



**INSTITUTO TECNOLÓGICO DE TURISMO Y
HOTELERÍA**

CARRERA: GASTRONOMÍA

TEMA:

**“ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO GASTRONÓMICO
PARA LAS HUECAS UBICADAS EN EL SECTOR
NORTE CENTRO DE LA CIUDAD DE QUITO”**

Trabajo de investigación previo a la
obtención del título de Tecnólogo en
Gastronomía

Autor: Edwin Danilo Pauta Michay

Director: Lic. Henry Guido Proaño

Quito - Ecuador

2013

DEDICATORIA

A DIOS, por darme constancia, salud, inteligencia, y vida.

A mis queridos padres ya que son un ejemplo de vida que con su constancia me formaron una persona íntegra y humana y gracias a ellos soy la persona que soy.

A mi hermano que es y será un gran apoyo y que siempre estará en las buenas y las malas.

A mi novia la cual admiro y amo gracias por estar siempre conmigo.

AGRADECIMIENTO

A DIOS, por darme la vida, a mis padres los seres más maravillosos del mundo, quienes supieron, apoyarme en cada decisión y paso de mi vida y por estar en los momentos importantes de mi vida, gracias.

A mi hermano gracias por tus consejos y todo tu apoyo incondicional.

A mi querido amor gracias por tenerme paciencia, confianza por apoyarme, por estar siempre pendiente de mi, gracias por demostrarte tu amor, tu respeto te amo.

Mi agradecimiento de forma especial al Lic. Henry Proaño y su Esposa, a la Ing. Sonia Lucio, quienes a través de sus conocimientos me han enriquecido como profesional y orientado a un buen desarrollo de mi tesis de grado.

A toda mi familia, tíos, primos que de una u otra manera me ayudaron.

GRACIAS.

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo, EDWIN DANILO PAUTA MICHAY declaro de forma verbal y escrita que este trabajo de grado con tema: **"ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO GASTRONÓMICO PARA LAS HUECAS UBICADAS EN EL SECTOR NORTE CENTRO DE LA CIUDAD DE QUITO "** ,es de mi estricta autoría y autenticidad.

Responsabilizándome de los conceptos, propuestas y opiniones en el documento presentado.

Atentamente

EDWIN DANILO PAUTA MICHAY

Quito, 29 Octubre del 2013

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO

TUTOR: Lic. Henry Guido Proaño Robalino

Yo. ING HENRY PROAÑO, certifico haber revisado el presente informe de investigación con el tema: **"ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO GASTRONÓMICO PARA LAS HUECAS UBICADAS EN EL SECTOR NORTE CENTRO DE LA CIUDAD DE QUITO"** , que se ajusta a las normas institucionales y académicas establecidas por el Instituto Superior Tecnológico de Turismo y Hotelería ITHI de Quito, por lo tanto se autoriza su presentación final para los trámites legales pertinentes.

Atentamente

Lic. Henry Guido Proaño Robalino

ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA

En el presente documento consta la cesión de derechos de mi trabajo de fin de carrera en conformidad con las siguientes cláusulas:

PRIMERO:

El Lic. Henry Proaño, por sus propios derechos, en calidad de tutor del trabajo de fin de carrera, y el Señor Edwin Danilo Pauta Michay por sus propios derechos, en calidad de autor del trabajo de fin de carrera.

SEGUNDO:

UNO; Edwin Danilo Pauta Michay, realizo el trabajo de fin de carrera titulado **"ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO GASTRONÓMICO PARA LAS HUECAS UBICADAS EN EL SECTOR NORTE CENTRO DE LA CIUDAD DE QUITO"** para obtener el título de Tecnólogo en Gastronomía en el Instituto Tecnológico de Turismo y Hotelería Internacional "ITHI", bajo la tutoría de Henry Proaño

DOS: Es política del Instituto Tecnológico de Turismo y Hotelería "ITHI" que los trabajos fin de carrera se materialicé, se difunda y se lo aplique en beneficio de

la comunidad y de los estudiantes que conforman el Instituto Tecnológico de Turismo y Hotelería Internacional "ITHI".

TERCERO: Comparecen, Henry Proaño, en calidad de Tutor del trabajo de fin de carrera, y Edwin Danilo Pauta Michay, como autor del mismo, por medio del presente escrito, tiene a bien ceder de forma gratuita sus derechos en el trabajo de fin de carrera con título: **"ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO GASTRONÓMICO PARA LAS HUECAS UBICADAS EN EL SECTOR NORTE CENTRO DE LA CIUDAD DE QUITO"**; y conceden autorización para que el Instituto Tecnológico de Turismo y Hotelería Internacional "ITHI", pueda utilizar este trabajo en beneficio de los estudiantes y/o de la comunidad, sin reserva alguna.

CUARTA: Las partes involucradas declaran que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente Acta de Cesión de Derechos del Trabajo de Fin de carrera.

HENRY GUIDO PROAÑO ROBALINO

EDWIN DANILO PAUTA MICHAY

ÍNDICE

PORTADA	
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DECLARACIÓN DE AUTORÍA	iv
CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO	v
ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA ..	vi
ÍNDICE	viii
ÍNDICE DE TABLAS	xii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xiv
_Toc370355519RESUMEN	15
INTRODUCCIÓN	16
PRIMERA PARTE: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	18
1.1. IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	18
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	19
1.3. OBJETIVOS	20
1.3.1. GENERAL	20
1.3.2. ESPECÍFICOS	20
1.4. JUSTIFICACIÓN	21
SEGUNDO PARTE: MARCO TEÓRICO	23
CAPITULO I	23
1. DIAGNÓSTICO SITUACIONAL DE CADA HUECA	23
1.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA	23
1.2. LEVANTAMIENTO DE CADA HUECA	28
1.3. ANÁLISIS SITUACIONAL	30
1.4. ANÁLISIS DE PUNTOS CRÍTICOS	36
1.5. PUNTOS POSITIVOS	40
CAPITULO II	41
2. PREFERENCIAS DE LOS CONSUMIDORES	41
2.1. UBICACIÓN	41
2.2. CALIDAD DE PRODUCCIÓN	42
2.3. COMPRA Y RECEPCIÓN DE ALIMENTOS	42
2.4. ÁREAS DE ALMACENAMIENTO	43

2.4.1.	ALMACENAMIENTO DE ALIMENTOS SECOS	43
2.4.2.	ALMACENAMIENTO DE FRUTAS Y VERDURAS.....	44
2.4.3.	ALMACENAMIENTO EN REFRIGERACIÓN Y CONGELACIÓN.....	45
2.4.4.	DESCONGELACIÓN DE LOS ALIMENTOS	46
2.5.	COMO SE DEBE ALMACENAR ALIMENTOS	47
2.6.	COSTOS	49
TERCERA PARTE: METODOLOGÍA		51
3.1.	TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	51
3.1.1.	TIPO	51
3.1.2.	DISEÑO	51
3.2.	UNIVERSO Y MUESTRA	51
3.2.1.	MUESTRA.....	52
3.3.	INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	52
3.4.	DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO DE CAMPO	52
CUARTA PARTE: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS		54
4.	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	54
4.1.	SONDEO DE OPINIÓN.....	54
4.1.1.	ENCUESTA:	56
4.2.	ANÁLISIS DE RESULTADOS	66
4.3.	CONCLUSIONES.....	67
4.4.	RECOMENDACIONES.....	68
QUINTA PARTE: PROPUESTA		69
5.1.	TÍTULO DE LA PROPUESTA	69
5.2.	JUSTIFICACIÓN.....	69
5.3.	IMPACTO.....	70
5.4.	OBJETIVOS	71
5.4.1.	GENERAL.....	71
5.4.2.	ESPECÍFICOS	72
5.5.	UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA	72
5.6.	VIABILIDAD.....	72
5.7.	PLAN DE EJECUCIÓN	73
5.7.1.	BUENAS PRÁCTICAS DE MANUFACTURA.....	74
5.7.2.	MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS	75
5.7.3.	CONTAMINANTES BIOLÓGICOS	76

5.7.4. TABLA DE ENFERMEDADES PRODUCIDAS POR ALIMENTOS.....	77
5.7.5. CONTAMINANTES QUÍMICOS.....	78
5.7.6. CONTAMINANTES FÍSICOS.....	79
5.7.7. CONTAMINACIÓN CRUZADA.....	80
5.7.8. PERFIL DEL COCINERO.....	80
5.7.9 MÉTODOS DE CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS.....	82
5.7.10. ALIMENTO PERECEDERO.....	82
5.7.11. ALIMENTO NO PERECEDERO.....	83
5.7.12. CARACTERÍSTICAS ORGANOLÉPTICAS DE LOS ALIMENTOS ..	83
5.7.13. NORMAS DE MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS.....	86
5.7.14. CORRECTO USO DEL UNIFORME.....	88
5.7.15. TOCA.....	89
5.7.16. PICO.....	89
5.7.17. CHAQUETA.....	89
5.7.18. PANTALÓN.....	90
5.7.19. DELANTAL.....	90
5.7.20. LITO.....	91
5.7.21. EL CALZADO.....	91
5.7.22. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE AMBIENTES FÍSICOS.....	91
5.7.23. MÉTODOS DE LIMPIEZA.....	92
5.7.24. AGUA Y TEMPERATURA.....	94
5.7.25. MANEJO DE RESIDUOS.....	95
5.7.26. CONTROL DE PLAGAS.....	96
5.7.27. MATERIALES ÓPTIMOS PARA FABRICACIÓN DE MENAJE DE COCINA.....	96
5.7.28. VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE ALGUNOS MATERIALES.....	97
5.7.29. CLASIFICACIÓN DEL MENAJE DE COCINA.....	99
5.7.30. MAQUINARÍA.....	99
5.7.31. ILUMINACIÓN.....	100
5.7.32. EXTRACCIÓN - VENTILACIÓN.....	100
5.7.33. SUELOS, PAREDES, PUERTAS, VENTANAS Y MESAS DE TRABAJO.....	101
5.7.34. FACILIDADES PARA EL LAVADO.....	102
5.7.35 NORMAS DE SEGURIDAD INDUSTRIAL EN LA PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS.....	103

5.8	RECURSOS	114
5.8.1	MATERIALES Y ECONÓMICOS	114
5.8.2	TALENTO HUMANO	114
	REFERENCIAS	115
	ANEXOS	116
	APÉNDICE A	118

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA N° 1 Receta Estándar N° 1	32
TABLA N° 2 Receta Estándar N° 2	34
TABLA N° 3 Receta Estándar N° 3	35
TABLA N° 4 Cuadro de check list	45
TABLA N° 5 Sondeo	54
TABLA N° 6 Pregunta 1	56
TABLA N° 7 Pregunta 2	57
TABLA N° 8 Pregunta 3	58
TABLA N° 9 Pregunta 4	59
TABLA N° 10 Pregunta 5	60
TABLA N° 11 Pregunta 6	61
TABLA N° 12 Pregunta 7	62
TABLA N° 13 Pregunta 8	63
TABLA N° 14 Pregunta 9	64
TABLA N° 15 Pregunta 10	65
TABLA N° 16 Cuadro de enfermedades	77
TABLA N° 17 Características de la carne	83
TABLA N° 18 Características del pescado	84
TABLA N° 19 Características de la ave	84
TABLA N° 20 Características de las frutas	84
TABLA N° 21 Características de las verduras	85
TABLA N° 22 Características de los cereales	85
TABLA N° 23 Características de los lácteos	85
TABLA N° 24 Características de los huevos	86
TABLA N° 25 Métodos de limpieza	94
TABLA N° 26 Materiales acero inoxidable	97
TABLA N° 27 Materiales acero quirúrgicos	97
TABLA N° 28 Materiales aluminio	97
TABLA N° 29 Materiales madera	97
TABLA N° 30 Materiales cerámica	98
TABLA N° 31 Materiales teflón	98
TABLA N° 32 Materiales pírex	98

TABLA N° 33 Materiales vidrio98

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRAFICO N°1	Sondeo de Opinión	55
GRAFICO N°2	Encuesta pregunta uno	56
GRAFICO N°3	Encuesta pregunta dos	57
GRAFICO N°4	Encuesta pregunta tres	58
GRAFICO N°5	Encuesta pregunta cuatro	58
GRAFICO N°6	Encuesta pregunta cinco	60
GRAFICO N°7	Encuesta pregunta seis	61
GRAFICO N°8	Encuesta pregunta siete	62
GRAFICO N°9	Encuesta pregunta ocho	63
GRAFICO N°10	Encuesta pregunta nueve	64
GRAFICO N°11	Encuesta pregunta diez	65

**TEMA: "ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO GASTRONÓMICO
PARA LAS HUECAS UBICADAS EN EL SECTOR NORTE
CENTRO DE LA CIUDAD DE QUITO"**

AUTOR: EDWIN DANILO PAUTA MICHAY

DIRECTOR: LIC. HENRY GUIDO PROAÑO ROBALINO

FECHA: QUITO, 29 DE OCTUBRE DEL 2013

RESUMEN

La tesis fue diseñado con el fin de crear estrategias de mejoramiento para las huecas del Norte centro de Quito desde el sector del Inca, por el Norte hasta Carcelén, por el Oriente hasta la Bota, y por el Occidente hasta San Carlos, para brindar una mejor calidad en la higiene del personal y establecimiento, y trabajar con materiales óptimos, garantizando el consumo para los clientes.

Con el fin de resolver el problema se elabora objetivos viables basados en una justificación del mismo. La fundamentación teórica está orientada a profundizar sobre BPM Buenas Prácticas de Manufacturas y varios temas relacionados a la manipulación de alimentos, enfermedades producidas por alimentos, formas de contaminación, características organolépticas de los mismos.

La Metodología, se basa en un tipo de estudio descriptivo con procesos cualitativos y cuantitativos usando como instrumentos de recolección de datos el sondeo de opinión y las encuestas.

La presentación de resultados será a través de gráficos y tablas para posteriormente realizar el análisis e interpretación respectivo, elaborando conclusiones y recomendaciones, finalmente se elaboro una propuesta de mejoramiento en la manipulación de alimentos para el servicio de la comunidad.

INTRODUCCIÓN

La gastronomía es un elemento cultural que caracteriza a una nación o región del resto del mundo, influye su entorno geográfico las especies de plantas y animales de la región, el clima, todo es un conjunto de condiciones que estarán relacionadas con la variedad de ingredientes.

El Ecuador posee una riquísima, abundante y variada cultura gastronómica una comida auténtica y mestiza, muy atractiva llena de sabores intensos cocida por igual en cazuelas de barro, una cocina con tradición de siglos, la gastronomía del Ecuador se ve enriquecida por las aportaciones de las diversas regiones que componen el país ya que aportan con muchos vegetales, frutas, carnes y frutos del mar para la preparación de los platos con lo cual se conservan las costumbres y tradiciones.

La gastronomía quiteña es una amalgama de sabores y aromas exquisitos degustar las sopas, los platos fuertes y los postres de Quito es hacer un viaje en el tiempo por las distintas épocas que ha vivido la ciudad, en el Norte centro de Quito, se guarda la preparación de los distintos platos conocidos como

huecas, son rinconcitos de sabor al alcance de todos ofreciendo deliciosas comidas con precios cómodos manteniendo negocios familiares sin perder las costumbres gastronómicas.

Este trabajo de investigación tiene como objetivo brindar estrategias de mejoramiento gastronómico para las huecas ubicadas en el sector Norte centro de Quito.

PRIMERA PARTE: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Limitado desarrollo de procesos en la actividad gastronómica.

1.1. IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Referirnos a la historia de la gastronomía o alimentación es hablar de los primeros poblados permanentes y organizados en los cuales se establecieron diferentes culturas.

Hablar de gastronomía no solo se refiere a los platos que se prepara para brindar al cliente, sino que se integra el ámbito social y laborar el cual incorpora la atención brindada, calidad de producto, presencia del personal que atiende, la infraestructura y las medidas de manipulación de higiene aplicadas.

Los conocimientos empíricos, el desconocimiento de procesos gastronómicos, los elevados costos de inversión, la ausencia de análisis interno y externo, son los principales factores que desmejoran la calidad de atención al cliente.

No obstante el incremento en el expendio de comida sin permisos y sin cuidado en la higiene y la manipulación de alimentos, no deja de ser un factor de riesgo muy serio para la salud de los consumidores. Las falencias que presentan dichos locales conllevan al cierre del negocio a causa de competencia de baja calidad y saneamiento deficiente lo cual no garantiza la salud del usuario.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo afecta el desconocimiento de estrategias de mejoramiento en el desarrollo de procesos en la actividad gastronómica enfocado en las Huecas del centro norte de Quito?

Las personas que emprenden estos negocios lo hacen empíricamente con poca práctica en las medidas de higiene y manipulación de alimentos, la poca exigencia en la presentación del personal, por parte de los propietarios, y el uso inadecuado del uniforme hacen que de una u otra manera afecten en la preparación de los alimentos.

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. GENERAL

- Realizar un análisis situacional de las huecas tradicionales del centro norte de Quito mediante un análisis interno y externo, para establecer propuestas de mejoramiento gastronómico y contribuir a pequeños emprendimientos aplicando técnicas y procesos adecuados para la atención al cliente.

1.3.2. ESPECÍFICOS

- Realizar el diagnóstico situacional de cada hueca identificada para realizar su investigación.
- Determinar las preferencias de los consumidores para escoger un lugar al momento de la alimentación.
- Elaborar la propuesta de mejoramiento gastronómico para las huecas del Norte centro de Quito.

1.4. JUSTIFICACIÓN

La gastronomía es un tema estrechamente relacionado con la evolución del hombre en su proceso de civilización, los alimentos característicos de cada época han ido variando paulatinamente ya que encierra un gran conjunto de métodos, herramientas e ingredientes para mejorar el sabor, presentación y hasta digestión de alimentos.

La cocina es un elemento cultural que caracteriza a una nación o región del resto del mundo; las razones de que sea reconocible una comida de otra es su entorno geográfico, que incluye el uso característico de una determinada especie de plantas y animales de la región, el clima y las necesidades nutritivas de los habitantes.

Los valores de la gastronomía ecuatoriana se conservan a través de sus platos tradicionales, en donde las tradiciones y culturas gastronómicas que surgen en varias regiones, cantones, pueblos, parroquias, valles, y barrios esos platos que viven dentro de nosotros son parte de un amor que tenemos porque hablan nuestro mismo idioma comparten nuestros

gustos y, muestran nuestra identidad siempre nos vemos atraídos hacia ellos.

Los medios de comunicación son también portavoces de la gastronomía cuando cubren los eventos en sus canales o medios, los consumidores también juegan un papel importante en distintas formas: su precio, su servicio, el personal de atención al público, la infraestructura, la higiene y otros, cada uno de estos contactos van a moldear la impresión del consumidor.

Que para conservar las culturas y tradiciones que cada uno de los platos guarda es necesario analizar cómo y en qué condiciones se los prepara actualmente, para con el fin de conservarlos plantear una estrategia gastronómica de la correcta forma de prepararla, con el fin de que los consumidores se sientan satisfechos en todos los sentidos.

SEGUNDO PARTE: MARCO TEÓRICO

CAPITULO I

1. DIAGNÓSTICO SITUACIONAL DE CADA HUECA

1.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA.

El desarrollo gastronómico de todas las ciudades y pueblos del Ecuador se ha vuelto imparable en los últimos años el incremento de restaurantes, bares y lugares de comida satisfacen los antojos de los consumidores nacional e internacional encuentra infinitas opciones para degustar la comida ecuatoriana y del mundo, con el desarrollo económico de la capital, han llegado nuevas tendencias de comida que llaman la atención al consumidor.

En procura de alcanzar los fines gastronómicos que busca la capital del Ecuador, la gastronomía en la ciudad de Quito se clasifica de lujo, cuarta, tercera, segunda y primera con un total de 1.754 establecimientos que ofrecen alimentación y bebidas de diferentes especialidades.

Cabe anotar que según la información proporcionada por Quito Turismo donde se resalta un total de 1.754 establecimiento de alimentación y bebidas de diferentes especialidades; No se identifica a las huecas tradicionales de Quito, lo cual no es justo en cuanto estas huecas contribuyen a mantener nuestras tradiciones costumbres y la identidad de la sal quiteña.

También las universidades e institutos tecnológicos, escuelas gastronómicas, promueven la carrera e incrementan el número de profesionales de esta rama año tras año, quienes aplican y comparten sus conocimientos en sus propios negocios, ampliando la gama de opciones culinarias y dinamizando la metrópoli.

“Según el investigador Julio Pazos, estos lugares podrían ser una parte de herencia de los sitios sagrados de adoración, que en la época precolombina eran dominados huacas: espacios y elementos de la naturaleza a los que, a manera de ofrendas, se les otorgaban, entre otros bienes, alimentos crudos y preparados. El maíz, la papa y el cuy habrían sido parte de la principal gama de alimentos de la región andina en ser otorgados, aunque el cerdo, la gallina, el conejo y el borrego también se habrían ofrecido (entr.2010).Desaparecidas las huacas, la costumbre de

ofrecer comidas preparadas habrían trascendidas en el tiempo hacia lugares con alguna vinculación a ellas, y de esa forma el vocablo quichua original también se habrían transferido." (Cultural L. S.-C., 2013).

La idea Hueca hace referencia a una serie de particularidades que distinguen a los lugares identificado como tales y que otros establecimientos, valorados como convencionales o estándar dentro del campo.

"Consideremos a las huecas como espacios tradicionales debemos pensar a esa tradición como algo no congelado en el tiempo tampoco como algo circunstancial y mucho menos exótico o folclórico, sino como un elemento inherente al dinamismo de las culturas populares. El sentido de subsistencia de ese dinamismo reside en las propias prácticas cotidianas de cocina, y en la sociabilidad de consumo que el negocio genera. Es de esa forma que se actualizan las tradiciones en las huecas." (Cultura, Las Huecas de Quito, 2013, pág. 15)

Las Huecas de Quito mantiene viva sus tradiciones, en espacios habitados como hogares, por sus visitantes y consumidores, quienes visitan estos espacios coloridos lugares, ya sea por la sazón, la cercanía o sobre todo para reencontrarse, encontramos en

diferentes lugares como son en: salones, restaurantes, fondas, ferias, plazas, y parques en donde la comida típica es una riqueza gastronómica popular del Distrito Metropolitano de Quito que es un elemento fundamental dentro de nuestro patrimonio inmaterial, la cual se trasmite y se fortalece en el tiempo como hitos culinarios de la comida nacional en donde se degustan.

Los motes con tostado, la fritada, el hornado, el caldo de 31 ,el cuy, el pescado frito, los choclos con habas, las tripas mishqui, los choclos con chulpi, las empanadas de maíz o de verde, las guatitas, las papas con cuero, el morocho, los ceviches, el encebollado, el seco de gallina chivo, los tamales, secos de chivo, secos de gallina, caldo de patas, es común en nuestro entorno la presencia de sitios especializados en la elaboración de platos tradicionales que son famosos y reconocidos por sus habitantes, en donde encontramos a través del sabor, la identidad de cada esfuerzo de cada familia, la fidelidad, la generosidad, la amabilidad que viene de generación en generación.

“Madre, abuela, bisabuela, hija, hermana, prima, suegra, nuera, cuñada, padre, prima, tía, tío, esposo, esposa, nietos, dos generaciones, tres generaciones, cuatro generaciones, antepasados, empleados... son

términos recurrentes que tienen que ver, sobre todo, con aprendizaje y/o trasmisión de un saber, de una tradición, de una receta, de un secreto, un truco del toque... Enseñar, aprender, heredar, transmitir, aleccionar, legar.... son acciones que relacionan a las personas entre sí y a las personas con una tradición, un oficio, un conocimiento ancestral, un cuaderno de recetas, una sazón o un sabor más o menos particular, un tipo de cocción, una tradición familiar, una destreza, un puesto en el mercado o en cualquier otro lugar." (Cultural L. S.-C., Las Huecas de Quito, 2013, pág. 10)

La hueca es un pequeño restaurante conocido como cocina rápida, en la cual se venden comida que no está en el "menú del día" la mayoría de estos platillos se diferencia de los restaurantes y cafeterías un concepto de Hueca en Quito, son principalmente negocios urbanos y familiares.

De esta forma esos lugares empezarían a acumular una serie de características que los hizo diferentes en relación a otros de la ciudad, y que probablemente aún tienen que ver con la popularidad de ciertas zonas de Quito, reconocidas como núcleos de expendio de comidas.

1.2. LEVANTAMIENTO DE CADA HUECA.

Las Huecas tienen una serie de características ya que les hace ver con la popularidad de ciertas zonas de Quito reconocidas como núcleos de expendio de comidas.

“Los recuerdos pueden revivir porque han sabido permanecer estables sazones que son únicas, propias, familiares, originales, antiguas, rurales, incomparables, poderosas, exactas, exquisitas, ilustres, perfeccionadas, al punto, distintas, famosas y, además, capaces de curar la anemia, el reumatismo, la impotencia sexual, la úlcera... y “levantan muertos”... Porque los ingredientes son naturales, frescos, de la mejor calidad... Porque se sigue utilizando el horno de leña, la parrilla, el carbón, la brasa, la misma paila que utilizaba la abuela, una cocción lenta, se cuece en tiesto se prepara con calma, con proceso cuidado y por todo ello hasta el humo resulta cautivador” (Cultural L. S.-C., Las huecas de Quito, 2013)

Carnes y verduras cocidas y combinadas en guiso, o fritas fueron salidas de comida de casa, pasaron a ser comidas de mercado y entonces a trascender el espacio privado y volverse populares, el carácter tradicional se fue formando también gracias a la trasmisión de un

saber tradicional, que involucra particularidades en los usos, costumbres, recursos y técnicas el hábito.

Levantarse de madrugada para conseguir los mejores productos en los mercados, el proceso entero de preparación (pelar, desplumar, picar, proporcionar) el cocinar durante largas horas, los vínculos emotivos entre los propietarios, personal de servicio y clientes.

Las huecas tienen un aspecto particular del funcionamiento ya que se relaciona con sus horarios de atención ya que algunos locales se preparan platos que se comen en la mañana y otros se los hace al atardecer y en la noche, unos varían su atención a las 05h00 o 07h00 de la mañana y lo terminan alrededor del medio día, otros sitios trabajan a partir de las 18h00 y hasta las 22h00, algunos trabajan desde las 19h00 y se extienden hasta las 04h00 en esto nos demuestra que existen locales que ocupan todas las horas hábiles del día.

"Hueca, lejos de ser un término despectivo, constituye, de la parte de los clientes, una suerte de grado honorífico otorgado a los lugares de expendio de comidas que, por reunir determinadas características, hacen parte de sus preferencias. Tales características

tienen que ver con un repertorio de señales relacionadas a la tradición y la memoria inherentes a los lugares, a las prácticas culinarias y la oferta en los menús, así como a un conjunto de elementos que pasan por la infraestructura, el tipo de servicio y la presencia de su popularidad en el imaginario colectivo" (Cultural L. S.-C., Huecas de Quito, 2013).

1.3. ANÁLISIS SITUACIONAL

Las huecas tienen diferentes horarios de atención en algunos casos empiezan en las mañanas, en los atardeceres y noches que se extienden hasta la madrugada y algunos de estos casos tienen una gran clientela existiendo varios consumidores a esa hora de la madrugada.

LOS PESCADO DE LA BOTA: Se trata de un barrio ubicado al Norte de Quito cerca del famoso barrio del "Comité del Pueblo N°1". Conocido por la Ciudad la pescadería "La Bota". De Don Luís Carabalí, oriundo del Chota quien vive allí desde 1973, él junto a su esposa Doña Ligia y sus hijos atienden este negocio por casi treinta años (1980).

Los Pescados de La Bota encontramos un local con muchos afiches deportivos de diferentes representaciones, el cual le hace el lugar más atractivo y vistoso, en el cual encontramos varios puntos críticos de manipulación de alimentos, no tienen el menaje necesario, no constan con extractor de olores ni cocinas de acero inoxidable, las personas que sirven la comida no utilizan guantes de látex para el manejo de la comida el cual hacen una contaminación cruzada al tener contacto el dinero y la comida, el área de trabajo desordenado no cuentan con un mise en place adecuado, también encontramos el piso sucio, baños no limpios no cuentan con jabón para el lavado de manos, la mayoría de personas que laboran en la pescadería de La Bota no constan con el uniforme adecuado tanto para la manipulación de alimentos ni como para servir.

Encontramos un plato tradicional del Ecuador que sus ingredientes son fáciles de conseguir para elaborar, su presentación es bastante atractiva, nutritiva y muy sana con minerales, vitaminas, carbohidratos, y esto lo hace uno de los más favoritos platos, los clientes frecuentan en las mañanas por las tardes y las noches, pero la gran

mayoría de personas le visitan en los fines de semana ya que concurren con toda la familia.

• **RECETA ESTÁNDAR N°1**

RECETA N°	NOMBRE DEL PLATO	Proporciones			
E001	PESCADO FRITO	4			
CÓDIGO	INGREDIENTES	CANT.	UNIDAD	PREC.UNITARIO	COSTO TOTAL
	Pescado	600	g	0,02	12
	Yuca	200	g	0,012	2,4
	Cebolla	200	g	0,008	1,6
	Tomate	200	g	0,008	1,6
	Culantro	50	g	0,004	0,2
	Harina	200	g	0,0028	0,56
	Aceite	200	ml	0,008	1,6
	Maduro	200	g	0,01	2
	Arroz	200	g	0,0048	0,96
				Costo Materia Prima	22,92
		10%		Margen de Error	2,292
				C total de elaboración	25,212
				costo de la porción	6,303
		0,22		costo gerencial	28,65
				costo total	7 \$

Tabla N: 1 Receta Estándar 1
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

LOS RICOS HORNADOS DE DOÑA MARLENE: De Doña Marielena Jácome, oriunda del Cotopaxi quien dedica al arte de la gastronomía desde hace 20 años, quien prepara los exquisitos hornado quien aprendió preparar con su hermana, y ahora lo hace con gran maestría.

Los Ricos Hornados de doña Mari Elena un lugar acogedor y limpio, está ubicado en el sector Norte

centro de Quito en las calles comprendidas entre Pio Jaramillo y José Rafael Bustamante, un local en cual encontramos enmarcadas las mesas para los clientes, un local un baño limpio con jabón desinfectante, una cocina de acero inoxidable y un extractor de olores, un punto crítico es la mala manipulación de alimentos ya que algunos alimentos se los mantiene en baldes de plástico y otros se los mantiene en aire libre sin tapa o con alguna protección, el personal que trabaja en el local no utilizan el correcto uniforme de cocina para la manipulación de alimentos ni para el servicio del mismo.

Los Hornados de Doña Marlene el fin de semana también ofrecen otros platos típicos con lo cual no solo brinda el hornado sino deleita con otras delicias gastronómicas, pero el plato fuerte de todos los días es el hornado ya que con este plato es muy conocida en el sector.

• RECETA ESTÁNDAR N°2

RECETA N°	NOMBRE DEL PLATO	Proporciones			
E002	HORNADO	4			
CÓDIGO	INGREDIENTES	CANT.	UNIDAD	PREC.UNITARIO	COSTO TOTAL
	Hornado	350	g	0,016	5,6
	Mote	250	g	0,008	2
	Cebolla	200	g	0,008	1,6
	Tomate	200	g	0,008	1,6
	Cola	100	ml	0,004	0,4
	Lechuga	150	g	0,006	0,9
	Papa	200	g	0,008	1,6
	Aceite	200	ml	0,008	1,6
				Costo Materia Prima	15,3
		10%		Margen de Error	1,53
				C Total de elaboración	16,83
				costo de la porción	4,2075
		0,22		costo gerencial	19,125
				Costo Total	5 \$

Tabla N: 2 Receta Estándar 2
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

DON GATO: Heriberto Mendoza más conocido como el Gato junto a su esposa Blanca Angamarca ambos de origen costeños, lo cual elaboran varios platos como el seco de pollo y chivo, etc.

Don Gato está ubicado en el sector del Inca entre las Toronjas N47-205 y avenida el Inca, la mayoría de personas que le visitan el Gato son los fines de semana ya que al frente está ubicada la cárcel de mujeres y tiene mucha acogida ya que las personas visitan a sus familiares y en estos días ofrece almuerzos y platos a la carta, tiene una pequeña peculiaridad de hacer encargar los celulares ya que en la cárcel no está

permitido el ingreso de estos, el local es muy limpio, el baño en malas condiciones, no utilizan jabón para el lavado de manos, utilizan material de aluminio para elaborar los menús con un extractor de olores, el personal que trabaja en el local no utilizan el correcto uniforme de cocina para la manipulación de alimentos ni para el servicio del mismo.

• **RECETA ESTÁNDAR N°3**

RECETA N°	NOMBRE DEL PLATO	Proporciones			
E003	SECO DE POLLO	4			
CÓDIGO	INGREDIENTES	CANT.	UNIDAD	PREC.UNITARIO	COSTO TOTAL
	Pollo	200	g	0,012	2,4
	Arroz	200	g	0,0024	0,48
	Aguacate	0,5	g	0,004	0,002
	Lechuga	150	g	0,006	0,9
	Papa	200	g	0,006	1,2
				Costo Materia prima	4,982
		10%		Margen de Error	0,4982
				C Total de elaboración	8,982
				Costo de Porción	2,2455
		0,22		Costo gerencial	10
				Costo Total	2,5 \$

Tabla N: 3 Receta Estándar 3
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

Estas huecas ubicadas en el Norte de Quito tienen diferentes infraestructuras, historias, vivencias de la cual narran su crecimiento laboral y su diario vivir de todas los días con diferentes horarios de atención al

consumidor, vinculando con el factor de la ubicación del lugar, los puestos de comida asentados en el espacio público marcan una determinada manera de consumo.

"Sobra decir que en esos casos -que no son pocos-, los emprendedores que se iniciaron con un negocio modesto en la vía pública hoy gozan de una situación económica de gran holgura. Para mantenerla, no obstante, han tenido que, como ellos mismos reconocen, consagrar su vida al trabajo. Madrugadas, noche, fines de semana y feriados no dejan otro camino." (Cultura, Las Huecas de Quito, 2013, pág. 17).

1.4. ANÁLISIS DE PUNTOS CRÍTICOS

El funcionamiento de las huecas establecen varios factores uno de ellos es la falta de infraestructura ya que algunos son asentados sobre veredas, otros llevan con coches ambulantes, vendedores con canasta repletas, la mayoría de estas huecas están ubicados en la vía pública.

La gran mayoría de estas huecas no prestan con las normativas de la manipulación y higiene de alimentos otro punto a tomar es también, la higiene del local, la

higiene del personal, no utilizan el correcto uniforme para la manipulación de alimentos.

Las siglas HACCP (Hazard Analysis Critical Control Points) como quiera que se lo llame, es la denominación de sistema de aseguramiento de la calidad en la industria de alimentos y se lo conoce y aplica a nivel mundial.

El sistema HACCP es un conjunto de normas de control utilizada por los supervisores sanitarios para mejorar los procesos de producción y normar las características que deben tener la infraestructura del establecimiento y los procesos de producción de alimentos con cero defectos.

Se requiere que las zonas de producción efectúen análisis de riesgo para identificar los peligros o puntos donde existen, razonablemente, altas probabilidades de que se pueden producir situaciones de peligro que afecten la inocuidad de los alimentos durante el proceso productivo. Junto a esto se deben identificar las medidas, tanto preventivas como correctivas, que se puedan aplicar para controlar dichas amenazas.

Cada vez que el análisis de riesgo indica que hay altas probabilidades que se produzcan uno o más puntos donde exista alguna amenaza para la inocuidad del alimento, es necesario que el establecimiento desarrolle y lleve a efecto sistemas orientados a disminuir los riesgos de contaminación producidos por deficiencias de manejo e higiene, los cuales se enfrentan mediante la implementación de buenas prácticas de manufactura y procedimientos estandarizados de sanitación.

Existen diferentes peligros que pueden afectar a la inocuidad de un alimento, entre ellos tenemos:

- Toxinas microbianas
- Contaminación microbiológica
- Contaminación química
- Pesticidas
- Residuos de medicamentos veterinarios
- Alimentos descompuestos
- Parásitos
- Mal uso de aditivos y/o colorantes
- Peligros físicos.
- Otro punto a tomar son las siglas de CHATTON

- **COMIDA:** Las bacterias necesitan alimento para poder crecer y reproducirse; sobre todo aquellos que son ricos en nutrimentos como las proteínas, ejemplos de estos alimentos son: el pollo, las carnes, el huevo, el pescado, los jamones, la leche y los productos lácteos.
- **HUMEDAD:** Para reproducirse más fácilmente, las bacterias necesitan que los alimentos contengan un mínimo contenido de agua.
- **ACIDEZ:** Las bacterias prefieren los alimentos que no son muy ácidos o neutros (como el agua). Es importante saber que los alimentos muy ácidos como el limón o el vinagre no permiten que los microorganismos crezcan y se multipliquen, pero no los matan.
- **TEMPERATURA:** Entre los 7°C y 60°C, está la ZONA DE PELIGRO DE LA TEMPERATURA, debido a que en ella los microorganismos se reproducen, la temperatura ambiente es la más peligrosa.
- **TIEMPO:** Tiempo para reproducirse. Mientras más tiempo les damos a las bacterias en condiciones ideales, más fácil y rápidamente se reproducirán. Las bacterias duplican su número cada 20 minutos a

una temperatura de 23°C (o sea a temperatura ambiente normal).

- OXÍGENO: La mayoría de las bacterias necesitan aire para poder vivir, aunque hay algunas que por el contrario, no lo necesitan, como es el caso de las bacterias que crecen en alimentos enlatados o envasados al alto vacío.

1.5. PUNTOS POSITIVOS

Los puntos positivos de las Huecas es la atención generosa de las dueñas de los locales que con una sonrisa cautiva al consumidor la gran mayoría de las hueca comenzaron un la vía pública y hoy por hoy gozan de un gran local.

La gran mayoría de huecas tienen un local acogedor lleno de muchos afiches en su alrededor en el cual llama la atención del lugar, la limpieza es otro factor en el cual se ve a simple vista, para poder consumir los alimentos, algunas huecas ya constan con extractores de olores y equipos de aluminio para la elaboración de los menús.

CAPITULO II

2. PREFERENCIAS DE LOS CONSUMIDORES

2.1. UBICACIÓN.

En el sector Norte centro de Quito comprendiendo desde el sector del Inca, por el Norte hasta Carcelén por el Oriente hasta La Bota y por el Occidente hasta San Carlos, encontramos platos típicos muy conocidos en la ciudad por el toque secreto de quienes los preparan, la atención de los dueños, la ubicación de estos lugares y los primeros comensales en visitarlos del día a día son los oficinistas y moradores que laboran en el sector, también recibiendo clientes de todas partes de la ciudad por la fama que ganaron solo por el "boca boca" en donde se sienten atraídos por el sabor único de sus locales, revelan su rincón más apetitoso, su "hueca", donde lejos de la sofisticación y formalidad consienten su paladar.

La mayoría de las clientes lo prefieren por el plato a degustar, la buena atención la gran mayoría de los clientes no los conocen como huecas simplemente se los conoce como un restaurante o un lugar de comida rápida.

2.2. CALIDAD DE PRODUCCIÓN

La calidad de producción es quienes manejan el negocio y su responsabilidad de dirigir un establecimiento dedicado a la elaboración y venta de alimentos es cuánto debe hacer un sistema de producción de alimentos ya que es necesario verificar su condición organoléptica de los alimentos, temperatura, fecha de caducidad y condiciones de empaque.

2.3. COMPRA Y RECEPCIÓN DE ALIMENTOS

Para la compra y recepción de alimentos se debe tener en cuenta los siguientes puntos.

Si vamos al supermercado primero comprar las cosas duraderas y luego las cosas refrigeradas o congeladas, nunca debemos escoger carne de res o ave con la envoltura rota o que este goteando, no comprar alimentos que tengan una fecha de venta, o de uso, vencida.

Poner las carnes y aves crudas en bolsas de plástico para que los jugos de estos no contaminen los

alimentos ya cocidos o los que se comen crudos, como frutas y verduras.

Planear la llegada de los productos para que estos puedan ser ubicados en un lugar disponible y limpio, verificar la temperatura de los alimentos, asegurarnos que son adecuados para el consumo.

2.4. ÁREAS DE ALMACENAMIENTO

Es un conjunto de actividades relacionadas con la ubicación temporal de los alimentos, es un espacio físico adecuado y acondicionado.

Almacenamiento de alimentos secos.

Almacenamiento de frutas y verduras.

Almacenamiento en refrigeración y congelación.

2.4.1. ALMACENAMIENTO DE ALIMENTOS SECOS

En esta área se almacenan todos los alimentos perecederos, ejemplos cereales, enlatados, harinas, etc.

Debe ser seca, fresca y ventilada, estos lugares deben estar a 30,5 cm de altura sobre repisas, ser

almacenados en recipientes con tapa los productos como harina, azúcar, los productos antiguos deben ser colocados donde se los pueda consumir primero.

2.4.2. ALMACENAMIENTO DE FRUTAS Y VERDURAS

Algunas frutas y verduras son las que realmente necesitan refrigeración para ser conservadas por lo que es recomendable que se compre diariamente para asegurar que sean frescas, se debe almacenar en una zona fresca seca y ventilada.

Los sistemas de control que se ejercerán para que los productos ofrecidos en el restaurante cumplan con la política de calidad.

Los alimentos deberán de ser preparados con ingredientes frescos, llevar un control riguroso de inventarios para poder establecer una rotación adecuada que garantice la conservación de las materias primas, todos los alimentos servidos deberán ser preparados bajo las recetas propias del restaurante.

Los alimentos y las porciones deberán estar siempre pesados para evitar desperdicios y ofrecer a

los clientes porciones de un tamaño adecuado de acuerdo al valor nutricional plato.

Realizar inventarios a diario, para conocer al final de qué cantidad de materia prima se necesita para el siguiente día, lo cual se registrará en el control de inventario y pedido de suministros.

2.4.3. ALMACENAMIENTO EN REFRIGERACIÓN Y CONGELACIÓN

Todos los alimentos de alto riesgo deben ser refrigerados y congelados, la refrigeración es por debajo de los 4° C que es una temperatura que no mata las bacterias pero prohíbe que se reproduzcan.

Se realizara un check list para llevar un mejor control de limpieza y saber que productos son los más antiguos y nuevos y saber si los equipos están limpios para poder almacenar ahí los productos.

EQUIPOS	CONGELADOR	REFRIGERADOR
PRODUCTOS		
LIMPIO		
SUCIO		
FECHA		
ENCARGADO		
OBSERVACIONES		

Tabla N: 4 TABLA DE CHECK LIST
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

2.4.4. DESCONGELACIÓN DE LOS ALIMENTOS

La descongelación, los alimentos se deben cocinar y consumir lo antes posible, la descongelación se puede realizar en la parte menos fría del frigorífico o bien con ayuda del microondas, para descongelar piezas delgadas y pequeñas de manera que se eviten zonas cocidas frente a otras aún congeladas.

Los productos hay que tener en cuenta su perfecto estado de conservación, su envasado perfecto. No haber tenido contacto con el aire, ni haber sido descongelados anteriormente.

Tener en cuenta que cualquier producto congelado, bien sea en bloque o envasado, puede conservarse en el congelador muchos días, pero nunca, puede volverse a congelar después de haber sido descongelado, sería la completa ruina del alimento.

Para la descongelación de pescado y de mariscos, puede sacarse del congelador el día anterior, envuelto en un paño y con papel de aluminio, para descongelar las carnes congeladas, si los trozos son muy pequeños, pueden cocinarse directamente.

De lo contrario se los puede descongelar a temperatura ambiente, o bajarlos primero al frigorífico (es lo más higiénico) lo cual requiere un tiempo superior.

2.5. COMO SE DEBE ALMACENAR ALIMENTOS

- Los alimentos deben guardar sólo en lugares de almacenamiento secos, refrigeradoras o congeladoras.
- No almacenar alimentos sobre el piso ni cerca de sustancias químicas o botes de basura.
- Las áreas de almacenamiento deberán mantenerse limpias y secas.
- Se deben utilizar primero los alimentos cuyas fechas de llegada sean más antiguas ("primero en llegar, primero en salir").
- Se deben marcar los alimentos que se retiren de los recipientes originales, también se deben marcar y poner la fecha todos los alimentos que sobren.
- Las tapas de todos los recipientes deben permanecer herméticamente cerradas.

- Los alimentos fácilmente perecederos, se deben guardar en la refrigeradora o en el congelador protegiendo contra la temperatura de riesgo (de 45 °F A 140 ° F.) en cual guardaremos con fecha de elaboración y con el nombre del responsable.

La recepción de la materia prima se debe realizarse en las mañanas, así se evitará el calor del mediodía y la descomposición de los alimentos con una buena calidad de producción obtendremos menos perdida en la materia prima, tomando en cuenta los diferentes requerimientos, materias prima, almacenamiento, las compras, la distribución, elaboración y venta cada uno de estos para la durabilidad de la materia prima debemos mantenerlo en refrigeración para el almacenamiento y mantenimiento al consumidor.

Se debe revisarse las fechas de expedición, se desecharán aquellas frutas, hortalizas y tubérculos que presentan daños por golpes, picaduras de insectos, aves, roedores, parásitos, hongos cualquier sustancia extraña o indicios de fermentación o putrefacción.

Todo alimento que se recibe en las huecas, debe verificarse el estado en el que está el producto, el empaque y la etiqueta, cuando el producto es abundante,

la revisión se la realiza por muestreo; es decir una pequeña cantidad del costal o del quintal para revisar si el producto está en perfecto estado; a partir de ese momento, se toma la decisión de recibir o devolver al proveedor el producto solicitado.

Es importante tener en cuenta que un género o un producto que llega en mal estado, en primer lugar no tienen salvación; es decir ya no hay forma de componerlo si está en proceso de descomposición, en mal estado sus empaques o envoltorios o si encontramos algún tipo de anomalía en la calidad del mismo.

2.6. COSTOS

De los gastos de almacenamiento, el más importante es el aprovechamiento de su capacidad.

- Calcular la compra para varios días.
- Hacer una lista de lo que se necesita.
- Aprovechar las ofertas.
- Comprar productos naturales y disminuir la compra de productos enlatados ya que algunas veces resultan más costosos.

- Comprar las frutas, verduras y hortalizas de la época, ya que son más frescas y económicas, leer las etiquetas de los productos y verificar el valor nutricional, fecha de elaboración y fecha de vencimiento.
- Comprar alimentos a menor precio, no quiere decir que la calidad sea menor.

TERCERA PARTE: METODOLOGÍA

3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

3.1.1. TIPO

Para el desarrollo de tesis se utilizo el tipo de investigación descriptiva ya que se analizo 2 variables, 1 dependiente que corresponde al problema central y 1 independiente que corresponde a la causa más relevante y sus resultados se tabulo a través de modelos matemáticos.

3.1.2. DISEÑO

Para el diseño de investigación se efecto en base a procesos cuantitativos y cualitativos en la cual se aplico instrumentos de investigación tales como: sondeo de opinión y encuestas.

3.2. UNIVERSO Y MUESTRA

Para el desarrollo de investigación se considero un universo de 390 personas que viven en el centro norte de Quito para el desarrollo de este proceso.

3.2.1. MUESTRA

El cálculo muestral que se aplico en esta investigación es a 390 personas, como número referencial ya que la población es infinita, por lo tanto no se aplico fórmula muestral en proceso estadístico para este tipo de investigación.

Se aplicó las encuestas a 30 personas en las huecas que visitamos.

3.3. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Se utilizaron como instrumentos de recolección de datos a los siguientes.

- El sondeo de opinión aplicado consiste de 3 ítems ver (apéndice B).
- Como último instrumento de investigación se aplico la encuestas que conste de un numero de ¿preguntas? ver (apéndice C).

3.4. DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO DE CAMPO

Para el desarrollo del trabajo de campo se lo realizo considerando los instrumentos de recolección de datos.

- Sondeo de opinión

El sondeo de opinión se lo aplico a las personas del Norte centro de Quito para identificar las huecas conocidas en dicha sector por estas personas, la cual está comprendido desde el sector del Inca, por el norte hasta Carcelén por el Oriente hasta la Bota y por el Occidente hasta San Carlos.

- Encuestas

Las encuestas se lo realizo a las personas que consumen en las huecas ya mencionadas para que nos comenten sus experiencias vividas al prestar su servicio.

CUARTA PARTE: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. SONDEO DE OPINIÓN

Al realizar el sondeo de Opinión, se obtuvo como resultado la siguiente información:

En el sondeo de opinión se obtuvo las huecas más principales y divulgadas dentro del norte centro de Quito, desde el sector del Inca, por el norte hasta Carcelén por el Oriente hasta la Bota y por el Occidente hasta San Carlos como indicamos en la siguiente tabla.

¿Las huecas más reconocidas del norte centro de Quito?

INDICADORES	FRECUENCIA	%
Los Pescados de la Bota	150	38,46
Los Ricos Hornados de Doña Marlene	140	35,89
Don Gato	100	25,64
TOTAL	390	100

Tabla N: 5 SONDEO DE OPINION

Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

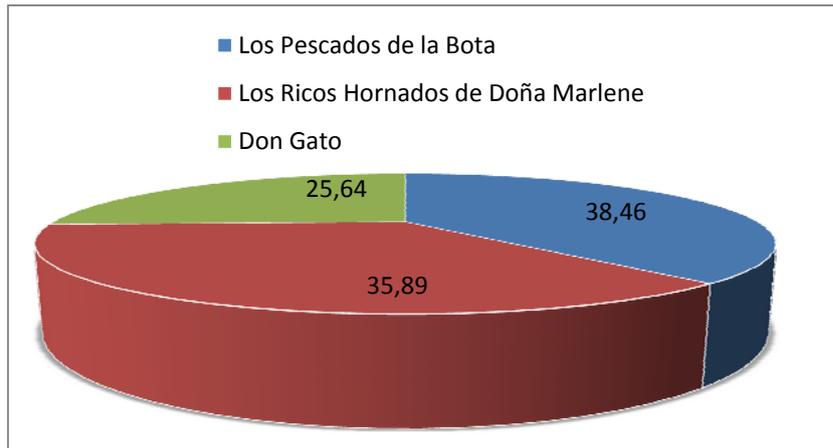


Gráfico N° 1: Sondeo de Opinión
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

Interpretación: De toda la información recopilada en el sondeo de opinión aplicado a 390 personas se pudo destacar que los sitios de mayor recordación por los consumidores son: los Pescados de la Bota con un 38.46 %, debido a la sazón de los alimentos y la amabilidad de sus propietarios, Don gato con un 35.89%, y Los ricos hornados de doña Marlene con un 25.64 %, siendo esta hueca la de menor difusión o recordatorio

4.1.1. ENCUESTA:

Pregunta 1.- ¿Utiliza el correcto uniforme en cocina?

INDICADORES	PERSONAS	%
SI	9	30
NO	21	70
TOTAL	30	100

Tabla N: 6 Pregunta 1
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

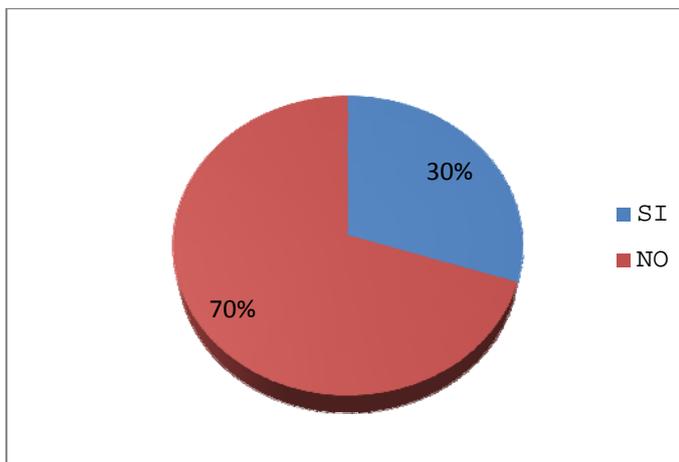


Gráfico N° 2 Pregunta 1
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

Interpretación: De las 30 encuestas realizadas a los consumidores de las huecas, en un 70 % afirman que NO llevan el correcto uniforme para manipular los alimentos, siendo el uniforme de suma importancia para la manipulación de alimentos y dar una mejor presentación para el establecimiento, el 30% mencionan que SI utilizan el uniforme para poder manipular los alimentos.

Pregunta 2.- ¿Cómo calificaría la manipulación de alimentos en las huecas?

INDICADORES	PERSONAS	%
Buena	3	10
Mala	10	33
Regular	17	57
TOTAL	30	100

Tabla N: 7 Pregunta 2
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

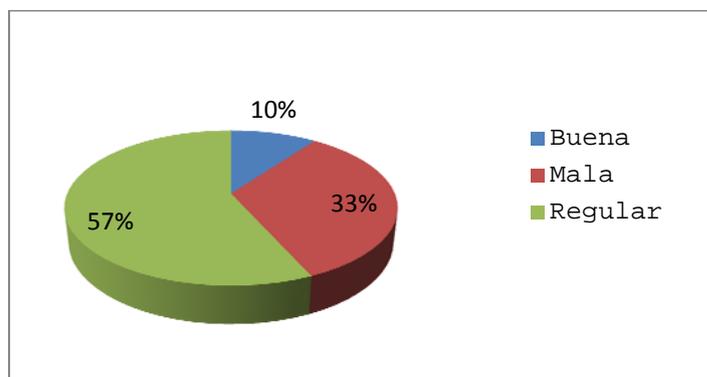


Gráfico N° 3 Pregunta 2
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

Interpretación: En la gráfica se puede apreciar que con un 57 % como Regular en la manipulación de alimentos, con un porcentaje del 33% es Mala, y en un menor porcentaje 10% es Buena, la manipulación de alimentos es de vital importancia para el consumidor ya que con un buen manejo de los mismos evitamos enfermedades

Pregunta 3.- ¿Pone atención en los alimentos que consume?

INDICADORES	PERSONAS	%
SI	16	53
NO	14	47
TOTAL	30	100

Tabla N: 8 Pregunta 3
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

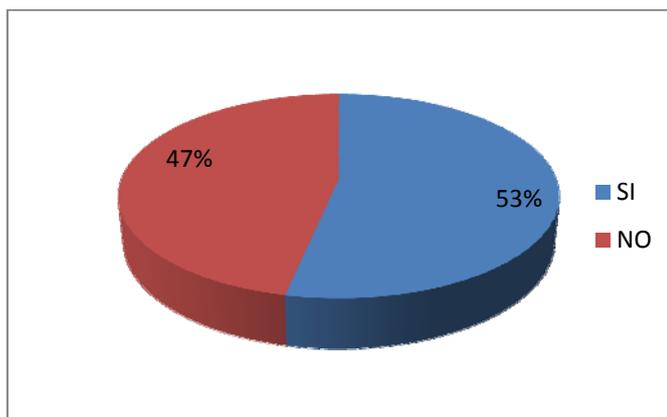


Gráfico N° 3 Pregunta 3
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

Interpretación: Según el grafico nos demuestra que la mayoría de consumidores con un 53 % SI presta atención en los alimentos que consume, esto ayuda a verificar si los alimentos están en buen estado, y así garantizar la salud a los consumidores, y con menor porcentaje 47 % nos indica que NO ponen atención en los alimentos que consumen.

Pregunta 4.- ¿Cómo calificaría la limpieza del establecimiento?

INDICADORES	PERSONAS	%
Muy Satisfactorio	2	7
Buena	9	30
Mala	9	30
Regular	10	33
TOTAL	30	100

Tabla N: 9 Pregunta 4
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

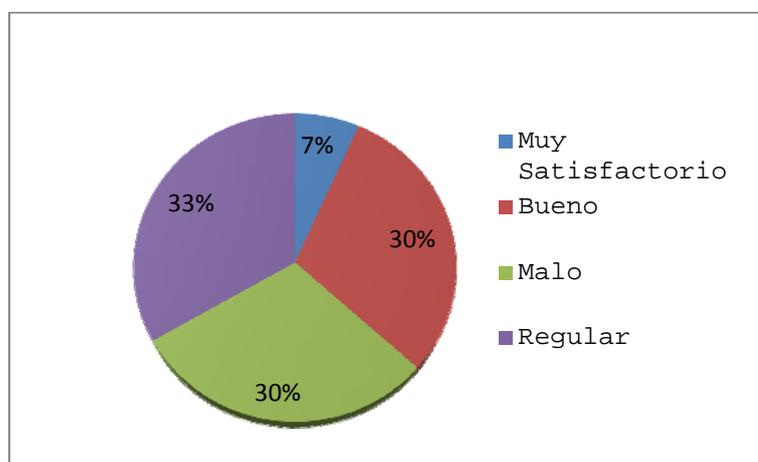


Gráfico N° 5: Pregunta 4
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

Interpretación: Según la grafica nos muestra que el mayor porcentaje es Regular con un 33 %, con un igual porcentaje 30 % mencionan que la limpieza del establecimiento está entre Bueno y Malo demostrando que la limpieza de los establecimientos no brinda las condiciones necesarias, y con 7 % es muy satisfactorio.

Pregunta 5.- ¿Cómo calificaría la limpieza de los servicios higiénicos?

INDICADORES	PERSONAS	%
Muy Satisfactorio	2	7
Buena	8	27
Mala	9	30
Regular	11	36
TOTAL	30	100

Tabla N: 10 Pregunta 5
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

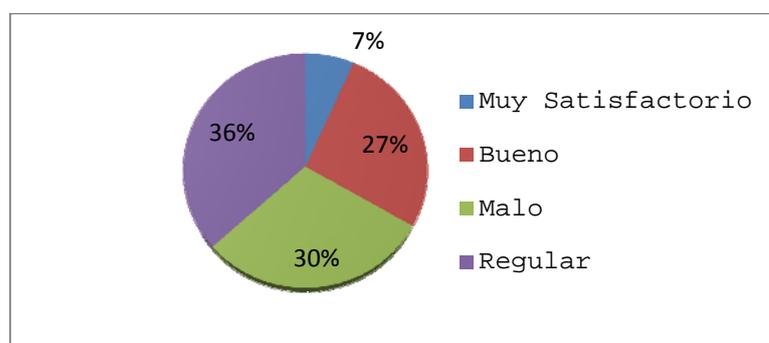


Gráfico N° 6 Pregunta 5
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

Interpretación: En un 36 % mencionan que es Regular la higiene de los baños, en un 30 % es Mala, en un 27 % de las personas califican que es Buena, demostrando que la limpieza de los servicios higiénicos no brinda las condiciones necesarias para el uso del mismo, sin embargo el 7 % consideran a la higiene como Muy satisfactoria. Cabe recalcar que la higiene de los baños constituye una parte fundamental en los lugares donde se expenden alimentos para el consumo humano ya que a través de ello se evita el contagio de enfermedades.

Pregunta 6.- ¿Cómo calificaría la higiene del personal?

INDICADORES	PERSONAS	%
Muy Satisfactorio	2	7
Buena	5	17
Mala	17	56
Regular	6	20
TOTAL	30	100

Tabla N°: 11 Pregunta 6
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

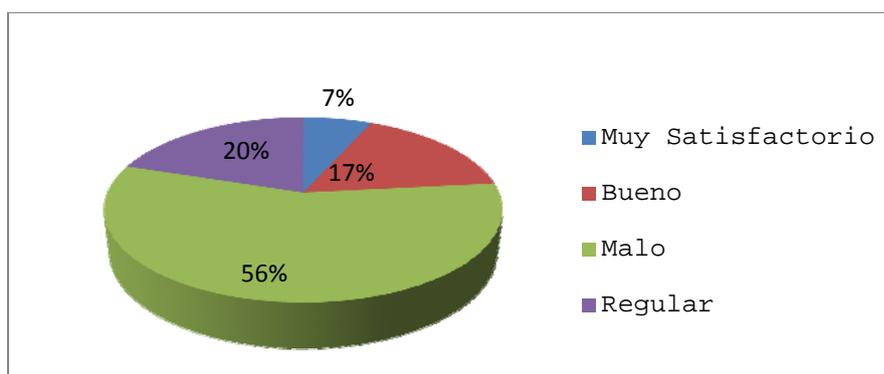


Gráfico N° 7: Pregunta 6
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

Interpretación: Según el gráfico nos demuestra que la higiene del personal es Mala con un 56 %, en un 20 % es regular, y con un 17 % que es Bueno, pero en un menor porcentaje es decir el 7 % califican a la higiene del personal como muy satisfactorio. La higiene del personal es un factor muy importante dentro de cada establecimiento con el cual se brinda seguridad en los alimentos y así evitar contagios, y enfermedades, pero en la gran mayoría de huecas la higiene del personal es un factor de riesgo que atenta contra la salud.

Pregunta 7.- ¿Utilizan guantes de látex para el servicio de alimentos?

INDICADORES	PERSONAS	%
SI	8	27
NO	22	73
TOTAL	30	100

Tabla N: 12 Pregunta 7
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

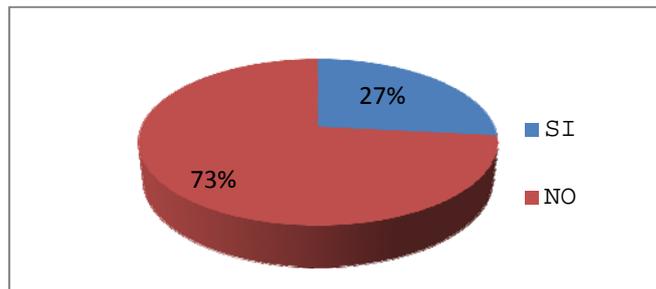


Gráfico N° 8: Pregunta 7
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

Interpretación: Como se puede apreciar en el gráfico el 73 % afirma que no utiliza guantes de látex, y únicamente el 27 % afirman que SI lo utiliza. Es necesaria la utilización de guantes de látex para el servicio de alimentos, y de esta manera evitar el cruce de microorganismos y por ende el contagio de enfermedades.

Pregunta 8.- ¿Utilizan el menaje adecuado de cocina?

INDICADORES	PERSONAS	%
SI	8	27
NO	22	73
TOTAL	30	100

Tabla N: 13 Pregunta 8
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

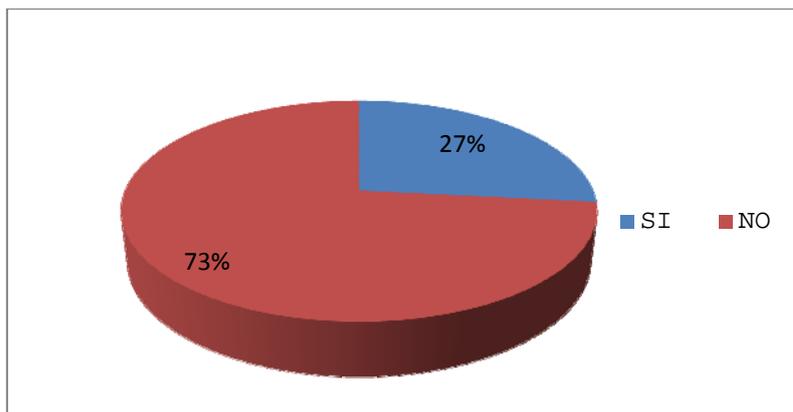


Gráfico N° 9: Pregunta 8
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

Interpretación: En un 73 % que corresponde a la mayoría de los consumidores dicen que NO utilizan el menaje adecuado para la preparación de los alimentos, y el 27 % dicen que SI lo usan. Los establecimientos de las huecas en su mayoría solo constan con los implementos básicos para poder preparar y servir los alimentos, pero no con los adecuados.

Pregunta 9.- ¿Sabe usted que el 95 % de enfermedades son producidas por los alimentos?

INDICADORES	PERSONAS	%
SI	12	40
NO	18	60
TOTAL	30	100

Tabla N: 14 Pregunta 9
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

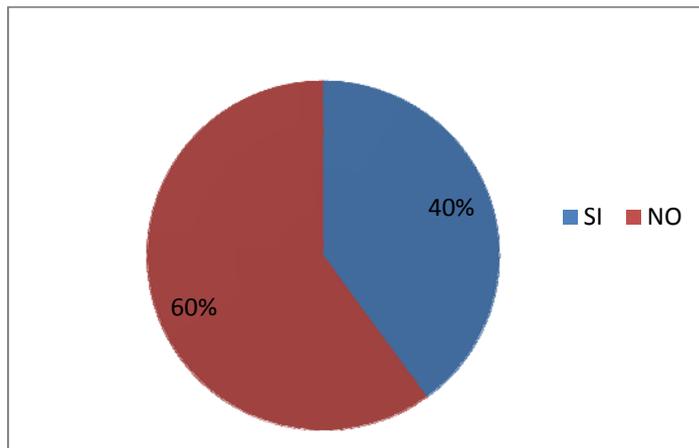


Gráfico N° 10 Pregunta 9
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

Interpretación: Como se puede apreciar, el 60 % de las personas encuestadas desconocen que la mayoría de enfermedades gastrointestinales son producidas por la falta de higiene y la mala manipulación de alimentos, y el 40 % SI lo saben.

Pregunta 10.- ¿Existe implementos adecuados para lavarse las manos de los clientes en los baños?

INDICADORES	PERSONAS	%
SI	8	27
NO	22	73
TOTAL	30	100

Tabla N: 15 Pregunta 10
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

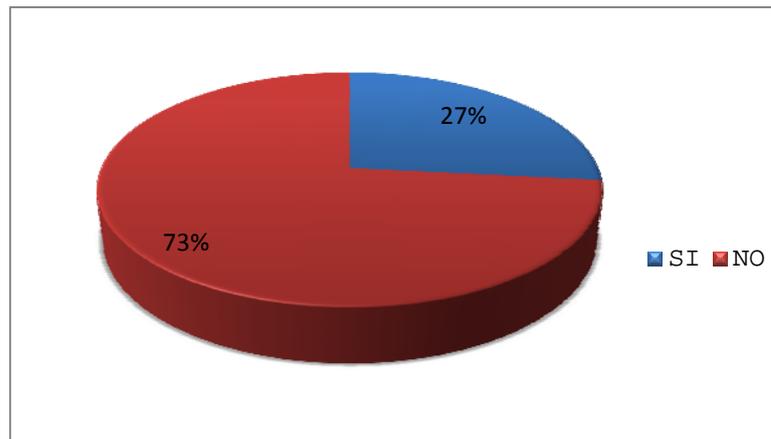


Gráfico N° 11: Pregunta 10
Elaborado por: Danilo Pauta 29/07/2013

Interpretación: Se observa que el 73 % indican que no tienen los implementos necesarios para el lavado de manos esto refleja la despreocupación de los propietarios por mantener presentable el establecimiento y el 27 % nos indican que SI tienen los implementos necesarios.

4.2. ANÁLISIS DE RESULTADOS

El sondeo fue aplicado a 390 personas que concurren o que visitan las huecas ubicadas en el sector del Norte centro de Quito desde el sector del Inca, por el Norte hasta Carcelén, por el Oriente hasta la Bota, y por el Occidente hasta San Carlos dando como resultado positivo que la gran mayoría de personas conocen y divulgan los pescados de La Bota.

Las encuestas se aplicaron a 30 personas que visitaron las huecas en diferentes días y horarios, evidenciando diferentes resultados, algunos positivos y otros negativos, pero en la gran mayoría tienen aspectos negativos en especial lo relacionado a la higiene y manipulación de alimentos, ya que las personas que laboran en dichos lugares son los propietarios y ellos preparan los alimentos de manera empírica.

4.3. CONCLUSIONES

- El personal de las huecas no cuentan con una correcta preparación en cuanto a la manipulación de alimentos.
- El personal que trabaja en las huecas no se encuentran correctamente informados en relación a que productos/utensilios deben ser utilizados para un buen menaje de los mismos.
- El personal de las huecas no mantienen una correcta higiene, lo cual no garantiza la preparación y manipulación de los alimentos.
- Por lo anotado la investigación da como respuesta la ausencia de un manual de buenas prácticas de manufactura para las huecas.

4.4. RECOMENDACIONES

- Capacitar a las/los trabajadores de las huecas sobre adecuadas técnicas de manipulación de alimentos.
- Los propietarios de las huecas deben implementar la entrega inmediata de uniformes adecuados para el personal que manipula los alimentos.
- Incentivar a la creación de grupos para que se facilite la obtención de microcréditos empresariales por parte de instituciones financieras.
- Informar al personal de las huecas el correcto procedimiento para la preparación de los alimentos, y de esta manera satisfacer las expectativas de los consumidores, lo cual sustenta mi propuesta de buenas prácticas de manufactura.
- El manual ilustrativo permitirá a las personas que trabajan en las huecas a mejorar las técnicas de preparación e higiene de alimentos, con el propósito de evitar contaminación en los alimentos, y a la vez evitar enfermedades.

QUINTA PARTE: PROPUESTA

5.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA

Manual de Buenas Prácticas de Manufactura orientado a las Huecas del sector Norte centro de Quito desde el sector del Inca, por el Norte hasta Carcelén, por el Oriente hasta la Bota, y por el Occidente hasta San Carlos.

5.2. JUSTIFICACIÓN

La propuesta del presente manual se sustenta en lo cuanto permite a los propietarios de las huecas disponer de información sobre la manipulación de los alimentos y sus normas aplicativas, lo cual permitirá que estos micro negocios ofertan platos típicos de calidad cumpliendo normas de higiene y como principales beneficiarios serán los consumidores al disponer de alimentos con salud y justos precios.

También esta propuesta se justifica porque constituye una buena guía para todos los dueños de los micros negocios denominados huecas así como para el

personal encargado del proceso de elaboración de los alimentos.

Aunque la propuesta en su inicio está direccionada al sector norte centro de Quito, este manual constituye un referente tipo piloto para que el resto de huecas del Cantón Quito lo usen en su propio beneficio y con relevancia a los consumidores de alimentos.

5.3. IMPACTO

Considerando que la propuesta del presente manual se sustenta en la manipulación de alimentos y normas aplicativas; el impacto se evidencia en las siguientes variables:

- **DUEÑOS DE LAS HUECAS:** El impacto en esta variable es favorable por cuanto los dueños de las huecas contarán con información ilustrativa de fácil comprensión y entendimiento que ayudará que el proceso de producción de alimentos cumplan con las normas de higiene establecidas.
- **CONSUMIDORES O BENEFICIARIOS:** Sin lugar a duda el impacto a los consumidores es favorable por cuanto los alimentos ofertados por los micro negocios denominados huecas cumplen las normas de calidad e

higiene asegurando una buena salud y optimización de costos por posibles enfermedades por alimentos contaminado

- **EL SECTOR DE LAS HUECAS:** El sector como tal que hasta el momento viene cumpliendo con su actividad de producción de alimentos tendrá un crecimiento beneficiados por poner en práctica el manual propuesto ya que el mercado de consumidores se incrementará por efecto de la buena publicidad dentro de sus propios beneficiarios.
- **EMPLEO:** Sin lugar a duda al crecer el mercado de consumidores crecen los negocios de las huecas y consecuentemente se incrementarán más plazas de trabajo contribuyendo de manera favorable al índice de desempleo que actualmente se administra en el país.

5.4. OBJETIVOS

5.4.1. GENERAL

- Elaborar el manual de buenas prácticas de manufactura; resaltando la manipulación de alimentos y normas aplicativas; para beneficio de las huecas del norte centro de Quito.

5.4.2. ESPECÍFICOS

- Describir la manipulación de alimentos; mediante la ilustración en un folleto; para que el servicio sea de calidad en beneficio del consumidor
- Presentar las normas aplicativas; mediante ilustración practica de alimentos de uso normal alterado y contaminado; para asegurar la salud del consumidor y el buen prestigio de las huecas.

5.5. UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA

El folleto se lo aplicara en el sector norte centro de Quito comprendiendo desde el sector del Inca hasta el sector de la Bota al Oriente de Quito.

5.6. VIABILIDAD

La propuesta de este manual es viable porque se sustenta en investigaciones realizadas por el Instituto Superior Tecnológico de Turismo y Hotelería ITHI, donde se evidencia el problema que debe ser investigado por los futuros profesionales para beneficio de los negocios de los platos típico; así mismo permite poner

en práctica los conocimientos adquiridos por los egresado en el instituto ya mencionado; Y en base a los objetivos de la institución educativa que se refiere con la vinculación colectividad esta propuesta constituye un aporte para los propietarios denominados huecas ya que con esto mejoraran notablemente la calidad de sus servicios lo que hará que estos negocios crezcan y generen más plazas de trabajo en beneficio de los desempleados.

5.7. PLAN DE EJECUCIÓN

ACTIVIDADES	MES 1				MES 2				MES 3				MES 4			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
PROPUESTA	■	■	■													
PLAN DE EJECUCIÓN				■	■	■										
CAPACITARLOS							■	■	■	■						
EJECUCIÓN Y EVALUAR											■	■	■	■		
RESULTADOS															■	■

Elaborar un Manual de Buenas Prácticas de Manufactura o Manipulación el cual está diseñado para guiar a las huecas del sector centro Norte de Quito comprendiendo desde el sector del Inca, por el norte hasta Carcelén por el Oriente hasta la Bota y por el Occidente hasta San Carlos nos darán unas pautas la cual concretas que

le permitan reflexionar sobre el desarrollo de su trabajo cotidiano, este manual es ilustrativo para enriquecer de múltiples formas los puntos de vista a los dueños y empleados de las huecas, contemplando los posibles aportes para el futuro del establecimiento y de los consumidores, ahorrando gastos consumiendo lo necesario y garantizando la buena manipulación de los alimentos.

Para la técnica adecuada de cocción y presentación, llamado arte culinario, generalmente se requiere la selección, medición y combinación de ingredientes en un proceso ordenado para lograr el resultado deseado. Todo esto es un conjunto de condiciones que estarán en estrecha relación con la variedad de los ingredientes, características ambientales, herramientas y por supuesto, la destreza de la cocinera.

5.7.1. BUENAS PRÁCTICAS DE MANUFACTURA

Son los principios básicos y prácticas generales de higiene en la manipulación, envasado, almacenamiento, transporte y distribución de alimentos para consumo humano, con el objeto de garantizar que los productos

se fabriquen en condiciones sanitarias adecuadas y se disminuyan los riesgos inherentes a la producción.

5.7.2. MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

Se entiende por "manipulador de alimentos", aquella persona por su actividad laboral entra en contacto con los alimentos durante cualquiera de las etapas de adquisición, producción, transformación y distribución, siendo excluidas las actividades ligadas a la producción primaria.

La contaminación de los alimentos es la presencia de materias anormales en un alimento, como pueden ser biológicas, físicas, químicas que sea parte del proceso de elaboración del alimento para ser consumido por la gente.

El problema más importante con el que nos podemos encontrar durante la preparación y manipulación de los alimentos es el de la contaminación cruzada, que se multiplican las bacterias de una manera inmediata.

5.7.3. CONTAMINANTES BIOLÓGICOS

A la contaminación de alimentos se la designa con las siglas ETA que quiere decir Enfermedad Transmitida por Alimentos. Este tipo de enfermedades es ocasionado cuando existe la presencia de microorganismos patógenos en los alimentos y en particular en las plantas de hojas verdes y productos con una deficiente higiene.

La contaminación por alimentos ocurre en las áreas de producción; pues en la mayoría de los casos por mal manejo de tiempo y temperatura; esto quiere decir que los alimentos que permanecen por más de cuatro horas entre 5° C y 60° C (42° F a 140° F) son alimentos potencialmente peligrosos.

- Productos lácteos y sus derivados.
- Productos cárnicos y sus derivados.
- Arroz cocido.

Las bacterias son seres vivos con funciones fisiológicas similares a las del ser humano y necesitan de alimento, humedad y temperatura adecuada para sobrevivir y reproducirse; esto quiere decir que donde hay alimentos crudos o preparados que poseen algo de humedad, allí se generan bacterias.

5.7.4. TABLA DE ENFERMEDADES PRODUCIDAS POR ALIMENTOS

ORGANISMO	NOMBRE DE LA ENFERMEDAD	PERIODO DE INCUBACIÓN	SÍNTOMAS
Bacillus cereus	Por consumo de alimentos con <i>B. cereus</i>	De 10 a 16 horas	Calambres abdominales, diarrea, náuseas.
Clostridium botulinum y perfringens	Botulismo e intoxicación de alimentos	De 12 a 72 y 8 a 16 horas	Vómitos, diarrea, visión borrosa, dificultad para tragar, debilidad muscular.
Cryptosporidium	Criptosporidiasis intestinal	De 2 a 10 días	Diarrea, calambres estomacales, malestar estomacal, fiebre leve.
Cyclospora cayentanensis	Ciclosporiasis	De 1 a 14 días,	Diarrea, pérdida de peso, calambres estomacales, náuseas, vómitos, fatiga
E. coli O157:H7	Colitis hemorrágica	De 1 a 8 días	Diarrea aguda, dolores abdominales vómitos.
Hepatitis A	Hepatitis	28 días en promedio	Diarrea, falta de apetito.
Listeria monocytogenes	Listeriosis	De 9 a 48 horas	Fiebre, dolores musculares
Salmonella	Salmonelosis	De 6 a 48 horas	Diarrea, fiebre, vómitos
Shigella	Shigelosis o disentería bacilar	De 4 a 7 días	Calambres abdominales, fiebre y diarrea.
Staphylococcus aureus	Envenenamiento por consumo de alimentos con estafilococos	De 1 a 6 horas	Inicio repentino de náuseas y vómitos severos. Calambres abdominales.
Vibrio parahaemolyticus	Infección por <i>V. parahaemolyticus</i>	De 4 a 96 horas	Diarrea, calambres abdominales, náuseas, vómitos, fiebre.

Tabla N: 16

Fuente: Centro de Seguridad de Alimentos y Nutrición Aplicada de la Administración de Medicamentos y Alimentos de los EE. UU.

5.7.5. CONTAMINANTES QUÍMICOS

También podemos encontrar cierto tipo de sustancias químicas y/o naturales (biológicas) que su presencia en los alimentos en cantidades no aceptables, podrían ocasionar graves problemas de digestión y hasta la muerte.

Estas sustancias puede ser: detergentes, disolventes, jabones, etc. La mala utilización de estos productos, la cercanía con alimentos en la bodega, los residuos de estos en recipientes contenedores de alimentos, podrían ser una causa de contaminación por químicos. Estos químicos ingresan en el organismo y ocasionan a corto plazo: vómitos, diarreas, fiebre, malestar del cuerpo, cansancio. A largo y mediano plazo se depositan en el organismo y a través de las heces fecales son eliminados por varios días, por lo tanto en mecanismo de contagio altamente peligroso es vía fecal-oral, frente a ello el lavado de manos deben ser estricto.

5.7.6. CONTAMINANTES FÍSICOS

En el caso de los contaminantes físicos se puede mencionar una serie de objetos o residuos de ellos que se adhieren a la superficie de tablas trincheras, cuchillos, envoltorios de alimentos procesados, recipientes, etc. Estos pueden ser astillas de madera, residuos de plástico de fundas para empacar el producto, limaduras de hierro que no fueron desechadas después de afilar el cuchillo, trozos o astillas de vidrio de un frasco que al destapar se astilla, residuos de corcho al destapar una botella de vino o de champagne, hilos, cabello, cáscaras de hortalizas o frutas, insectos muertos, o cualquier otro tipo de objeto extraño o no comestible. Estos podrían causar atragantamientos, vómitos, indigestión y hasta una intoxicación.

Los alimentos pueden contaminarse por tan sólo cuatro razones y estas son.

1. Falta de aseo personal.
2. Mal manejo de tiempo y temperatura.
3. Alimentos mal lavados o mal cocidos.
4. Contaminación cruzada.

Falta de aseo personal es una de las causas más importantes de contaminación; puesto que el ser humano es portador de una gran cantidad de microorganismo.

5.7.7. CONTAMINACIÓN CRUZADA

Proceso por el que las bacterias de un área son trasladadas, generalmente por un manipulador alimentario, a otra área antes limpia, de manera que infecta alimentos o superficies. Los casos más peligrosos de contaminación cruzada se dan cuando un manipulador alimentario pasa de manejar alimentos crudos a manipular alimentos ya cocidos sin lavarse las manos entre ambas fases.

5.7.8. PERFIL DEL COCINERO

Un cocinero debe mantener una buena presentación, ser puntual, honrado, amable, creativo para preparar alimentos sanos y nutritivos, de manera organizada con disciplina de trabajo y en un ambiente apto para evitar la contaminación de estos.

El personal que labora en el departamento de Alimentos y Bebidas debe tener ciertas cualidades físicas, que no están estrechamente relacionadas con la

belleza física de quien labora en una cocina o sirve una mesa; se trata más bien de la resistencia a largas jornadas de trabajo que debe tener el personal que labora en esta área; puesto que el trabajo se lo hace siempre de pie, el personal estará sujeto a cambios de temperatura del calor al frío.

La buena memoria que debe tener el personal para recordar todos los platos que presenta la carta y los ingredientes que conforman cada una de ellas.

Otra de las cualidades intelectuales del personal de cocina y servicio es la facilidad de aprender idiomas o si nuestra propuesta es hacer algo de cocina ecuatoriana, es preciso, que aprendamos algo de nuestras raíces quichuas; puesto que en la culinaria andina, usamos muchos términos de nuestras preparaciones que usaban nuestros antepasados como: chicha yaguarlocro, chugchucara, machica, tripa mishque, etc. No sólo hay que saber preparar; sino también saber cuál es la razón para que nuestros antepasados le hayan dado ese nombre.

5.7.9 MÉTODOS DE CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS

Todo producto natural o artificial, elaborado o no, que ingerido aporta al organismo humano los nutrientes y la energía necesarios para el desarrollo de los procesos biológicos. Quedan incluidas en la presente definición las bebidas no alcohólicas, y aquellas sustancias con que se sazonan algunos comestibles y que se conocen con el nombre genérico de especia.

Conservar los alimentos consiste en bloquear la acción de los agentes (microorganismos o enzimas) que puede alterar sus características organolépticas de los alimentos (textura, color, olor y sabor), estos agentes pueden ser ajenos a los alimentos (microorganismos del entorno como bacterias, mohos y levaduras) o estar en su interior, como las enzimas naturales presentes en ellos.

5.7.10. ALIMENTO PERECEDERO

El alimento que, en razón de su composición, características físico-químicas y biológicas, pueda experimentar alteración de diversa naturaleza en un tiempo determinado y que, por lo tanto, exige

condiciones especiales de proceso, conservación, almacenamiento, transporte y expendio, Ejemplo: Productos lácteos. Carnes, aves, pescado, carnes frías (embutidos), frutas y verduras, alimentos preparados.

5.7.11. ALIMENTO NO PERECEDERO

Aquel alimento que puede almacenarse con seguridad durante largos periodos de más de 6 meses a temperatura ambiente, Ejemplo: azúcar, harina, pastas, arroz, enlatados, la vida útil de estos alimentos depende mucho del tipo y condiciones del envase, del lugar y el control de la temperatura.

5.7.12. CARACTERÍSTICAS ORGANOLÉPTICAS DE LOS ALIMENTOS

CARNE

Características	Aceptar	Rechazar
COLOR	Res: Rojo brillante Cordero: rojo Puerco: Rosa pálido Grasa: Blanca	Verdoso o café oscuro Descolorida Grasa amarillenta
TEXTURA	Firme, elástica y ligeramente húmeda	Superficie viscosa o pegajosa al tacto
OLOR	Ligero característico	Mal olor - fuerte
TEMPERATURA	Refrigerada: - 2° C Congelada: a - 18 ° C	A más de 18° C y con signos de descongelación

Tabla N: 17

Fuente: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

PESCADO

Características	Aceptar	Rechazar
APARIENCIA	Agallas rojo brillante y húmedo	Agallas grises o verdosas
TEXTURA	Al oprimir el pescado, la marca de los dedos no queda en el cuerpo	Carne blanda, flácida. Se marca al hundir el dedo en el cuerpo
OLOR	Sin presencia de olor fuerte	Agrio.
TEMPERATURA	Fresco: de 0 a 2° C como máximo Congelado: a - 18 ° C o menos	Sin refrigerar y más de 2° C. A más de - 18° C o con signos de descongelación.
ENTREGA	Empaque limpio y entero	Signo de descongelación, con grandes trozos de hielo

Tabla N: 18

Fuente: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

AVE

Características	Aceptar	Rechazar
APARIENCIA	Carne blanca sin decoloración, blanca amarillento ha ligeramente rosado.	Carne grisácea, verdosa o amoratada, con manchas y diferencias de color.
TEXTURA	Firmes, húmeda sin hemorragias. Compruebe que las patas sean flexibles.	Pegajosas bajo las alas o entre la piel y la carne Los pollos congelados que presenten "quemaduras" en la piel.
TEMPERATURA	Fresco: de 0 a 2° C como o menos	Sin refrigerar y más de 2° C.
ENTREGA	Limpias y paquetes íntegros	Paquetes con rasgaduras.

Tabla N: 19

Fuente: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

FRUTAS

ACEPTAR	RECHAZAR
Las que se hallan en estado de maduración completa, con aroma y color propio de cada especie	Las que tienen parásitos, mohos, insectos o larvas. Las machucadas, golpeadas y con su cáscara o piel rasgada Las que están excesivamente maduras

Tabla N: 20

Fuente: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

VERDURAS

PRODUCTO	CARACTERÍSTICAS	ACEPTAR	RECHAZAR
Las Verduras frescas hojas verdes	Las hojas no deben presentar manchas quebraduras no decoloraciones deben emitir su aroma característico y al tocarlas se las debe sentir firmes y turgentes	Libres de fertilizantes y plaguicidas, las que conservan la humedad exterior propia	Las que presentan manchas, hojas quebradas o decoloradas parásitos insectos, larvas o con exceso de tierra

Tabla N: 21

Fuente: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

CEREALES

ACEPTAR	RECHAZAR
Los que presentan la coloración características de cada especie. Los que estén libres de fertilizantes o plaguicidas	Las que tienen tierra o elementos extraños. Los que tienen insectos, parásitos y hongos. Las que presentan humedad. Los que fueron dañados por medios mecánicos al recogerlos o encajonarlos.

Tabla N: 22

Fuente: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

LÁCTEOS

PRODUCTO	CARACTERÍSTICAS	ACEPTAR	RECHAZAR
Leche Fresca	Aspecto líquido homogéneo de color marfil, olor agradable	Leche pasteurizada recipientes o envases originales	Envases perforados no originales
Queso	Olor característico de acuerdo con el tipo de queso: echo con leche pasteurizada	Los quesos blandos presentan un color blanco amarillento uniforme,	Olores extraños, rancios, con partículas o moho en la cáscara.
Mantequilla	Debe encontrarse en la envoltura específica en su envase original	La que esté elabora con la leche pasteurizada	En su envase original o envoltura perforada

Tabla N: 23

Fuente: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

HUEVOS

CARACTERÍSTICAS	ACEPTAR	RECHAZAR
Cáscara	Limpias y enteras	Quebradas, manchadas con excrementos
Peso	Debe sentirse lleno y pesado	Si al agitado da sensación de tener algún vacío y parece más liviano de lo normal
Yema	Si se ubica en el centro de la clara y luce compacta	Cuando tiende a separarse a o se ubica en un costado
Clara	Si esta completada	Cuando se ve aguada

Tabla N: 24

Fuente: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

5.7.13. NORMAS DE MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

Las personas que manipulan alimentos deben portar su carne de salud, el mismo que se lo renueva cada año. Es preciso obtener muestras de orina, heces fecales, sangre y la primera vez.

El manipulador deberá tomar las siguientes precauciones al momento de entrar a la cocina.

- Baño diario.
- Cambio de ropa diariamente, el uniforme de cocina limpio, completo y ordenado.
- Mantener el cabello totalmente recogido.
- Lavarse las manos antes y después de usar el baño, después de tocarse la piel, cabello, uniforme,

luego de toser o estornudar, luego de tocar el dinero.

- Mantener el basurero permanentemente con su tapa.
- No usar pulseras, brazaletes, reloj, anillos, aretes u otro tipo de adorno o accesorio.
- No usar ningún tipo de maquillaje ni perfumes en la zona de producción.
- Llevar las uñas cortas limpias y sin pintar.
- Si los alimentos que estamos preparando se servirán crudos, es preciso usar guantes para evitar contaminar los alimentos.
- Lavar todas las hortalizas y frutas antes de prepararlas.
- Lavar y desinfectar el área de trabajo antes, durante y después de realizado el trabajo.
- Al almacenar los alimentos, debemos mantenerlos distantes de la bodega de suministros de aseo, desinfectantes o cualquier químico.
- Es importante proteger con papel film o un recipiente hermético cualquier alimento que se guarde en refrigeración o en congelación.
- Todo alimento que se conserve deberá estar perfectamente etiquetado; señalando cantidad, que es y cuál es su tiempo de vida útil.

- Mantener todos los alimentos fuera de la zona de peligro (5 °C a 60 ° C) por más de cuatro horas.
- No mezclar alimentos crudos con alimentos cocidos
- Descongelar los alimentos en refrigeración y no a temperatura ambiente.
- Usar una tabla de diferente color para diferenciar el tipo de trabajo que se realiza; así: celeste para pescados y mariscos, marrón para carne cocida, roja para carne cruda, verde para hortalizas, blanca para pan y bollería y amarilla para aves; en caso de no tener los otros colores la tabla blanca es conveniente, teniendo en cuenta que es importante que existan algunas de ellas diferenciadas para no confundir.

5.7.14. CORRECTO USO DEL UNIFORME

El uniforme del cocinero, debe ser: limpio, completo y ordenado; y con más razón con el uniforme de una mujer, pues dice mucho sobre nuestra personalidad y nuestra forma de ver la vida. Cada una de las piezas tiene una o más funciones que cumplir; y ninguna de estas está relacionada con la estética; la importancia de las piezas radica en las siguientes razones.

5.7.15. TOCA

Evita la caída de pelo y del sudor, protege la cabeza de la grasa ambiental que se encuentra en la cocina, hay de varios modelos, safari, hongo, cofia o la toca desechable con pliegues para él o la jefe de cocina. Es importante tener en cuenta que cada una de las piezas de uniforme que usa el cocinero; está de acuerdo a su jerarquía.

5.7.16. PICO

Sirve para recoger el sudor que desciende del cuello, existen algunos colores de pico que usan los jefes de cocina, pero sólo cuando el trabajo que realizan es en cocina creativa, fusión o similar.

5.7.17. CHAQUETA

Con doble botonadura; el refuerzo de tela en la parte frontal del tórax es precisamente para proteger los órganos vitales que están en esta zona, las mangas largas sirven para proteger los brazos del cocinero cuando está trabajando con frituras, en el brazo izquierdo debe haber 2 a 3 bolsillos.

5.7.18. PANTALÓN

La tela algodón utilizada para la confección de esta prenda se la llama mil cuadros, aunque existe una de cuadros aún más pequeños llamada dos mil cuadros, en todo caso este es el uniforme universal del cocinero, siendo un diseño diferente para el jefe de cocina. El Chef es el único que está autorizado en usar pantalón negro, o el pantalón negro rayado en gris que son distintivos de jerarquía.

El material del que está confeccionado el pantalón debe tener un alto porcentaje de algodón para evitar accidentes; es decir una tela que tiene un porcentaje considerable de poliéster, es sumamente peligroso, pues se puede encender con mucha facilidad y producir quemaduras graves.

5.7.19. DELANTAL

Esta pieza es de color blanco para el cocinero común, en el caso del jefe de cocina, si desea usa de color negro, el largo suele ser sobre la rodilla, aunque hay algunos modelos que llegan unos ocho centímetros bajo la rodilla, es decir son bastante largos, pero este es más bien a gusto del cocinero.

5.7.20. LITO#

Llamado también limpión, esta pieza debe ser de algodón tratado para evitar dejar pelusas. El lito no se debe usar para limpiar platos; puesto que ensucian y contaminan los bordes a partir del segundo plato que se intenta limpiar.

5.7.21. EL CALZADO

Debe ser cómodo, con suela antideslizante, de color negro, con el empeine alto para proteger el pie y de ser posible se recomienda el uso de suecos ya que la ausencia de talón permite que el pie esté ventilado permanentemente.

5.7.22. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE AMBIENTES FÍSICOS

1: Contribuye a la seguridad y calidad de los alimentos, ya que donde no hay suciedad ni microorganismo, se pueden lograr mejores productos.

2: El consumidor percibe y valora la higiene del local, sus instalaciones, la vajilla y los utensilios.

3: Mejora el ambiente laboral, previniendo la formación de olores desagradables y la aparición de insectos y roedores.

Limpiar es retirar la suciedad visible adherida a las superficies, equipos utensilios, para la limpieza, igual que para la higiene personal y la preparación de alimentos, es fundamental utilizar agua potable o hervida o agua que contenga 5 gotas de cloro por litro de agua.

La desinfección se lo hará a través del uso de desinfectantes para destruir el microorganismo, y sus formas resistentes.

5.7.23. MÉTODOS DE LIMPIEZA

Para desinfectar se aplican productos especiales como soluciones de hipoclorito de sodio, compuesto con amoníaco y otros concentrados, que deben usarse en la forma recomendada por el fabricante, estos productos deben manejarse con extremos cuidado por el grado de toxicidad que tienen.

Para desinfectar también se utiliza el calor, mediante la aplicación de aire caliente, agua hirviendo o vapor sobre las superficies y utensilios, siempre con

la precaución de no dejar gotas o charcos de agua y secarlos inmediatamente, para evitar la proliferación de microorganismo.

Todos los sectores de la cocina deben limpiarse y desinfectarse, es necesario recorrer la cocina para saber todo lo que hay y los sectores o equipos que requieren el mismo procedimiento de limpieza.

- Eliminar los restos de comida de mesas y desinfectar antes de las servir las comidas.
- Limpiar periódicamente la nevera, cualquier resto, limpiar las paredes y estantes con agua caliente. Utilizar toallas de papel para limpiar restos o salpicaduras, limpiar y desinfectar cajones y bandejas de la nevera, fregaderos, desagües limpios y desinfectados.
- Limpiar y desinfectar periódicamente el tarro de la basura, utilizar un tarro con tapa de este modo se evitará las infecciones provocadas por la presencia de insectos o ratas.

Pre- limpieza	Eliminar la suciedad gruesa (resto de alimentos) mediante raspado, frotado o pre enjuagado
Limpieza Principal	Aplicar el detergente para desprender la suciedad de las superficies utilizando agua a la temperatura indicada
Enjuague	Arrastrar la suciedad desprendida y la solución de detergente.
Desinfección	Destruir los microorganismos por medio de un desinfectante
Enjuague final	Eliminar los restos del desinfectante
Secado	Eliminar la humedad esto es conveniente hacerlo en forma espontánea, al aire, eventualmente con paños descartables

Tabla N: 25

Fuente: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

Todos los productos químicos y de limpieza como: detergentes, deberán ser almacenados en un lugar diferente al de los alimentos y deben estar tapados, etiquetados y bien identificados en sus recipientes originales.

5.7.24. AGUA Y TEMPERATURA

Para quitar la grasa de los recipientes o utensilios la temperatura del agua requerida para eliminar la grasa es la siguiente.

37 ° C para las grasas lácteas.

40 ° C para las grasas de ave.

45 ° C para las grasas de cerdo.

50 ° C para las grasas vacunos.

5.7.25. MANEJO DE RESIDUOS

El manejo adecuado de los residuos no solamente favorece la erradicación de las plagas, sino que también limita la proliferación de microorganismo, pero para esto hay que cumplir algunas condiciones:

- Los tachos de basura deben ser resistentes y lavables, con tapa y de lo posible que sean accionados con los pies.
- Se debe colocar bolsas plásticas o fundas dentro del recipiente para facilitar el manejo de la basura.
- Se debe evitar que los tachos del área de preparación se llene para evitar la acumulación de la basura y que no se caiga del tacho.
- Se debe sacar periódicamente la basura a contenedores extremos hacia doble nudo para que no se abra.
- La limpieza y la desinfección de las áreas donde se encuentran los recipientes y los contenedores para evitar malos olores, contaminación y plagas.

5.7.26. CONTROL DE PLAGAS

Podemos definir una plaga como: El aumento de la población de animales indeseables hasta niveles que los hagan perjudiciales para la salud.

Los insectos y los roedores suponen un grave riesgo para la salud, y por lo tanto debemos controlar sus poblaciones para evitar la presencia de plagas en nuestros establecimientos, las plagas se agrupan en dos clases y se detectan por los rastros que van dejando a su paso.

5.7.27. MATERIALES ÓPTIMOS PARA FABRICACIÓN DE MENAJE DE COCINA

Hoy en día la industria y la tecnología han desarrollado los más variados materiales que hace unos pocos años atrás eran desconocidos; tal es el caso del acero quirúrgico, el aluminio quirúrgico, acrílico, y otros tradicionales como teflón, cerámica, barro tratado, madera, aluminio, acero inoxidable, vidrio refractario, plástico virgen y plástico reciclado; hierro enlozado, etc.

5.7.28. VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE ALGUNOS MATERIALES

ACERO INOXIDABLE

Ventajas	Desventajas
Liviano	Medianamente costoso
Medianamente buen conductor del calor	
No es tóxico	

Tabla N: 26

Elaborado por: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

ACERO QUIRÚRGICO

Ventajas	Desventajas
buen conductor de calor	pesado
cuece rápido	Muy costoso
No contamina, olor ni sabor	
Se puede dejar enfriar en el mismo recipiente	

Tabla N: 27

Elaborado por: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

ALUMINIO

Ventajas	Desventajas
Liviano	Se oxida
Barato	Es tóxico
Buen conductor del calor	Contamina sabor y color de alimentos

Tabla N: 28

Elaborado por: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

MADERA

Ventajas	Desventajas
Bajo precio	Se astilla
	Se apolilla
	Se pudre
	Es antigénico

Tabla N: 29

Elaborado por: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

CERÁMICA

Ventajas	Desventajas
Elegante	Costoso
Resiste el calor	Se rompe con facilidad
Resiste baja temperatura	
Buen conductor de calor	

Tabla N: 30

Elaborado por: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

TEFLÓN

Ventajas	Desventajas
No adherente	No es barato
Liviano	Si está nuevo no contamina
Cuando se desgasta contamina los alimentos	Es delicado

Tabla N: 31

Elaborado por: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

PÍREX

Ventajas	Desventajas
Buena presentación	No resiste cambios de temperatura
No es costoso	Es delicado
Se puede congelar	
Se puede refrigerar	
No contamina	

Tabla N: 32

Elaborado por: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

VIDRIO

Ventajas	Desventajas
Buena presentación	Delicado
no contamina si no tiene diseños labrados	No resiste calor
	No resiste frío
	Puede ser costoso dependiendo su calidad

Tabla N: 33

Elaborado por: SENDON I. en su manual de Higiene y Manipulación de Alimentos.

5.7.29. CLASIFICACIÓN DEL MENAJE DE COCINA

El menaje de cocina se refiere a todos los utensilios y maquinaria que sirven para el desempeño de las distintas actividades que se realizan en la cocina; así tenemos el siguiente equipo:

5.7.30. MAQUINARÍA

Se considera como máquina, todo equipo utilizado en la cocina para la producción de alimentos, que funciona con algún tipo de combustible o con electricidad; estas pueden ser máquinas grandes o pequeñas que se subdividen en: maquinaria generadora de fuerza como la batidora, licuadora, amasadora, laminadora, molino de carne, molino de granos, peladora de papas, cierra eléctrica, trituradora, maquina generadora de frio como los Armarios, frigoríficos, cámara de refrigeración, cámara de congelación, enfriador de botellas, máquina de hielo, exhibidor de botellas, maquinaria generadora de calor entre ellas el horno, sartén basculante, freidora, plancha, parrilla, microondas, mesa caliente, o calienta platos, baño maría, etc.

5.7.31. ILUMINACIÓN

Debe ser suficiente, focos fluorescentes resistentes al vapor con pantallas protectoras, la iluminación se ubicará de forma tal que las persona que trabajan en dichas áreas no proyecten su sombra sobre el lugar de trabajo.

En las barras o en aquellas áreas donde se utilizan luces discretas debe haber otra iluminación que permita limpiar con facilidad, la iluminación en lámparas suspendidas, deben aislarse con protectores que eviten la contaminación de los alimentos.

5.7.32. EXTRACCIÓN - VENTILACIÓN

El objeto principal de esta instalación es lograr la extracción del vapor y humo que produce el funcionamiento de la cocina.

Unidades filtrantes: Son los elementos desmontables de los equipos de filtros y están especialmente diseñados para la eliminación de grasa deben ser de forma de laberintos.

Debe proveerse una ventilación suficiente para evitar el calor acumulado excesivo, la condensación del

vapor, el polvo y, para eliminar el aire contaminado, se evitara que las corrientes de aire arrastren la contaminación hacia el área de preparación de alimentos.

Se debe colocar una campana extractora sobre los aparatos de cocción, de tamaño suficiente para eliminar eficazmente los vapores de la cocción.

5.7.33. SUELOS, PAREDES, PUERTAS, VENTANAS Y MESAS DE TRABAJO

Los suelos deben realizarse con materiales lisos impermeables, no absorbentes, lavables y antideslizantes, no deben tener grietas y serán fáciles de limpiar y desinfectar, los acabados aceptables son por ejemplo los suelos extrafuertes.

La cerámica con las juntas selladas y con una terminación resistente a los resbalones, o de un material epoxi, con buena resistencia a los resbalones.

Las paredes deberán ser lisas, fáciles de limpiar y en buen estado, deben ser de azulejos blancos o claros favoreciendo la iluminación de buena calidad y que cubran desde el suelo hasta el techo.

Las puertas deben ser de vaivén y ventanas deben estar en buenas condiciones para que puedan limpiarse eficazmente, hay que colocar tela metálica en las ventanas para evitar la entrada de insectos voladores, las ventanas y otras aberturas deben construirse de manera que se evite la acumulación de suciedad, también deben desmontarse fácilmente para su limpieza y buena conservación, en las puertas deben colocarse placas de protección contra el roce con los pies.

Todos los accesorios deben ser fáciles de limpiar, se puede utilizar acero inoxidable, no se puede utilizar madera pintada.

- Patas extensibles con una de altura de la mesa de 90 cm, mesas de trabajo impermeables fáciles de limpiar.
- Las estanterías de acero inoxidable apto para la manipulación de alimentos.
- Deben ser lo suficientemente grande que permita la adecuada manipulación de los alimentos crudos y preparados.

5.7.34. FACILIDADES PARA EL LAVADO

- Retirar primero los residuos de comidas.

- Utilizar agua potable caliente o fría y detergente.
- Fregaderos para lavar únicamente alimentos y que o puedan utilizarse para ninguna otra actividad.
- La vajilla debe secarse por escurrimiento al medio ambiente de la cocina colocándola en canastillas o similares.
- Los equipos deben lavarse al final de la jornada, desarmando las partes removibles.
- Todos los lavabos deben tener agua caliente y agua fría.
- Los lavamanos deben tener dispensador de jabón líquido y de toallas para secarse las manos de un solo uso y cepillos para limpiarse las uñas.

5.7.35 NORMAS DE SEGURIDAD INDUSTRIAL EN LA PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS

Las buenas prácticas de manufactura están basadas en la protección de la persona que produce alimentos, en las condiciones que cumple el establecimiento en cuanto a la infraestructura, la protección del medio ambiente, pero sobre todo la forma en la que se procesan los alimentos para ser entregados al cliente en óptimas condiciones de higiene y calidad.

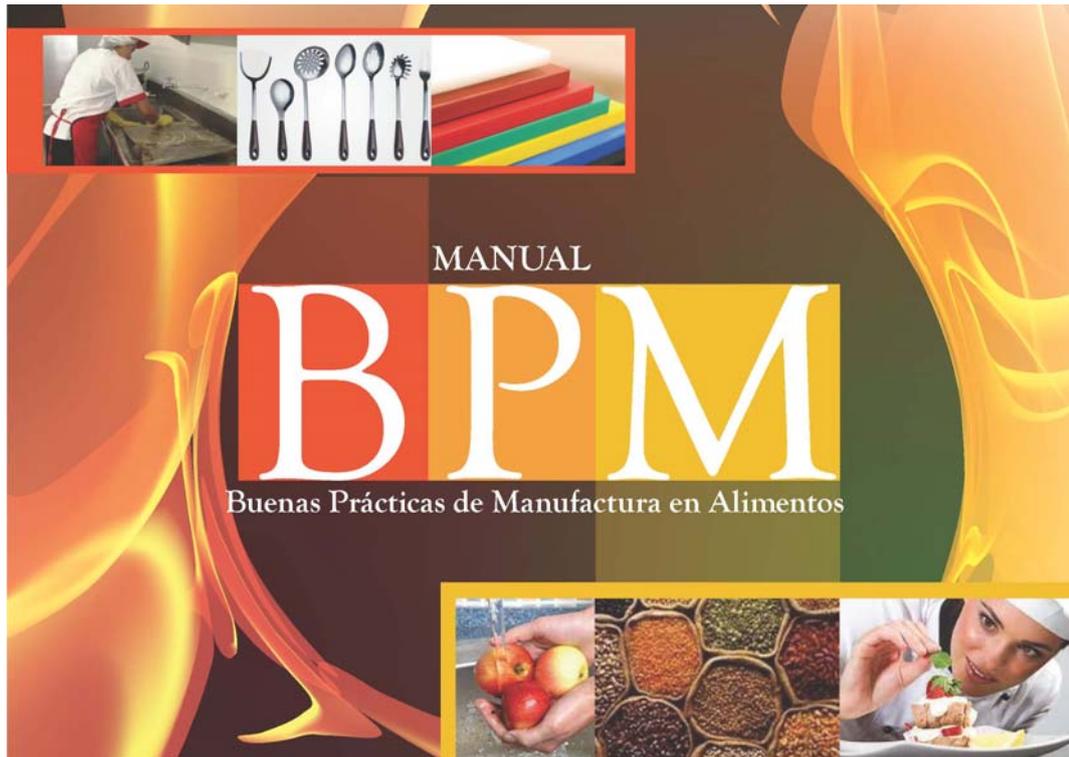
Dentro de las normas internacionales de seguridad que se requiere como espacio físico apto o que reúna las condiciones apropiadas para trabajar en un taller o zona de producción de alimentos se puede mencionar los siguientes.

1. Piso antideslizante.
2. Amplios desagües para evacuar el agua durante la limpieza de piso.
3. Paredes con esquinas redondeadas para facilitar la limpieza y evitar las telarañas.
4. Pintura lavable para facilitar la limpieza.
5. Suficiente luz artificial y de ser posible luz natural.
6. Suficiente ventilación si es necesario aire acondicionado.
7. Campana extractora de olores.
8. Perfectamente señalizadas y despejadas las salidas de emergencia.
9. Escalera de incendios fuera de la fachada del edificio para desalojo en caso de emergencia.

Una de las causas más frecuentes de accidentes es el mal uso de uniforme, herramientas y/o maquinaria de trabajo. En el caso de la cocina, con frecuencia suele

haber algunos accidentes por falta de precaución de los cocineros o por exceso de confianza de los mismos; al creer que, con los años de experiencia que tienen laborando en cocina ya nada les puede pasar; desgraciadamente, nadie está exento de un accidente por pequeño que este sea; causas o condiciones mediatas e inmediatas son motivos que conducen al trabajador a tener un evento no preparado ni meditado que produce daño material o personal, parcial o permanente.

Existen otras causas que son de tipo personal o psicológico, que pueden desencadenar en graves riesgos tanto para la salud y seguridad del personal operativo como para sus compañeros y hasta el cliente que va a consumir las preparaciones que se produzcan en la cocina en manos de un cocinero que puede tener falta de concentración por problemas de tipo sentimental, por dolencias físicas o porque la tarea que le fue encomendada no es de su agrado y no ha puesto el interés suficiente para su ejecución.



Buenas Prácticas de Manufactura en Alimentos

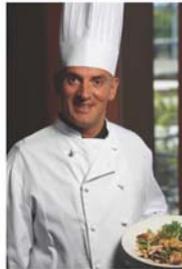
Son los principios básicos y prácticos generales de higiene en la manipulación, preparación, elaboración, almacenamiento, y distribución de alimentos para el consumo humano, con el objeto de garantizar que los productos se elaboren en condiciones sanitarias adecuadas y se disminuyan los riesgos para la salud del consumidor.

Normas de Seguridad En la Producción de Alimentos

En la protección de la persona que produce alimentos, en las condiciones que cumple el establecimiento en cuanto a la infraestructura, la protección del medio ambiente, pero sobre todo la forma en la que se procesan los alimentos para ser entregados al cliente en óptimas condiciones de higiene y calidad.



Cocinero



Creatividad
Puntualidad
Honestidad
Lealtad
Compañerismo

Áreas Condicionadas



En este sector, se agrupan aquellas áreas que su existencia es importante, pero no indispensables en las cocinas medianas y en las pequeñas son innecesarias.

ETA

E.T.A. son enfermedades transmitidas por los alimentos, se producen debido al consumo de alimentos y bebidas que han sido contaminadas en su mayoría por microorganismo

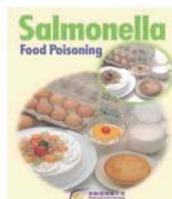


Enfermedades producidas por alimentos

Aproximadamente existen 250 tipos de enfermedades producidas por alimentos contaminados en donde los síntomas son variados y dependientes del agente etiológico, incluyen dolor abdominal, vómitos diarrea y fiebre.

Infecciones

Son enfermedades que resultan de la ingestión de alimentos que contienen microorganismos vivos perjudiciales



Intoxicaciones

Son ETA producidas por la ingestión de toxinas formadas en tejidos de plantas o animales, o de productos metabólicos de microorganismos en los alimentos



Toxi- Infecciones

Son enfermedades que resultan de la ingestión de toxinas, formadas en tejidos de plantas animales o por alimentos, que contienen microorganismos causantes de enfermedades



TERMÓMETRO



El control exacto de la temperatura durante la cocción resulta vital para garantizar la inocuidad de los alimentos

Cómo calibrar el termómetro?

Método Agua Helada
Método del Punto de Ebullición



Temperatura de los alimentos para su conservación

Comidas congeladas: < -18 ° C
Comidas refrigeradas inferior a las 24 horas: < 5° C
Comidas refrigeradas superior a las 24 horas: < 4° C
Comidas calientes: > 65 ° C

Temperaturas seguras de cocción

ALIMENTO	Temperatura mínima
Frutas y vegetales cocidos	135°F (57.2°C)
Asados de res o cerdo, filetes de res, ternera, cordero	145°F (62.7°C)
Huevos cocidos	145°F (62.7°C)
Pesado	145°F (62.7°C)
Carne molida o cortada en trocitos	155°F (68.3°C)
Carne de ave o productos de aves, carne rellena, guisados	165°F (73.8°C)

Factores que hacen fácil La Contaminación

INTERNOS DEL ALIMENTO

- Nutritivos
- Con Alta Humedad
- Acidez

EXTERNOS DEL AMBIENTE

- Temperatura
- Tiempo

EXTERNOS DE LA MANIPULACIÓN

- Proceso Cadena Alimentaria



Qué requieren las bacterias para multiplicarse?



HUMEDAD



COMIDA

Conservación de Alimentos

Alimento Perecedero

Se deben consumir en el menor tiempo posible debido a que su tiempo de conservación es corto, la vida útil de un alimento perecedero es de 1 a 5 días, dependiendo del sistema de refrigeración y de almacenamiento: Frutas y hortalizas, leche y lácteos en general y carnes.



Alimento Contaminado



Cuando el ingreso indeseado de cuerpos físicos, sustancia química o seres vivos, cuya presencia es en mayor o menor grado nociva para la salud, no afecta las características organolépticas del alimento o esta modificado su aspecto, color, olor, sabor o textura y por esa razón el alimento es más peligroso.

Alimento Alterado



A sufrido cambios en su composición o en sus características organolépticas, por causas físicas, químicas, biológicas o ambientales, las que no siempre son peligrosas para la salud.

Alimento No Perecedero

Aquel alimento que puede almacenarse con seguridad durante largos periodos de más de 6 meses, manteniendo la bodega de almacenamiento limpia, seca y ordenada y manteniendo a una temperatura ambiente.



	CARNE	PESCADO	AVE
CARACTERÍSTICAS			
APARIENCIA	Res: Rojo brillante Cordero: rojo Fueros: Rosa pálido Grasa: Blanca	Carne y pezas firmes y elásticas	Carne blanca sin decoloración, blanca amarillento ha ligeramente rosado.
TEXTURA	Firme, elástica y ligeramente húmeda	Rojo brillante y húmedo	Firmes, húmeda sin hemorragias.
OLOR	Ligero característico	Sin presencia de olor fuerte	
TEMPERATURA	Refrigerada: a 2° C o - Congelada: a - 18 ° C o -	Fresco: de 0 a 2° C como máximo Congelado: a - 18 ° C o -	Fresco: de 0 a 2° C como a menos

Características Organolépticas de los Alimentos							
	FRUTAS	VERDURAS	CEREALES	LACTEOS	QUESO	MANTEQUILLA	HUEVOS
CARACTERÍSTICAS							
APARIENCIA	Están en estado de maduración completa, con aroma color propio de cada especie	Las Verduras frescas hojas verdes	Los que presentan la coloración características de cada especie	Aspecto líquido homogéneo de color blanco, olor agradable	Debe caracterizarse por su consistencia viscosa en el tipo de queso hecho con leche pasteurizada	Debe encontrarse en la envoltura específica en su envase original	Debe estar fresco y pasado
TEXTURA		Las Verduras frescas hojas verdes		Líquido pasteurizado recipientes o envases originales	Los cuernos blandos presentar un color blanco amarillento uniforme	La que está hecha con la leche pasteurizada	

Normas de manipulación de alimentos

QUE DEBE HACER

- USAR COFIA
- USAR CUBREBOCAS
- ROPA LIMPIA Y APROPIADA
- MANOS LIMPIAS Y DESINFECTADAS
- USAR GUANTES
- REPORTAR HERIDAS O CORTADAS AL SUPERVISOR
- CALZADO LIMPIO Y APROPIADO

NO SE DEBE HACER

- NO USAR PASADORES NI ARETES
- NO ESTORNUDAR NI TOSER
- NO FUMAR NI COMER
- NO USAR PLUMAS
- NO USAR PERFUME
- NO USAR ANILLOS NI RELOJ
- NO UÑAS LARGAS NI ESMALTE

Como lavarse las manos adecuadamente

1. Mojar las manos con agua caliente
2. Utilizar jabón Antiséptico (jabón liquido)
3. Usar un cepillo limpio para las uñas
4. Frotar las manos por 5 minutos
5. Enjuagar muy bien
6. Secarse utilizando una toalla de papel o descartable.



Cuando lavarse las manos

Antes de comenzar el trabajo
Después de utilizar los servicios higiénicos
Cuando se cambie de actividad
Después de tocarse el pelo, nariz, boca
Después de manipular alimentos crudos como carne, pollo, pescado, huevos u otros alimentos potencialmente peligrosos

Ropa de trabajo



Toca
Pico
Chaqueta
Pantalón
Delantal
Lito
Calzado

Limpieza

Limpiar es retirar la suciedad visible adherida a las superficies de equipos y utensilios, es fundamental utilizar agua potable o hervida que contenga 5 gotas de cloro un litro de agua



Desinfección

Es la destrucción de los microorganismo y a veces sus formas de resistencia, para ello se suelen emplear desinfectantes



Limpieza mas desinfección



El uso de guantes evita la transmisión de estas infecciones de las personas o utensilios hacia los alimentos, con ello conseguimos rebajar los riesgos de infecciones y otras enfermedades.

Desinfectar

- Basurero.
- Maquinas y equipos.
- Esponjas de lavar.
- Aparatos de cocina
- Refrigerador.
- Cocina
- Horno
- Microondas.
- Artefactos de cocina.



¿Porqué es necesario desinfectar la Cocina?

Porque se almacenan, preparan y manipulan los alimentos, además es donde se acumulan, el vapor, humedad y el calor, lo que facilita la reproducción de gérmenes y bacterias.

Desinfectar diariamente:

- Utensilios
- Mesas
- Pisos



Productos Químicos y de Limpieza

Todo los producto de limpieza sea: Como insecticidas, raticidas, thinner, cloro, deja, deberán ser almacenados en un lugar diferente al de los alimentos y estar tapados, etiquetados y bien identificados en sus recipientes originales

Métodos de limpieza

Pre-limpieza	Eliminar la suciedad gruesa mediante raspado, frotado o pre-enjuagado.
Limpieza Principal	Aplicar el detergente para desprender la suciedad de las superficies utilizando agua a la temperatura indicada.
Enjuague	Abrasar la suciedad desprendida y la solución de detergente.
Desinfección	Destruir los microorganismos por medio de un desinfectante.
Enjuague final	Eliminar los restos del desinfectante.
Secado	Eliminar la humedad esto es conveniente hacerlo en forma espontánea, al aire, eventualmente con paños descartables.

¿Cómo debemos desinfectar?

- Para desinfectar se aplican productos especiales como soluciones de hipoclorito de sodio compuesto con amoníaco y otros concentrados que se deben usarse en forma correcta.

Sanitación

- Área de trabajo limpia
- Herramientas desinfectadas
- Jabón y desinfectante para manos
- Lavarse las manos cada momento que interfieran sus manos



¿Cómo se realiza la limpieza?

Detergente y cloro nunca al mismo tiempo. Nunca se deben mezclar los agentes limpiadores como el detergente con los desinfectantes como el cloro u otros ya que su combinación puede producir emanaciones tóxicas.

Manejo de residuos

- Los tachos de basura deben ser resistentes y lavables, con tapa y de lo posible que sean accionados con los pies.
- Colocar bolsas plásticas o fundas dentro del recipiente para facilitar el manejo de basura.
- La limpieza y la desinfección de las áreas donde se encuentra los recipientes.



CONTROL DE PLAGAS

Microorganismo



Como Destruir los Microorganismo

A través de la desinfección, que es la eliminación de las bacterias.

LIMPIEZA + DESINFECCION = HIGIENE

Roedores

La presencia de roedores en un establecimiento de alimentación favorece la propagación de infecciones en los alimentos ya que son portadores de gérmenes y microorganismos causantes de enfermedades de transmisión alimentaria.



Insectos

Uno de los riesgos de contaminación que sufren los alimentos es la presencia de insectos en los locales donde se manipulan y almacenan éstos, debido a que pueden transportar microorganismos o deponer excrementos que puedan ser focos de infecciones en los alimentos.

Contaminación Cruzada



La contaminación cruzada es la transferencia de bacterias de un alimento a otro

Contaminación de los alimentos

Contaminantes físicos

Vidrio, madera, plástico, restos orgánicos...



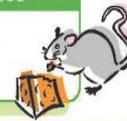
Contaminantes químicos

Herbicidas, pesticidas, productos de limpieza, lubricantes...



Contaminantes biológicos

Microorganismos, parásitos, insectos, roedores...



Frecuentemente un alimento puede estar contaminado sin mostrar signos evidentes

MENAJE DE COCINA

Materiales Óptimos de Menaje de Cocina

ACERO

- Buen conductor de calor
- Cuece rápido

ACERO QUIRÚRGICO

- Buen conductor de calor
- Se puede dejar enfriar en el mismo recipiente

ACERO INOXIDABLE

- Liviano
- Buen conductor del calor

ALUMINIO

- Liviano
- Buen conductor del calor



EQUIPOS BÁSICOS

Iluminación



Extracción y ventilación



Suelos y paredes



Facilidades para el lavado



TABLAS



Un cuchillo de hoja fina y flexible es el mejor para trinchar carnes.

Hoja gruesa y rígida es el más adecuado para trocear.



El tenedor para trinchar o diablo dispone de dos largas puntas y un mango de buenas proporciones, usado para girar y alzar carnes.

El pelador se usa, como su nombre indica, para pelar frutas y vegetales.

La cuchara es una pequeña copa con una hoja de media esfera.



5.8 RECURSOS

5.8.1 MATERIALES Y ECONÓMICOS

MATERIAL	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PRECIO UNITARIO	PRECIO TOTAL
1	Memoria Flash	1	35.00	35.00
1	Impresiones en papel Couche A3 de 150 gr	30	0.65	19.50
1	CD DVD	3	0.90	5.70
TOTAL				57.20

5.8.2 TALENTO HUMANO

En la presente investigación se trabajo con las siguientes personas.

- **EQUIPO INVESTIGADOR**
- **AUTOR:** EDWIN DANILO PAUTA MICHAY
- **DIRECTOR:** LIC. HENRY GUIDO PROAÑO ROBALINO
- **ENCUESTADOS:** Publico que visitan las huecas
- **DISEÑADOR:** CARLOS VINUEZA

REFERENCIAS

DOCUMENTOS EN LÍNEA:

- ARMENDÁRIZ José Luis, Seguridad e higiene en la manipulación de alimentos, 2008.
- Higiene en el Servicio de los Alimentos, libro de certificación SERVSAFE THE EDUCATIONAL FOUNDATION NATIONAL RESTAURANT ASSOCIATION 250S.
- SENDON Isabel, Higiene y Manipulación de Alimentos: Offset Abad CIA Ltda. Guayaquil, 2008
- <http://quitovivetupatrimonio.blogspot.com/2013/01/las-huecas-de-quito-en-el-centro-de.html> [Accedido en 3 Junio 2013].
- http://www.elcomercio.com/quito/huecas-quito-recorrido-exposicion-tradicion_0_862114044.html [Accedido en 13 de Junio 2013].
- Higiene en el Servicio de los Alimentos, libro de certificación SERVSAFE THE EDUCATIONAL FOUNDATION NATIONAL RESTAURANT ASSOCIATION 250S. [Accedido en 13 de Junio 2013].
- <http://www.profoodsafety.org/images/spanish/Safe%20Cooking%20Temperatures%20fact%20sheet-spa.pdf> [Accedido en 13 de junio 2013].
- <http://skagit.wsu.edu/fam/images/QFThermometerCalibrationSpanish.pdf>. [Accedido en 3 de Junio 2013].

ANEXOS

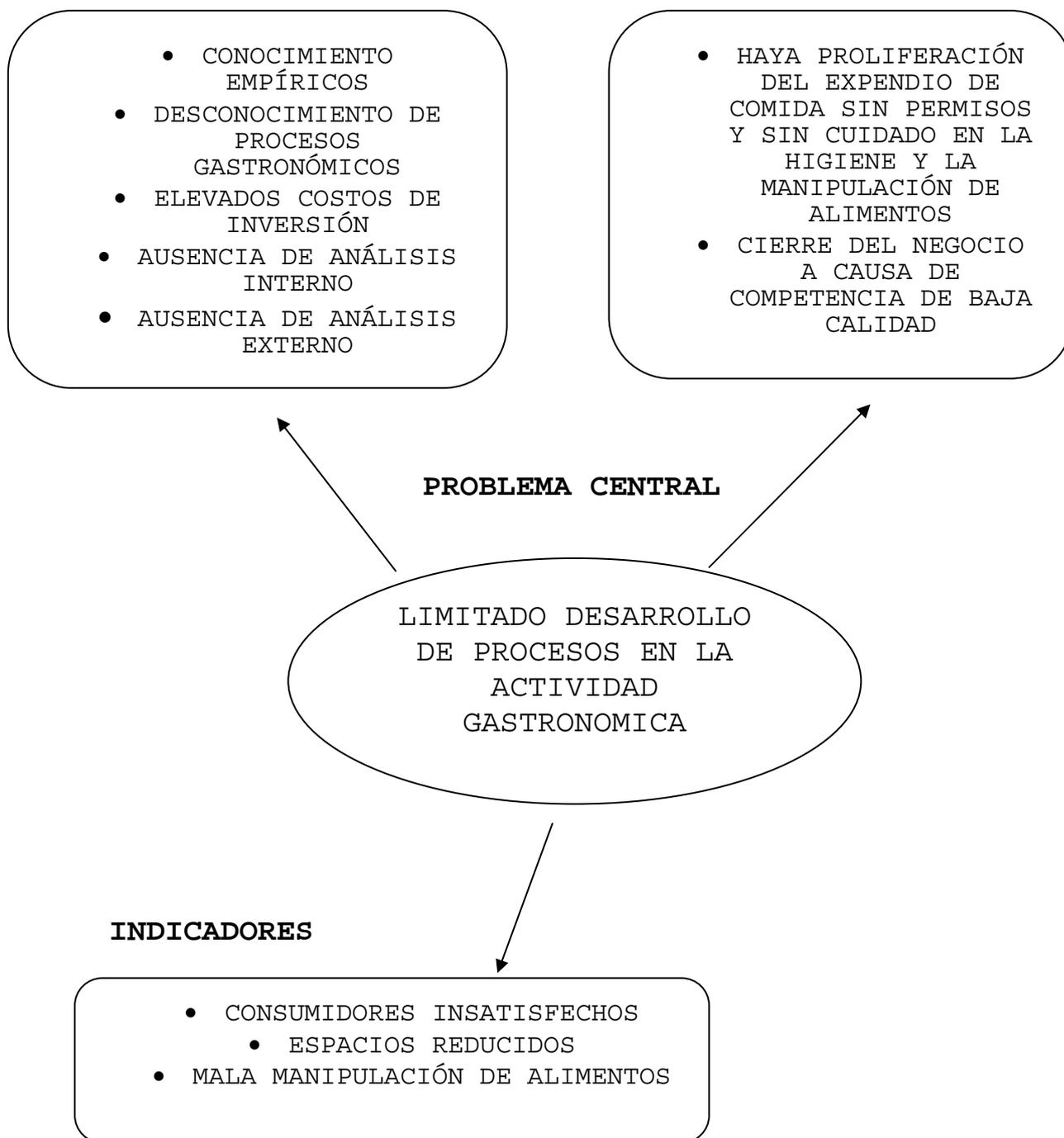




Sx628-1 SX628-2 SX628-3 SX628-4 SX628-5 SX628-6 SX628-7 SX628-8 SX628-9

APÉNDICE A

CONSECUENCIAS



APÉNDICE B



**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE TURISMO
Y HOTELERÍA ITHI
SONDEO DE OPINIÓN**

Nombre	Hueca 1	Hueca 2	Hueca 3

APÉNDICE C



INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE TURISMO Y HOTELERÍA ITHI

ENCUESTA

LA SIGUIENTE ENCUESTA TIENE FINES ACADÉMICOS SOBRE LAS
HUECAS DEL CENTRO NORTE DE QUITO.

Pregunta 1.- ¿Utiliza correctamente el uniforme?

SI NO

Pregunta 2.- ¿Cómo calificaría la manipulación de
alimentos en la hueca que usted frecuenta?

BUENA MALA REGULAR

Pregunta 3.- ¿Pone atención en los alimentos que
consume?

SI NO

Pregunta 4.- ¿Cómo calificaría la limpieza del
establecimiento?

MUY SATISFACTORIO BUENO
 MALO REGULAR

Pregunta 5.- ¿Cómo calificaría la limpieza de los servicios higiénicos?

- | | |
|--|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> MUY SATISFACTORIO | <input type="checkbox"/> BUENO |
| <input type="checkbox"/> MALO | <input type="checkbox"/> REGULAR |

Pregunta 6.- ¿Cómo calificaría la higiene del personal?

- | | |
|--|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> MUY SATISFACTORIO | <input type="checkbox"/> BUENO |
| <input type="checkbox"/> MALO | <input type="checkbox"/> REGULAR |

Pregunta 7.- ¿Está de acuerdo que utilicen guantes látex en la cocina?

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
|-----------------------------|-----------------------------|

Pregunta 8.- ¿Utilizan el menaje adecuado de cocina?

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
|-----------------------------|-----------------------------|

Pregunta 9.- ¿Sabe usted que el 95 % de enfermedades son producidas por los alimentos?

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
|-----------------------------|-----------------------------|

Pregunta 10.- ¿Existe implementos adecuados para lavarse las manos de los clientes en los baños? (jabón,

toallas desechables)

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> SI | <input type="checkbox"/> NO |
|-----------------------------|-----------------------------|