

# MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS: UN ESLABÓN CLAVE EN LA GESTIÓN DE LA CALIDAD E INOCUIDAD EN EL PAE



Según la Resolución 2674 de 2013 las Buenas Prácticas de Manufactura (BPM) *"Son los principios básicos y prácticos generales de higiene en la **manipulación**, preparación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte y distribución de alimentos para consumo humano, con el objeto de garantizar que los productos en cada una de las operaciones mencionadas cumplan con las condiciones sanitarias adecuadas, de modo que se disminuyan los riesgos inherentes a la producción."*; de ahí se puede evidenciar que las BPM contemplan una adecuada y correcta actividad de manipulación de alimentos, por ello es de gran importancia para el Programa de Alimentación Escolar reiterar la labor que debe cumplir el personal manipulador que hace parte de este y que debe garantizar la entrega de un complemento alimentario con calidad e inocuidad a los beneficiarios del PAE.



Manipular alimentos es un acto que, sin importar la actividad, todos realizamos a diario, bien sea como profesionales de la gastronomía, en las labores del hogar, como operarios en una planta de alimentos, como consumidores o como parte de un programa como el PAE. Por lo tanto, son muchas las personas que con su esfuerzo y trabajo contribuyen diariamente a que los alimentos que se consumen tengan una calidad higiénica que evite los peligros que provocan las malas prácticas de manipulación, por ejemplo, un brote de Enfermedad Transmitida por Alimentos (ETA).

## ¿Quiénes manipulan alimentos?



El personal manipulador de alimentos es toda persona que manipula directamente alimentos envasados o no envasados, equipos y utensilios utilizados para la preparación de alimentos o superficies que entren en contacto con estos y que se espera, por tanto, cumpla con los requerimientos de preservación de la higiene durante las etapas de preparación, transformación, envasado, almacenamiento, distribución, venta y servicio. Por tanto, el objetivo principal de la higiene de los alimentos se define como: todas las condiciones y medidas necesarias para asegurar la inocuidad y la aptitud de los alimentos en todas las fases de la cadena alimentaria, prevenir la contaminación de estos y disminuir el riesgo a contraer enfermedades de transmisión alimentaria.

Dichas enfermedades afectan principalmente a las poblaciones más susceptibles como: niños, ancianos, mujeres embarazadas y personas enfermas. Se sabe que cerca de dos terceras partes de las epidemias por esta causa ocurren por consumo de alimentos en restaurantes, cafeterías, **comedores escolares** y en los mismos hogares.

Si se manipulan los alimentos siempre con las manos limpias y se practican las normas higiénicas adecuadas se evitará que quienes los consuman corran algún riesgo de salud. Por lo tanto, la labor del personal manipulador de alimentos es de suma importancia para garantizar la calidad e inocuidad de los alimentos y la preservación de la salud de quienes lo consumen.

# Datos y recomendaciones importantes



Todo personal manipulador de alimentos en el Programa de Alimentación Escolar cumple un rol fundamental en su operación. En el plano personal, las reglas básicas que debe seguir son las siguientes:

**1. Óptimo estado de salud:** sin enfermedades respiratorias, gastrointestinales, heridas en manos o infecciones que puedan transmitirse.

**2. Higiene personal:**



- ✦ Antes de manipular los alimentos debe realizar un correcto lavado de manos con agua potable y jabón. Este mismo procedimiento se realiza después de ejecutar algún tipo de actividad en la que se contaminen las manos.
- ✦ Ducharse antes de ir a trabajar. El baño diario con abundante agua y jabón debe formar parte de la rutina del personal manipulador.
- ✦ Mantener las uñas cortas y limpias, cara afeitada, pelo lavado y recogido con gorro o cofia.



**3. Vestimenta:** La ropa puede ser una fuente de contaminación de alimentos a través de agentes microbiológicos y tierra que provienen de las actividades cotidianas. La indumentaria debe ser exclusiva para esta actividad, de color blanco o claro para ver mejor su estado de limpieza. Vestimenta apropiada para personal manipulador de alimentos:



- ✦ Gorra o cofia que cubra totalmente el cabello para evitar su caída.
- ✦ Uniforme de color claro (preferiblemente blanco) utilizado solamente en el área de trabajo.
- ✦ Tapabocas que cubra nariz y boca.
- ✦ Delantal plástico.
- ✦ Guantes.
- ✦ Calzado exclusivo para el lugar de trabajo.

## Puntos críticos (PC) de contaminación de alimentos

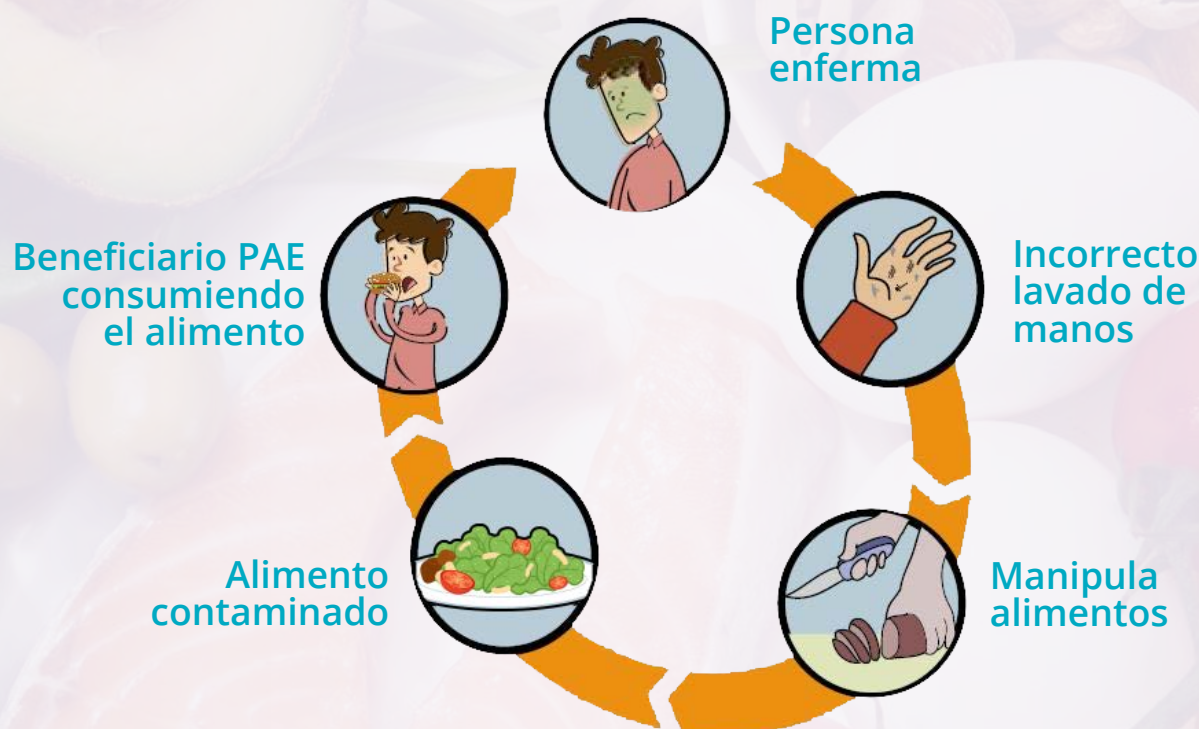


Son las etapas del proceso, lugares u operaciones en las cuales los alimentos están más expuestos para contaminarse o alterarse. Si se controlan estos puntos críticos en el proceso de preparación del complemento alimentario se disminuyen las probabilidades de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA), en el PAE. Algunos PC son:

- ✦ Correcto lavado de manos y utensilios como preparación previa a la manipulación de alimentos ¡nunca trabajar con utensilios oxidados!
- ✦ Lavar y desinfectar los alimentos que se van a utilizar en la preparación del complemento alimentario.
- ✦ Lavar las manos antes de pelar o cortar los alimentos.
- ✦ Trabajar sobre superficies limpias.
- ✦ Al mezclar los alimentos no hacerlo con las manos (utilizar espátulas).
- ✦ En la preparación final del alimento tener en cuenta la temperatura y el tiempo de cocción adecuado.
- ✦ Conservar alimentos en refrigeración (si se requiere).
- ✦ Calentar el alimento a temperatura superior o igual a 60°C para eliminar los agentes microbiológicos.
- ✦ Calcular cantidades justas que se van a utilizar en un corto período de tiempo, evitando recalentar y contaminar los alimentos.
- ✦ Considerar el tiempo que un alimento va a estar a temperatura de riesgo de multiplicación.
- ✦ Servir los alimentos con utensilios limpios, hábitos higiénicos visibles para los niños, niñas, adolescentes y jóvenes y una agradable presentación.
- ✦ Utilizar concentraciones adecuadas de desinfectantes para la higienización y sanitización de utensilios alimentarios.



# ¿Cómo se puede transmitir una enfermedad a un alimento a través de manos sucias?



## Personal manipulador de alimentos en los lineamientos técnico administrativos del PAE



Con la expedición de la Resolución 335 de 2021, el Anexo técnico de calidad e inocuidad en el numeral 5.1.2 'Buenas Prácticas de Manufactura' profundiza en lo referente a personal manipulador, tomando como base lo establecido en la Resolución 2674 de 2013 y en la normatividad sanitaria vigente, destacando temas como el reconocimiento médico cuando sea necesario y el programa de capacitación continua y permanente; por esto desde la UApA reiteramos que a partir del trabajo articulado entre las Entidades Territoriales y los operadores se cumpla lo señalado para la eficiente operación del PAE asegurando las condiciones óptimas para el desarrollo de las actividades del personal manipulador con responsabilidad y calidad e inocuidad de los alimentos para minimizar los riesgos en la salud de los niños beneficiario del PAE.

# Bibliografía



Manual para manipuladores de alimentos. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, FAO. Recuperado el 22 de marzo de 2022, de <https://www.fao.org/3/i5896s/i5896s.pdf>