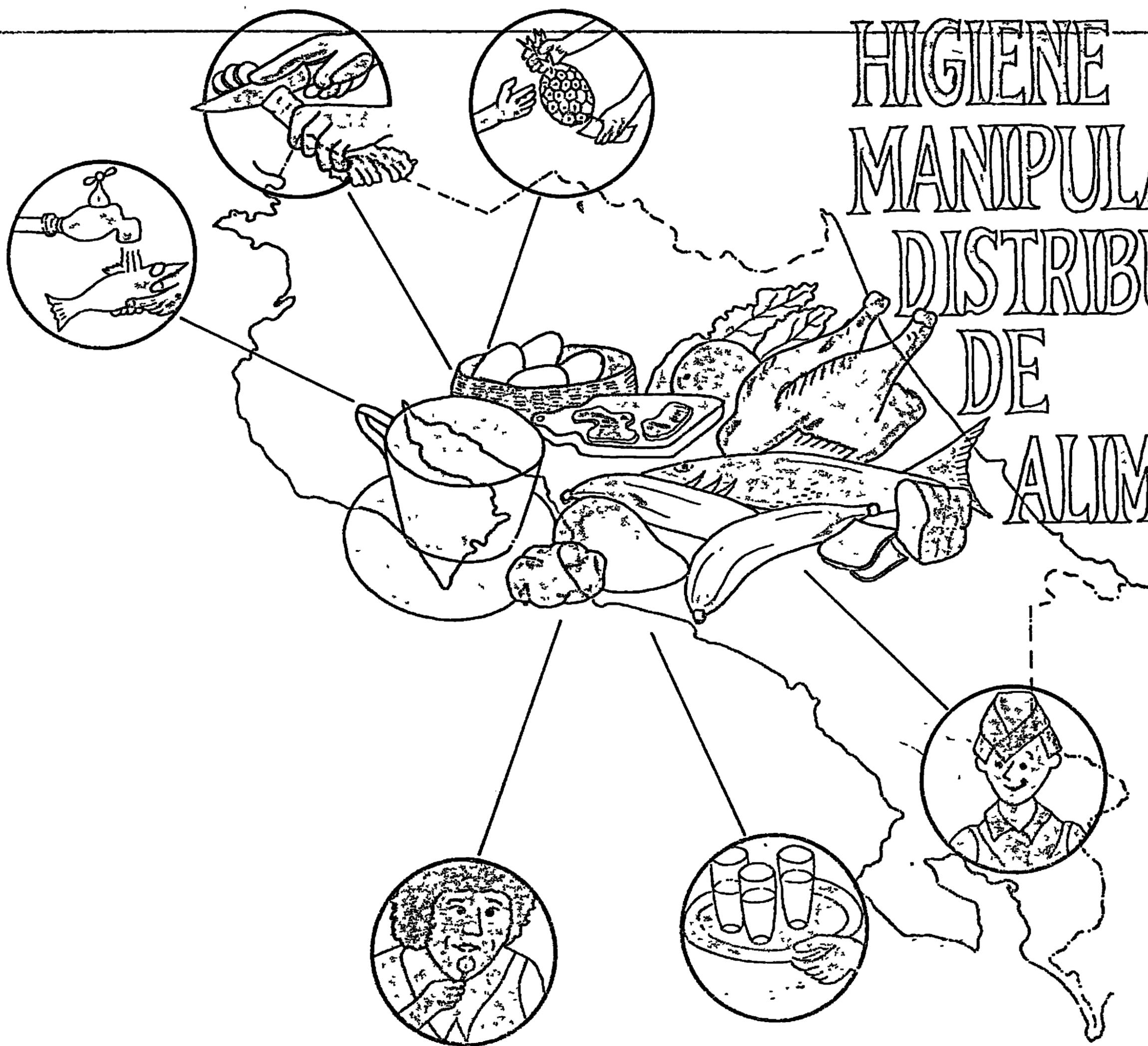


HIGIENE MANIPULACION DISTRIBUCION DE ALIMENTOS





Ministerio de Salud - Costa Rica

Organización Panamericana de la Salud

Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá.

MODULO

Higiene, Manipulación y Distribución de Alimentos



Lic. Patricia Sedó Masis.
Lic. María Isabel Piedra A.



1992

**PENSAMIENTO
PARA
EL
CAPACITADOR**

**" La salud del esfuerzo, alma de la
felicidad."**

Vino a Alajuela Valencia
a dar una conferencia ,
y después de mucho hablar
y después de mucho leer,
nadie le supo entender
y a todos supo cansar;
porque lector, en conciencia;
el científico Valencia
con su oratoria barata,
en lugar de conferencia
lo que nos dio fue una lata.

Gumiel

CONTENIDO

PAGINA

I. INTRODUCCION	1
A. ¿ Cuáles son los objetivos de este módulo?.....	“
II. INSTRUCTIVO PARA UTILIZAR EL MODULO.	
A. ¿ A quién va dirigido?	1
B. ¿ Cómo está estructurado?	1
C. ¿ Cómo utilizarlo?	4
D. ¿ Cuáles son los requisitos del capacitador?	4
E. ¿ Cómo debe ser el desarrollo de la actividad educativa?	6
F. ¿ Cuáles son las dificultades que se podrían presentar en el desarrollo de la actividad?	8
G. ¿ Otras sugerencias	8
III. MODULO: Higiene, manipulación y distribución de alimentos .	
A. Unidad I. Hombre, ambiente, alimento, higiene y salud.....	9
B. Unidad II. Selección y compra de alimentos.....	12
C. Unidad III. Almacenamiento y conservación de alimentos	18

D. Unidad IV. Preparación de alimentos 23

E. Unidad V. Venta y Distribución de alimentos y comidas 26

F. Unidad VI. Deberes del manipulador de alimentos. 30

1. Guión para la capacitación. 34

2. Serie de diopositivas. 56

3. Evaluación. 57

IV. CONCLUSION 66

V. BIBLIOGRAFIA 68

I. INTRODUCCION

Los alimentos cumplen diversas funciones para el ser humano y no solamente la de ser vehículos de nutrientes. A través de las experiencias cotidianas, el entorno social, las creencias, las posibilidades de compra, almacenamiento, la presencia de enfermedades y otras situaciones; el hombre selecciona, prepara y consume los alimentos con el fin de saciar su apetito y cumplir con otras necesidades como son la compañía, la celebración de una fecha específica, etc.

El alimento, fuente de vida para cualquier ser que dependa de sustancias nutritivas para su subsistencia también puede ocasionar serios trastornos en la salud del ser humano, si las condiciones de higiene y aporte de nutrientes no son los requeridos.

Cualquier producto alimenticio es sometido, previo a su consumo, a pequeños o grandes transformaciones con la finalidad de mejorar su aspecto, sabor, textura y facilitar su digestión. Estas transformaciones realizadas por el hombre con ayuda de instrumentos y tecnología, son las que hacen posible la variedad en los platillos y presentaciones de las comidas, en conjunto las etapas de selección, almacenamiento, conservación, preparación, cocción, distribución y venta de alimentos se denominan manipulación.

Los individuos que participan en una o varias de estas etapas se conocen como manipuladores de alimentos y, ellos son los responsables de que el producto servido al consumidor, reúna las condiciones higiénicas mínimas.

El cambio de prácticas inadecuadas en torno a la higiene del local, preparación y presentación personal se logra solamente a través de la educación nutricional, dirigido a grupos pequeños y adaptada a la localidad, el grupo específico y sus necesidades prioritarias.

A. ¿ Cuáles son los objetivos de este módulo?

La modificación del estilo de vida y los comportamientos en los manipuladores de alimentos se logrará solo si ellos tienen definido su papel como promotores indirectos de salud, al estar ofreciendo alimentos sanos e higiénicamente preparados, mostrando a los consumidores la forma correcta de manipular comidas y bebidas; identificando en cada una de las etapas de preparación, los puntos críticos de contaminación, donde deben tener mayor cuidado, definiendo controles de calidad.

Una venta callejera, una soda, un restaurante o un servicio de alimentación institucional, son para el público consumidor una escuela práctica, o en otro sentido fuente de educación informal, donde a través de la demostración diaria de los manipuladores, quienes aplican sus conocimientos, adquiridos en jornadas de capacitación junto a la experiencia de su quehacer, los consumidores pueden informarse y observar opciones para aplicar en su propio hogar.

Los objetivos de este módulo son:

Ofrecer al profesional, técnico en nutrición ó personal de salud involucrado en la capacitación de grupos relacionados con la manipulación de alimentos, un método educativo que le facilite la transmisión de mensajes.

Enfatizar la importancia de la higiene en todas las etapas de la cadena alimentaria.

Fomentar recomendaciones prácticas higiénicas en la selección, compra, almacenamiento, preparación, conservación, distribución y venta de alimentos y comidas.

Integrar en un solo instrumento de aprendizaje conceptos sobre manipulación e higiene de alimentos junto con la salud y prevención de enfermedades; basándose en la realidad que enfrentan los manipuladores en sus lugares de trabajo, sus conocimientos en torno al tema y recursos disponibles

II INSTRUCTIVO PARA UTILIZAR EL MODULO

A. ¿ A quién va dirigido ?

Este modulo va dirigido al personal de salud, en especial a profesionales y técnicos de nutrición, responsables de la capacitación y orientación de manipuladores de alimentos de instituciones, sodas, restaurantes y ventas callejeras.

B. ¿ Cómo esta estructurado ?

Este instrumento de trabajo se divide en seis unidades temáticas, cada una de ellas a su vez contiene los objetivos de aprendizaje, el guión y las diapositivas para el desarrollo de los contenidos.

•Unidad I : Hombre, ambiente, alimento, higiene y salud.

Se presenta la relación del hombre con su entorno, y la influencia que ambos tienen sobre el alimento, en el sentido de transformación y contaminación. A su vez se destaca la higiene como recurso preventivo para evitar la proliferación de enfermedades transmitidas por alimentos contaminados.

• **Unidad II: Selección y compra de alimentos.**

A través del reconocimiento de las características físicas y signos de contaminación, el manipulador podrá elegir con mayor seguridad, sin riesgo de pérdidas económicas y transmisión de enfermedades, alimentos de buena calidad.

• **Unidad III: Almacenamiento y conservación.**

Se enumeran las técnicas más comunes de almacenamiento y conservación, mostrando las características de cada uno de ellos para indicarle al manipulador como puede mejorar las condiciones de su local en relación a esta área.

• **Unidad IV: Preparación de alimentos.**

Se describen los cuidados higiénicos que un manipulador debe tomar en cuenta en la etapa de preparación de alimentos, comidas y bebidas.

• **Unidad V: Venta y distribución de alimentos y comidas.**

En torno a este tema se le indica al manipulador opciones que pueden aplicar para mejorar la aceptabilidad del producto que ofrece al consumidor, disminuir las pérdidas por concepto de sobrantes y minimizar el riesgo de contaminación por exposición y servida inadecuada de las preparaciones.

• **Unidad VI: Deberes del manipulador.**

Mediante esta unidad se pretende describir al manipulador todos las posibles vías de contaminación de los alimentos a través del contacto persona-alimento, enfatizando aquellas áreas del cuerpo que representan un riesgo mayor; incluyendo además, la importancia de la higiene y presentación personal como barreras protectoras.

C. ¿Cómo utilizarlo ?

El módulo es una herramienta de trabajo en la organización e implementación de sesiones educativas que integran un programa estructurado sobre higiene, manipulación y distribución de alimentos ó comidas con fines comerciales ó de interés institucional.

La organización de los mensajes por unidades temáticas facilita que el capacitador desarrolle e imparte el programa, adaptando los contenidos a la realidad local y a las exigencias de la intervención educativo-nutricional.

La relación que debe existir entre el personal de salud y la persona que labora en servicios de alimentación y ventas de alimentos, debe ser clara y estrecha. El divorcio latente entre los conocimientos y las prácticas higiénicas de los manipuladores puede eliminarse sólo mediante la educación continúa, sencilla y convincente teniendo definidos los objetivos de las sesiones educativas.

D. ¿Cuáles son los requisitos del capacitador ?

1. Ser funcionario de salud pública y encargado de brindar educación para la salud a grupos formales ó informales de manipuladores de alimentos.

2. Conocer la realidad regional ó local del área, así como **las necesidades** de vendedores callejeros, manipuladores de sodas, restaurantes y comedores institucionales, identificando recursos disponibles, creencias, prácticas y otros.

3. Coordinar con personal de saneamiento ambiental y otros involucrados en el área, para identificar los grupos que requieren capacitación prioritaria y organizar en forma eficiente el programa educativo utilizando el módulo como instrumento de trabajo.

4. Utilizar al máximo los recursos disponibles, con el fin de que el esfuerzo y las acciones se dirijan hacia los grupos que verdaderamente necesitan apoyo de personal de salud.

5. Conocer previo a la capacitación el módulo en su totalidad, para que se revise, actualice y amplie sus conocimientos, puede tener en claro la finalidad de cada unidad temática y adaptar cada uno de los mensajes a la situación, particular del momento.

6. Tener experiencia en técnicas de comunicación, educación y participación con grupos comunitarios y con intereses propios.

7. Aplicar correctamente el manejo del proyector para diapositivas, uso del micrófono , colocación del auditorio, proyección hacia el grupo y modulación de la voz.

E. ¿Cómo debe ser el desarrollo de la actividad educativa?

El capacitador debe tomar en cuenta los siguientes aspectos para la aplicación del módulo:

1. Conocer cómo está integrado el grupo, sus intereses y necesidades.

Por ejemplo: si se trata de un grupo de vendedores callejeros, los alimentos que se comercializan son presentados de una forma muy diferente a los ofrecidos en una soda u hospital; por tanto, los mensajes deben de adaptarse según el grupo que se esté capacitando.

2. El lenguaje utilizado no debe incluir términos técnicos, ni científicos, así como expresiones ambiguas que causen confusión u ofendan a los participantes.

3. El lugar donde se realice la capacitación debe ajustarse en espacio al número de participantes, ser oscuro o disponer de cortinas que oscurezcan el local, estar ubicado en una zona estratégica, donde los participantes tengan acceso en su mayoría y no implique un desplazamiento innecesario. Debe disponer de electricidad y dispositivo (ubicado específicamente donde se coloque el equipo), procurarse que el local no esté expuesto a ruidos e interferencias que perturben el desarrollo de la actividad.

4. El equipo requerido es un proyector para diapositivas, una pantalla o una tela de color claro adherido a la pared, un micrófono en caso de que el local sea muy amplio o el capacitador tenga un bajo tono de voz.

5. Las diapositivas deben colocarse según la enumeración del guión; en caso de que se modifique el orden, debe tener cuidado en seguir una secuencia lógica, así como revisar su colocación en el equipo antes de iniciar la sesión.

6. El tiempo requerido para impartir la sesión educativa es de hora y treinta minutos: una hora para desarrollar el módulo, quince minutos para aclarar dudas e intercambiar experiencias y los quince minutos restantes para evaluar la sesión educativa (ver método de evaluación).

7. La lectura del guión durante la sesión no es recomendable, puede distorsionar al público y el capacitador puede perder la comunicación directa con el grupo. Lo ideal es estudiar el guión y las diapositivas con ocho días de anticipación.

8. El grupo a capacitar debe ser **no mayor de 20 personas.**

F. ¿Cuáles son las dificultades que se podrían presentar en el desarrollo de la actividad?

1. En caso de que al inicio de la sesión o durante la misma se interrumpa la fuente de energía eléctrica se recomienda que el capacitador continúe con la sesión, no demostrando dependencia hacia el equipo y la lectura del guión, de ahí la importancia del dominio del tema.

2. Contar con un pizarrón para anotar los títulos de las unidades y aspectos relevantes, en caso de que se presente la situación descrita en el punto 1.

2. Si la asistencia a la actividad es reducida, el capacitador deberá pensar en otra estrategia para motivar al grupo y a la vez coordinar con líderes de asociaciones o grupos organizados.

G. Otras Sugerencias.

- Iniciar con una dinámica de animación para integrar al grupo e incentivar la participación (disposición de 10 minutos para realizarla).
- Dejar las preguntas del público hasta el final, para no alterar la secuencia de los mensajes.
- Colocar las sillas en forma de semicírculo para grupos menores de 15 participantes.
- Cerciórese de que todos los participantes puedan ver la imagen proyectada con facilidad.
- Se recomienda que el capacitador maneje el proyector con el control automático, se coloque al lado derecho de la pantalla y señale utilizando un puntero.

MODULO

HIGIENE, MANIPULACION



Y

DISTRIBUCION

DE

ALIMENTOS

HOMBRE AMBIENTE



ALIMENTO

+

HIGIENE



SALUD



Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
4	Negro	<p>La higiene de los alimentos es el conjunto de factores personales y ambientales que facilitan la limpieza y la ausencia de suciedad, lo que garantiza el mantenimiento de la salud.</p> <p>En el ambiente existen contaminantes: polvo, humo, tierra y seres vivos, no perceptibles a simple vista, que pueden causar enfermedad.</p>	a) Las palabras subrayadas y de color más negro, deben ser pronunciadas con un tono de voz más profundo y enfático.
5	Negro	<p>Los microorganismos requieren agua y sustancias nutritivas para vivir. Por ello, se reproducen con gran rapidez en los alimentos. Pueden crecer a temperaturas cálidas, frías ó calientes, sobrevivir en condiciones precarias. De ahí, la importancia de mantener estrictos controles en la preparación y el almacenamiento de los alimentos.</p>	a) Señalar los microorganismos que se observan en la lupa. b) Señalar los rasgos de temperatura donde se multiplican con mayor facilidad los microorganismos, es decir, mencionar el rango de 10°C a 60°C.

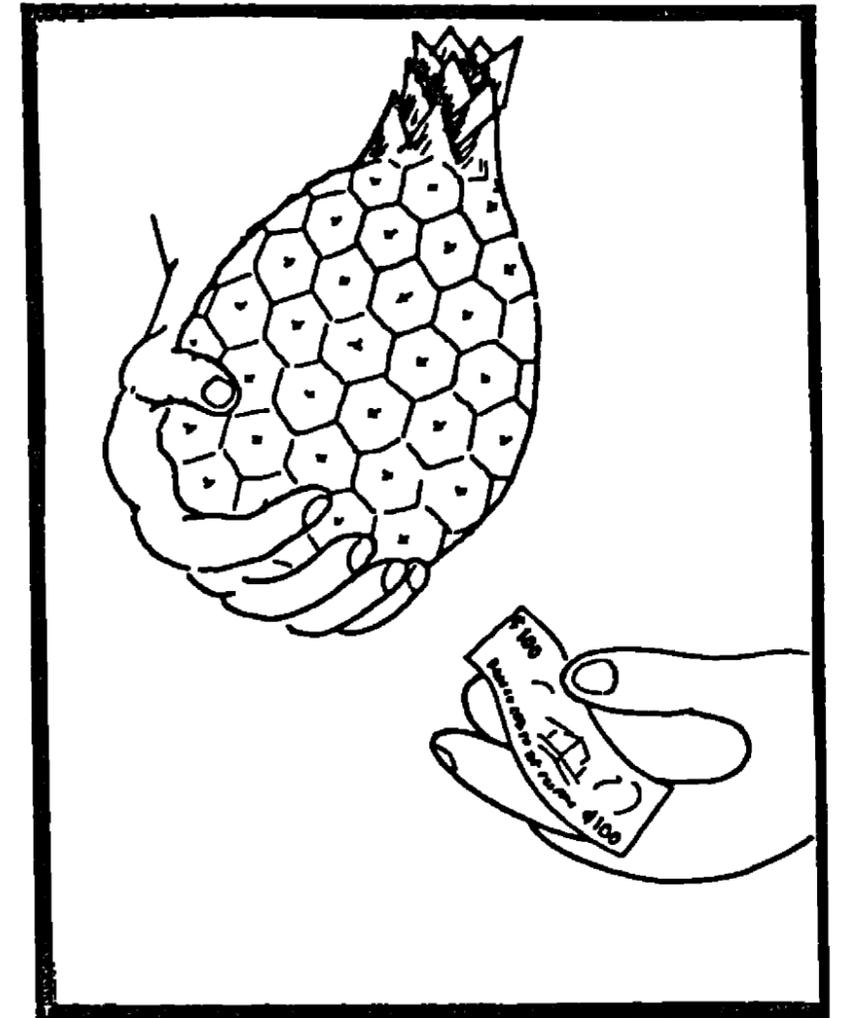
Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
6	Negro	<p>La presencia de cierta clase de microorganismos en los alimentos, su cantidad (10^6) y los productos de desecho que fabrican pueden causar serios trastornos en la salud de la persona que consuma el alimento contaminado.</p>	<p>a) Explicar la secuencia de la diapositiva de la siguiente forma:</p> <ul style="list-style-type: none"> i. La persona comió un alimento contaminado. ii. 6 horas más tarde la persona sufrió de dolor abdominal y su cara se tornó muy amarga. iii. Finalmente, se presentó un cuadro de diarrea, con evacuaciones continuas.
7	Negro	<p>En síntesis las causas de contaminación alimentaria pueden ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1- Mala calidad del producto. 2- Uso de agua sucia. 	<p>a) Hacer referencia al esquema que presenta las causas de la contaminación alimentaria.</p> <p>b) Aumentar el tono de voz al describir cada uno de las causas subrayadas, en el mensaje escrito.</p>

SELECCION

Y

COMPRA

DE ALIMENTOS



UNIDAD II

Selección y compra de alimentos

OBJETIVOS

***Establecer los recursos humanos y físicos con que cuenta el manipulador para controlar la calidad de los alimentos.**

***Determinar las características físicas de los alimentos que el manipulador debe tener en cuenta al seleccionar y comprar.**

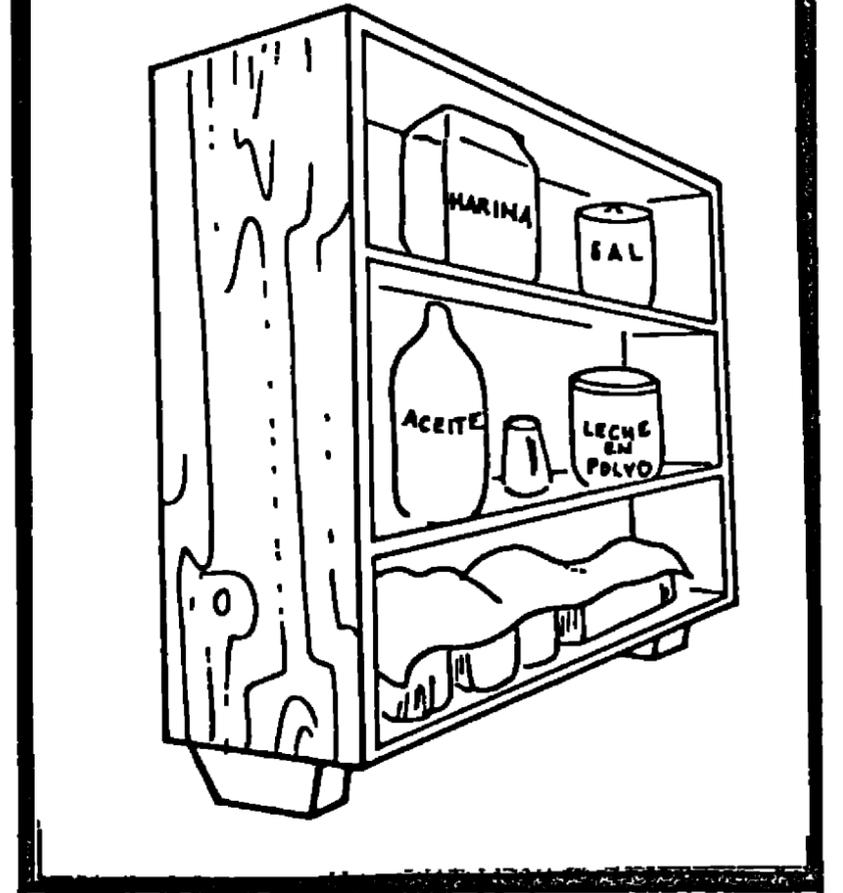
Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
8	Anaranjado	La calidad del producto que se ofrece al consumidor depende de una adecuada selección de los alimentos.	a) Enfatize el tono de voz para la frase que está subrayada y con letra más negra.
9	Anaranjado	La inspección minuciosa de ciertas características tiene como finalidad detectar alteraciones ó signos de descomposición, donde nuestros sentidos juegan un papel muy importante.	b) La primera imagen es el título, el esquema o dibujo sobre los sentidos y su importancia en la inspección de alimentos debe ser explicada detalladamente al grupo.
10	Anaranjado	<p>Las características que hay que tomar en cuenta son:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Color -Olor -Sabor -Textura -Empaque -Higiene -Tamaño -Disponibilidad de alimentos -Precio 	a) Señalar cada una de las características que aparecen en el dibujo.

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
14	Anaranjado	<p>6. Epocas de cosecha: los productos de temporada se consiguen más baratos.</p> <p>7. Grado de madurez: observando el color y la textura del alimento.</p>	
15	Anaranjado	<p>Aspectos que debemos tomar en cuenta al seleccionar carnes:</p> <p>1. Lugar de compra: todo local debe cumplir con las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Reglas estrictas de higiene. b. Disposición de equipos. c. Presentación adecuada del vendedor. d. Forma de venta de la carne. <p>2. Almacenamiento que se da en el lugar de compra.</p>	<p>a. Realizar una pausa entre cada característica, con el objetivo de ampliar la información si el capacitador desea aclarar aún más el concepto.</p> <p>b. Señalar en la diapositiva cada característica y explicarla detalladamente.</p>
16	Anaranjado	<p>3. Presentación de la carne.</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Carnes rojas: res, cerdo, embutidos. b. Carnes blancas: pollo y pescado. 	<p>a) Señalar en la fotografía el tipo de carne que se emocionó en el mensaje para mencionar cada característica organoléptica.</p>

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
17	Anaranjado	<p>Al comprar huevos es importante tener en cuenta:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Color de la cáscara: varía según la raza y la alimentación. 2. Cáscara: sin rajaduras y limpia. 3. Frescura: la yema se mantiene en el centro, redonda y abultada, la clara espesa y recogida alrededor de la yema 	<p>a) Señalar el cartón de huevos en el momento de hablar sobre el color y la cáscara.</p> <p>b) Señalar el huevo quebrado al mencionar el término frescura.</p>
18	Anaranjado	<p>Selección de leche y derivados.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Leche. 2. Quesos. 	<p>a) Señalar el vaso de leche cuando se mencione a este producto.</p> <p>b) Señalar el queso cuando se mencione el mismo.</p>
19	Anaranjado	<p>Selección de granos y cereales preparados.</p> <p>Al comprar este tipo de productos debe exigirse:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Un empaque sin rasgaduras y seco. -Un producto libre de insectos, roedores, materias extrañas (piedras, tierra, excremento). -Libre de manchas. 	<p>a) Aclarar que el concepto materias extrañas, el cual se refiere a piedras, tierra ó residuos de excremento.</p> <p>b) Hacer énfasis en la aparición de los hongos.</p>

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
20	Anaranjado	<p>Al comprar manteca, aceite y otros; debe tomar en cuenta:</p> <ul style="list-style-type: none">-Que el olor no sea rancio.-El empaque sin rasgadura y señales de la acción de los roedores.	a) En el momento de mencionar manteca, aceite y otros, señálelos en la fotografía.

ALMACENAMIENTO
CONSERVACION
Y MANTENIMIENTO
DE ALIMENTOS



UNIDAD III

Almacenamiento y conservación de alimentos

OBJETIVOS

*** Enumerar las técnicas, más comunes, de almacenamiento y conservación de alimentos.**

*** Identificar las características de almacenaje de cada una de ellas**

*** Ofrecer al manipulador de alimentos alternativas para mejorar las condiciones de almacenamiento en su local**

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
21	Azul	Existen dos técnicas para almacenar y conservar los alimentos, ellos son:	a) Para este párrafo presentar el título.
22	Azul	-Almacenamiento en seco.	b) Presentar y señalar la bodega y describir las principales características de la misma.
23	Azul	-Almacenamiento en frío.	c) Presentar y señalar la cámara de refrigeración y explicar la forma correcta de utilización de este equipo.
24	Azul	<p>Para almacenar, adecuadamente, los alimentos es preciso aplicar las siguientes medidas:</p> <p>1. Proteger los alimentos de las moscas, insectos, roedores, contaminación ambiental ó personal.</p>	<p>a. Enfatizar el tono de voz en la palabra adecuadamente.</p> <p>b. Señalar a la mosca, la cucaracha y el ratón según orden del mensaje.</p>

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
25	Azul	<p>2. Mantener los cereales, las harinas, las mezclas (especies y otros), leche en polvo y los azúcares en recipientes cerrados, sacos cruzados en tarimas ó bolsas cerradas a temperaturas ambiente.</p>	<p>a) Señalar en el esquema de la diapositiva, el nombre del alimento y el tipo de empaque.</p>
26	Azul	<p>3. Almacenar las verduras y los tubérculos en un sitio seco y oscuro, higiénico y fresco ó en refrigeración.</p>	<p>a) Describir al participante el diagrama presentado en esta diapositiva, enfatizando el lugar apropiado de almacenaje en el refrigerador.</p> <p>b) Señalar el termómetro para destacar la importancia de tener la cámara de refrigeración y el refrigerador a una temperatura de 4 a 5°C.</p>

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
30	Azul	7. Marcar todos los productos de limpieza e insecticidas para diferenciarlos y aislarlos de los alimentos.	a) Señalar la acción de rotulado.



PREPARACION DE ALIMENTOS

UNIDAD IV

Preparación de alimentos

OBJETIVOS

*** Describir al manipulador, los cuidados higiénicos aplicables en la etapa de preparación de alimentos, comidas y bebidas.**

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
31	Negro	Todo alimento antes de consumirse es sometido a una serie de cambios para facilitar su digestión y hacerlo más apetecible	a) Leer el título b)Comentar el párrafo, utilizando 'en el objetivo de cambio en el alimento antes de consumirse
32	Negro	Si la preparación culinaria no se realiza con higiene y a la temperatura adecuada , según la naturaleza del alimento, las bacterias pueden multiplicarse y provocar enfermedad.	a) Enfatizar sobre las palabras señaladas b)Explicar que dependiendo del alimento (su naturaleza), así varía la temperatura ó preparación.
33	Negro	Las carnes son más susceptibles a la contaminación , por lo que debe controlar la temperatura de cocción, la cual debe alcanzar 70°C en el centro y fondo de la olla donde se cocine.	a)Señalar el corte transversal de la olla y el termómetro para enfatizar sobre la temperatura de cocción.

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
34	Negro	Utilizar una tabla para picar de material no poroso, plástico o de vidrio. Una exclusiva para carnes y otra para vegetales.	a) Señalar la diapositiva b) Tabla de vidrio se refiere al uso de platos ó platonos de ese material para picar en caso de no poder adquirir la tabla plástica.
35	Negro	Mantener los alimentos bien tapados en recipientes limpios y a las temperaturas adecuadas. Sin mezclar alimentos crudos con los cocinados.	a) Señalar la diapositiva b) Enfatizar la recomendación
36	Negro	Conservar la higiene en todas las etapas del proceso de preparación: 1 Limpieza 2. Lavado. 3. Corte. 4. Cocción	a) Señalar cada etapa del diagrama y explicar su mensaje

● VENTA ● DISTRIBUCION DE ALIMENTOS Y COMIDAS



UNIDAD V

Venta y distribución de alimentos y comidas

OBJETIVOS

*** Indicar al manipulador de alimentos opciones para mejorar la aceptabilidad de su producto sin perjudicar la salud de su cliente ó usuario.**

*** Determinar los cuidados higiénico - alimentarios que todo manipulador debe aplicar para minimizar la pérdida de alimentos y el riesgo de contaminación por manejo inadecuado del producto.**

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
37	Anaranjado	Para evitar cualquier contaminación del alimento preparado, éste debe servirse con pinzas, cucharas ó cucharones para servir, en un utensilio ó envoltura apropiada, según las características de la preparación	Debe destacarse la importancia de utilizar lo menos posible las manos al servir los alimentos
38	Anaranjado	<p>Riesgos de contaminación durante la servida y distribución de los alimentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1-Aplicación de inadecuadas técnicas de conservación antes de servir el producto. 2-Mala higiene de utensilios y equipos donde se mantienen las preparaciones 3-Mala higiene del local 4-Incorrectas prácticas de higiene del manipulador. Mantenimiento del alimento, expuesto al público para la venta o distribución 	<p>Señalar en el esquema cada uno de los riesgos de contaminación y enfatizar, ejemplificando en situaciones reales, particulares del grupo.</p> <p>Señalar cada dibujo incluido dentro del esquema haciendo énfasis en las temperaturas de mantenimiento y recalentamiento del producto.</p> <p>Así mismo es importante enfatizar sobre la higiene del equipo, utensilios y de los implementos como limpiones o bandejas</p>

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
			Los hábitos de higiene personal son muy importantes al servir el producto, por lo tanto aclare y motive al grupo para que evite las situaciones de riesgo de contaminación provocadas por hablar, toser o tocar los alimentos
38	Anaranjado	Consejos prácticos para mantener la higiene en el momento de servir y distribuir los alimentos	Explique detalladamente el esquema, indicando los factores que favorecen la conservación de la higiene al servir y distribuir el producto. Indique el rango de temperatura en que debe mantenerse el alimento, así como el material de construcción de los equipos ideal para asegurar una buena limpieza

Nº lapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
39	Anaranjado		<p>De igual forma si se trata de capacitar a vendedores callejeros, refuerce el mensaje acerca de la no utilización de agua estancada o no potable para regar las frutas y vegetales.</p> <p>Explique detenidamente las ventajas de controlar la pureza del agua y de como tratarla para utilizarla en la preparación de los alimentos.</p> <p>Indique la necesidad e importancia del uniforme completo, así como la manipulación de dinero y el riesgo de contaminación de los alimentos.</p>

**D
E
B
E
R
E
S
D
E
L**



**MANIPULADOR
DE ALIMENTOS**

UNIDAD VI

Deberes del manipulador de alimentos.

OBJETIVOS

*** Describir al manipulador, las vías de contaminación a que se expone el alimento por el contacto persona - alimento.**

*** Exponer los puntos críticos de contaminación y la importancia de la higiene y presentación personal como barreras protectoras.**

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
40	Azul	<p>La buena higiene personal es importante y necesaria para reducir el riesgo de contaminación de los alimentos.</p>	<p>Es importante destacar la necesidad de mantener correctos hábitos de higiene personal y su relación con el mantenimiento de la salud y menor riesgo de contaminación.</p> <p>El capacitador debe tratar de convencer a los asistentes de que ellos son promotores de salud y que deben cumplir ciertas normas con el fin de evitar la propagación de algunas enfermedades.</p>
41	Azul	<p>Areas del cuerpo, fuentes potenciales de contaminación:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Piel -Cabeza -Boca -Garganta -Ano -Manos -Pies 	<p>Cada área del cuerpo flechada en el dibujo debe ser explicada al público, así como las formas de contaminación si no se siguen correctas normas de limpieza.</p>

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
42	Azul	<p>La contaminación y la transmisión de enfermedades pueden darse de la siguiente forma:</p> <p>1-Transmisión directa.</p> <p>2-Transmisión indirecta.</p>	a)Explicar las formas de transmisión utilizando el esquema de la diapositiva.
43	Azul	<p>Prácticas de higiene:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Baño diario 2. Uso de uniforme completo y limpio. 3. Uñas limpias, cortas y sin esmalte. 4. Lavado de manos frecuente. 5. No usar prendas personales. 6. Cabello limpio y recogido. 7. No estornudar, toser ó hablar mientras está trabajando con alimentos. 8. No manejar dinero y alimentos a la vez. 9. No fumar cuando este trabajando con alimentos. 10. Controlar la salud. 11. Emplear guantes. 12. No trabajar cuando se padece de gripe. 13. No probar los alimentos constantemente 	a)Explicar mediante el señalamiento de la diapositiva, lo que debe hacer el manipulador para disminuir el riesgo de contaminación.

Nº diapositiva	Color	Mensaje	Observaciones
44	Azul	<p>Lávese las manos siempre que:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Vaya a iniciar la preparación y durante la misma. 2- Toque dinero. 3- Vaya al servicio sanitario. 4. Toque basura. 5. Toque algún animal doméstico. 6. Toque el pañuelo o cualquier prenda personal. 	a) Explicar el esquema sobre el lavado de manos. Señale cada parte.
45	Azul	<p>El uniforme completo de un manipulador de alimentos incluye:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Gabacha larga, de color claro y limpia. 2- Delantal largo, de color claro y limpio. 3- Cubrepelo, que cubra toda la cabeza. 4- zapatos cerrados, tacón bajo, suela de hule (ó antideslizante) y limpios. 	a) Señalar cada prenda del uniforme.

1. Guión para la Capacitación

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
1	<p>Introducción . Módulo: Higiene, Manipulación y Distribución de Alimentos Ministerio de Salud Organización Panamericana de la Salud Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá. Presenta . . .</p>	<p>Título: Módulo. Higiene Manipulación y Distribución de alimentos</p>
2	<p>¿ Cuáles son los aspectos básicos sobre higiene y manipulación de alimentos, que usted cómo, trabajador en un servicio de comidas deberá tomar en cuenta?</p>	<p>Pregunta: ¿ Cuáles son los aspectos básicos sobre higiene y manipulación de alimentos...?</p>
3	<p>Muchas son las personas que partici- pan en el manejo de alimentos. Desde la producción hasta el consumo existen varias etapas que determinan la calidad de los mismos y el manteni- miento de la salud de los consumidores.</p>	<p>Esquema: La cadena alimenticia.</p>
4	<p>La higiene de los alimentos es el con- junto de factores personales y ambientales que facilitan la limpieza y ausencia de suciedad, lo que garantiza el mantenimien- to de la salud. En el ambiente existen contaminantes.</p>	<p>Título: Hombre - ambiente Alimento Salud</p>

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
4	(polvo, humo, tierra, seres vivos no perceptibles a simple vista) que pueden causar enfermedad.	Título: Hombre-ambiente Alimento Salud
5	Los microorganismos requieren agua y sustancias nutritivas para vivir. Por ello se reproducen con gran rapidez en los alimentos. Pueden crecer a temperaturas cálidas, frías o calientes, sobrevivir en condiciones precarias. De ahí, la importancia de mantener estrictos controles en la preparación y el almacenamiento de alimentos.	Dibujo: Un trozo de queso, sobre él, una lupa que muestra los microorganismos, se indica el tipo de microorganismo.
6	La presencia de cierta clase de microorganismos en los alimentos, su cantidad (10^6) y los productos de desecho que fabrican pueden causar serios trastornos en la salud de la persona que consume el alimento contaminado.	Dibujo: en secuencia a. Persona comiendo un muslo de pollo. b. Poco tiempo después la persona con dolor abdominal, y cara muy amarga. c. Sentado en el servicio.

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual														
7	<p>En síntesis las causas de contaminación alimentaria pueden ser:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mala calidad del producto. 2. Uso de agua sucia. 3. Manipulación inadecuada. 4. Falta de higiene. 5. Trabajadores enfermos. 	<p>1er esquema:</p> <p>Causas de la contaminación alimentaria.</p>														
8	<p>La calidad del producto que se ofrece al consumidor depende de una adecuada selección de los alimentos.</p>	<p>Título:</p> <p>Selección y compra de Alimentos.</p>														
9	<p>La inspección minuciosa de ciertas características tiene como finalidad detectar alteraciones o signos de descomposición, donde nuestros sentidos juegan un papel muy importante.</p>	<p>Dibujo:</p> <p>Los sentidos y el alimento.</p>														
10	<p>Las características que hay que tomar en cuenta son:</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">1- Color</td> <td style="width: 50%;">8- Disponibilidad de alimentos</td> </tr> <tr> <td>2- Olor</td> <td>9- Precio</td> </tr> <tr> <td>3- Sabor</td> <td></td> </tr> <tr> <td>4- Textura</td> <td></td> </tr> <tr> <td>5- Empaque</td> <td></td> </tr> <tr> <td>6- Higiene</td> <td></td> </tr> <tr> <td>7- Tamaño</td> <td></td> </tr> </table>	1- Color	8- Disponibilidad de alimentos	2- Olor	9- Precio	3- Sabor		4- Textura		5- Empaque		6- Higiene		7- Tamaño		<p>Dibujo:</p> <p>Las características y los alimentos.</p>
1- Color	8- Disponibilidad de alimentos															
2- Olor	9- Precio															
3- Sabor																
4- Textura																
5- Empaque																
6- Higiene																
7- Tamaño																

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
11	<p>Al seleccionar adecuadamente los alimentos en un servicio ó venta se asegura:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1- Mejor calidad 2- Buen servicio 3- Ahorro de recursos 	<p>Dibujo:</p> <p>Mano sujetando una libreta.</p>
12	<p>Selección de frutas y hortalizas</p> <p>En la selección debemos tomar en cuenta lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1- Color: vivo, brillante, parejo, propio del producto ya sea verde ó maduro 2- Olor: característico de un producto fresco y recién cosechado. 3- Textura: la corteza o cáscara debe de estar libre de cortaduras, magulladuras <p>La exposición del producto a moscas favorece la presencia de larvas; como también si el producto posee moho su deterioro es más acelerado.</p> <ul style="list-style-type: none"> 4-Empaque: cajones o canastas limpias y bolsas plásticas con huecos. 5- Lugar de compra: en buenas condiciones higiénicas. 	<p>Fotografía:</p> <p>Varias frutas y hortalizas</p> <p>Fotografía:</p> <p>una papa</p>

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
<p>13</p>	<p>6- Epocas de cosecha: los productos de temporada son más baratos y se consiguen con mayor facilidad</p> <p>7- Grado de madurez: observando el color y la textura nos podemos dar cuenta si un alimento ha sido madurado artificialmente o por procesos naturales.</p>	<p>Fotografía:</p> <p>Calendario de Comercialización del M.A.G.</p>
<p>14</p>	<p>Selección de carnes</p> <p>Aspectos que debemos tomar en cuenta al seleccionar carnes:</p> <p>1- Lugar de compra: todo el local debe cumplir con las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> a- Reglas estrictas de higiene. b- Disposición de equipos adecuados para el mantenimiento de las carnes. c- Presentación adecuada del vendedor. d- Empaque en que se vende la carne: <ul style="list-style-type: none"> i. En plástico ii. En papel <p>2- Almacenamiento que se da en el lugar de compra.</p>	<p>Fotografía:</p> <p>Personas comprando carne en una carnicería.</p>

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
15	<p>3- Presentación de las carnes.</p> <p>a. Carnes rojas:</p> <ul style="list-style-type: none">i. color brillanteii. con poco olor y no putrefactoiii. jugosaiv. con poca grasav. limpia y fresca <p>b. Carnes blancas:</p> <p>i. Pollo:</p> <ul style="list-style-type: none">-color rosado-olor propio del pollo-patas, alas y esternón flexibles-carne limpia y fresca <p>ii. Pescado:</p> <ul style="list-style-type: none">-olor propio del producto-carne firme y resistente a la presión de los dedos.-ojos salientes y brillantes-escamas adheridas a la piel-vientre no abultado-carne limpia y fresca	<p>Fotografía:</p> <p>Varios tipos de carnes.</p>

Nº dispositiva	Mensaje	Imagen Visual
16	<p>Selección de huevos.</p> <p>Al comprar huevos es importante tener en cuenta:</p> <p>1- Color de la cáscara: varía según la raza ó la alimentación de la gallina, pero no determina la calidad del producto.</p> <p>2- Cáscara: debe estar integra y sin rajaduras, limpia , libre de cuita, plumas ó sangre.</p> <p>3- Frescura: se reconoce porque la yema se mantiene en el centro, es redonda y abultada, la clara es espesa y queda recogida alrededor de la yema.</p>	<p>Fotografía:</p> <p>Cartón con huevos en frente.</p> <p>1 huevo quebrado (yema en el centro)</p>
17	<p>Selección de leche y derivados</p> <p>1- Leche:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Compre leche pasteurizada -En envase cerrado -Con indicación de la fecha de vencimiento. <p>2- Quesos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Infórmese si están elaborados con leche pasteurizada. -Deben estar bajo refrigeración y en buenas condiciones higiénicas. 	<p>Fotografía:</p> <p>1 vaso de leche y un trozo de queso</p>

Nº diapositiva	Mensajes	Imagen Visual
18	<p>Selección de grano y cereales preparados</p> <p>Al comprar este tipo de productos debe exigirse:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Empaque sin rasgaduras y seco. 2- Productos libre de insectos, roedores, materias extrañas (piedras, tierra, excremento). 3- Libre de manchas de color azulado amarillo y negruzco (son hongos). 	<p>Fotografía:</p> <p>Montículos de arroz, frijoles, pastas, tortilla y pan.</p>
19	<p>Selección y compra de manteca, aceite y otros.</p> <p>Al comprar este tipo de productos usted debe fijarse en:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1-El olor: no rancio 2- Empaque: sin rasgaduras, señales de la acción de roedores. 	<p>Fotografía:</p> <p>Compuesta por manteca, margarina en barra y aceite en un vaso.</p>
20 21 22	<p>Existen dos técnicas para almacenar y conservar los alimentos, ellos son:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Almacenamiento en seco. 2- Almacenamiento en frío. 	<p>Título:</p> <p>Almacenamiento y conservación de alimentos.</p> <p>Fotografía:</p> <p>Bodega con granos y otros.</p> <p>Fotografía:</p> <p>Cámara de refrigeración</p>

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
23	<p>Para almacenar adecuadamente es preciso aplicar las siguientes medidas:</p> <p>1- Proteger los alimentos de las moscas, insectos, roedores, contaminación ambiental ó personal.</p>	<p>Dibujo: Mosca, cucaracha y ratón comiendo algún alimento almacenado en un plato.</p>
24	<p>2- Mantener los cereales, las harinas, las mezclas empacadas (especias y otros), leche en polvo y los azúcares en recipientes cerrados, sacos cruzados en tarimas ó bolsas cerradas a temperaturas ambiente.</p>	<p>Dibujo: Esquema de alimentos según tipo de empaque.</p>
25	<p>3- Almacenar las verduras y los tubérculos en un sitio seco, oscuro, higiénico y fresco ó en refrigeración, si su tiempo de utilización va a ser prolongado, a una temperatura de 4-5°C (centígrados)</p>	<p>Dibujo: Diagrama para almacenar en refrigeración.</p>
26	<p>4- Refrigerar rápidamente los alimentos cocidos. Cuando las cantidades son grandes deben colocarse en ollas poco profundas para facilitar el flujo de aire frío.</p>	<p>Dibujo: Interior de una cámara de refrigeración, con alimentos, ráfagas de aire y señalamiento de la perilla de temperatura.</p>

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
27	5- Descatar sin probar todos los alimentos enlatados con bordes alterados ó el contenido de frascos de vidrio que estallen al abrirse.	Dibujo: Lata abultada
28	6- Ordenar y limpiar la bodega de la siguiente forma: a- Limpiar todos los días los pisos de la bodega. b- Descongelar cada 15 días el congelador y el refrigerador o la cámara cada 8 días. c-Limpiar rigurosamente el equipo. d- Sacudir y acomodar estantes, muebles, cajones y canastas donde almacenan granos, azúcares, frutas y verduras cada 2 días.	Dibujo: Diagrama de limpieza.
29	7- Marcar todos los productos de limpieza e insecticidas para diferenciarlos y aislarlos de los alimentos.	Dibujo: Persona rotulando productos.

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
30	<p>Todo alimento antes de consumirse es sometido a una serie de cambios para facilitar su digestión y hacerlo más apetitoso.</p>	<p>Título: Preparación de alimentos.</p>
31	<p>Si la preparación culinaria no se realiza con higiene y a la temperatura adecuada según la naturaleza del alimento las bacterias pueden multiplicarse en el alimento y provocar enfermedad si es consumido.</p>	<p>Fotografía: Persona picando alimentos.</p>
32	<p>Las carnes son más susceptibles a la contaminación por lo que debe controlar la temperatura de cocción, la cual debe alcanzar 70°C (centígrados) en el centro y fondo del recipiente donde se cocine.</p>	<p>Dibujo: Olla con corte transversal con pollo cocinándose y un termómetro marcando 70°C.</p>
33	<p>Utilizar una tabla para picar de material no poroso, plástica o de vidrio. Una exclusiva para carnes y otra para vegetales.</p>	<p>Dibujo: Tabla de picar.</p>

Nº diapositiva	Mensajes	Imagen Visual
34	<p>Mantener los alimentos bien tapados en recipientes limpios y a las temperaturas adecuadas. Sin mezclar alimentos crudos con los cocinados.</p>	<p>Fotografía: Alimentos u ollas tapadas</p>
35	<p>Conservar la higiene en todas las etapas del proceso de preparación culinaria:</p> <p>1- Limpieza: eliminación de partes dañadas o no comestibles, remoción de tierra, partes de insectos y otros.</p> <p>2- Lavado: utilización de abundante agua potable para eliminar residuos de tierra, fertilizantes y microorganismos que se adhieren a la piel ó superficies de carnes, vegetales y frutas.</p> <p>3- Corte: modificación de la forma natural de alimentos utilizando cuchillos, tablas para picar, pinzas o equipos bien limpios.</p> <p>4- Cocción: aplicación de calor para suavizar la textura y disminuir el número de microorganismos presentes en el alimento. Se recomienda temperaturas mayores a 70°C (centígrados) inclusive para el recalentamiento.</p> <p>Pero si tenemos preparaciones como: sopas, guisos, carnes, salsas de carne y otros, se recomienda prepararse y comerse el mismo día. Los alimentos congelados deben usarse rápidamente después de descongelarse.</p>	<p>Fotografía: Diagrama de las etapas de Preparación de Alimentos</p>

Nº diapositiva	Mensajes	Imagen Visual
36	<p>Para evitar cualquier contaminación del alimento preparado, éste debe servirse con pinzas, cucharas ó cucharones para servir en un utensilio o envoltura apropiado, según las características de la preparación.</p>	<p>Título: Distribución de alimentos.</p>
37	<p>El riesgo de contaminación durante la servida y distribución de los alimentos puede deberse a:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Aplicación de inadecuadas técnicas de conservación antes de servir el producto. 2- Mala higiene de utensilios y equipos donde se mantienen las preparaciones (platos, cucharas, refresqueras, baño maría y otros). 3- Mala higiene del local. 4- Incorrectas prácticas de higiene del manipulador. 	<p>Esquema: Riesgos de contaminación en la servida y distribución de los alimentos.</p>
38	<p>En los servicios de alimentación ó puestos callejeros es muy común mantener las comidas en temperaturas cálidas ideales para el crecimiento de microorganismos. De la misma forma el recalentamiento a temperaturas menores de 70°C puede ser peligroso.</p> <p>Un alimento que se exhibe al público desprotegido, está expuesto a la contaminación ambiental, roedores, insectos y otros.</p>	<p>Dibujo: Situaciones de riesgo de contaminación de los productos para la venta o distribución.</p>

Nº dispositiva	Mensajes	Imagen Visual
38	<p>Los equipos para mantener los alimentos en exhibición, tal como el Baño María, las cafeteras o refresqueras si no son lavadas rigurosamente y con frecuencia, pueden acumular residuos de alimentos y suciedades que pueden contaminar a los alimentos guardados en ellos.</p> <p>El uso de limpiones y utensilios sucios para servir y distribuir los alimentos, son fuente de contaminación.</p> <p>Al servir y distribuir los alimentos, el personal puede contaminar los mismos sí:</p> <ul style="list-style-type: none"> -tose, habla o estornuda sobre los alimentos. -toca las preparaciones con trapos o manos sucias. -prueba con frecuencia las preparaciones. -no usa el uniforme adecuado. 	
39	<p>Algunos consejos prácticos para mantener la higiene en el momento de servir y distribuir los alimentos son:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Mantenga solo una muestra del alimento cocinado a la vista del cliente y el resto del producto cúbralo con una tapa y consérvelo a una temperatura de 70°C si el producto es caliente, pero si está frío debe ser menor de 10°C (centígrados) 	<p>Esquema:</p> <p>Servida, distribución y venta de alimentos.</p>

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
39	<p>-Evite en lo posible servir productos recalentados a temperaturas menores a los 70°C (centígrados)</p> <p>-Mantenga siempre los alimentos cubiertos con tapas y protegidos de la contaminación ambiental, animales domésticos y otros.</p> <p>-Lave periódicamente los equipos de mantenimiento y exhibición de los alimentos, utilizando para ello toallas limpias, detergentes ó desinfectante apropiados, enjuagando muy bien con agua potable.</p> <p>-No utilice agua estancada o sucia para regar las frutas o vegetales que exhibe, con el fin de aparentar mayor frescura.</p> <p>-Las pinzas, cucharones y otros utensilios para servir manténgalos en las ollas o bandejas donde está el alimento cocinando y sólo úselos para servir el producto. Con esto se evita la introducción frecuente del utensilio con residuos de otros alimentos y disminuye el riesgo de contaminación.</p> <p>Continua...</p>	

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
39	<ul style="list-style-type: none">-No se recomienda reciclar la vajilla descartable.-En el caso de que usted duda de la pureza del agua, hiérvala ó agregue 3 gotas de clora cada litro de agua y sumerja la vajilla, sin secarla con trapos sucios o colocarla en un estante sucio.-Si utiliza bolsas plásticas o de cartón para vender los alimentos, mantengalas alejadas de roedores o insectos, de la humedad y sin residuos de alimentos o productos de limpieza.-Use el uniforme completo (gabacha, cubrepelo, zapatos cerrados) para servir los alimentos; siga rigurosas prácticas de higiene personal.-Si trabaja en un restaurante o soda no toque dinero y comida a la vez, deje esta función al cajero y utilice un recipiente para colocar el dinero en caso de reintegrar dinero al cliente.-Si trabaja en una venta callejera no utilice la misma mano con la que toca los alimentos para manipular el dinero.	

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
40	<p>La buena higiene personal es importante y necesaria para reducir el riesgo de contaminación de los alimentos.</p> <p>El cuerpo y sus diferentes partes (piel, boca, manos, ano) son fuente de microorganismos si no se siguen correctas prácticas de aseo.</p>	<p>Título:</p> <p>Deberes del manipulador de alimentos.</p>
41	<p>La piel actúa como una barrera protectora del organismo, a través de ella, se pueden eliminar sudor, grasa y acumular suciedades del ambiente tales como: humo, polvo; convirtiéndose en un medio óptimo para el crecimiento de microorganismos, de ahí que cuando se sufre de una cortadura, la piel luce enrojecida y fácilmente puede aparecer supuración si no se limpia el área.</p> <p>Las manos pueden tocar cosas sucias ó limpias; ropas, alimentos, partes del cuerpo, tierra, basura, etc. En las uñas se pueden acumular residuos de tierra, grasa, alimentos donde pueden sobrevivir diversos microorganismos, además si éstas tienen esmalte, éste puede caer al alimento cuando se prepara.</p> <p>La cabeza secreta grasa, sudor y recibe suciedades del ambiente que pueden permitir el crecimiento de microorganismos.</p>	<p>Dibujo:</p> <p>Cuerpo humano con flechas indicando presencia de microorganismos.</p>

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
41	<p>En la boca, nariz y garganta pueden encontrarse muchos microorganismos. Cuando hablamos tosemos o estornudamos lanzamos al aire millares de gotitas de saliva junto con bacterias.</p> <p>Cuando tenemos gripe, las secreciones nasales están ricas en contaminantes, de ahí el riesgo de cocinar con un resfrío ó estarse tocando la nariz.</p> <p>Los desechos del cuerpo son excretados a través de las heces y la orina. Las heces tienen una alta carga de bacterias, las cuales pueden pasar a las manos, si éstas no son lavadas con suficiente agua y jabón, pueden pasar a la boca, alimentos u otros objetos.</p> <p>Algunas bacterias presentes en el intestino y heces pueden ocasionar serios problemas de salud al hombre (Salmonella, Cólera y otras).</p> <p>Las prendas personales como anillos, reloj, pulseras y otros pueden reservar suciedades y residuos de alimentos, los cuales favorecen al crecimiento de microorganismos.</p> <p>La ropa sucia con grasa, heces, suciedades del ambiente pueden contaminar fácilmente las preparaciones.</p>	

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
42	<p>La contaminación y transmisión de enfermedades puede darse de la siguiente forma:</p> <p>1-Transmisión directa: de persona enferma a persona sana.</p> <p>2- Transmisión indirecta: de persona enferma a objeto y de objeto contaminado a persona enferma.</p>	<p>Esquema:</p> <p>Formas de transmisión de enfermedades.</p>
43	<p>Para evitar que un manipulador sea un agente contaminante de los alimentos y pueda perjudicar la salud de los consumidores, debe seguir prácticas de higiene personal adecuadas, entre ellas:</p> <p>1-Baño diario con abundante agua y jabón.</p> <p>2- Uso de uniforme completo y limpio.</p> <p>3- Uñas limpias, cortas y sin esmalte.</p> <p>4- Lavado de manos frecuente.</p> <p>5- No uso de prendas personales.</p> <p>6- Cabello limpio y recogido.</p> <p>7- No estornudar, toser o hablar mientras se está trabajando con alimentos a la vez.</p> <p>8- No manejar dinero y alimentos a la vez.</p> <p>9- No fumar cuando se está trabajando con alimentos.</p>	<p>Esquema:</p> <p>Lo que se debe hacer para disminuir el riesgo de contaminación.</p>

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
43	<p>10- Controlar la salud y reportar cualquier enfermedad a su superior.</p> <p>11- Emplear guantes de hule previamente desinfectados y limpios para proteger las manos cuando se tiene una herida o quemadura.</p> <p>12- No trabajar cuando se padece gripe, diarrea, vómito o cualquier otra enfermedad contagiosa.</p> <p>13- No probar los alimentos constantemente y usar utensilios para tocar los alimentos (pinzas, cucharones, etc.)</p>	
44	<p>El lavado de manos durante la manipulación del alimento es una práctica deseable. Lávese las manos siempre que:</p> <p>1- Vaya a iniciar la preparación y durante la misma.</p> <p>2- Toque dinero.</p> <p>3- Vaya al servicio sanitario.</p> <p>4- Toque basura.</p> <p>5- Toque algún animal doméstico.</p> <p>6- Toque el pañuelo o cualquier otra prenda personal.</p>	<p>Esquema:</p> <p>¿Cuándo deben lavarse las manos?</p>

Nº diapositiva	Mensaje	Imagen Visual
45	<p>Un manipulador responsable en su trabajo debe tener presente que el uniforme es importante y debe ser exclusivo para trabajar con alimentos. El uniforme protege su cuerpo y disminuye el riesgo de contaminación. El uniforme completo de un manipulador de alimentos incluye:</p> <ol style="list-style-type: none">1- Gabacha larga de color claro y limpio.2- Delantal largo de color claro y limpio.3- Cubrepelo que cubra toda la cabeza.4- Zapatos cerrados, de tacón bajo, suela antideslizante (hule) y limpios.5- Guantes.	<p>Dibujo:</p> <p>Manipulador con uniforme completo.</p>