



INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE TURISMO Y
HOTELERÍA ITHI

CARRERA: GASTRONOMÍA

TEMA:

**MANUAL BÁSICO DE PROCESOS PARA LA BUENA
MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS PARA TRABAJADORES
EMPÍRICOS DEL RESTAURANTE EL DEPORTIVO, EN
ARRAYANES COUNTRY CLUB**

Trabajo de investigación que se presenta
previo a la obtención de título de Tecnólogo
en Gastronomía

Autora: Paola Caiza Grijalva

Directora: Lcda. Norelia Ortega

Quito-Ecuador

2013

DEDICATORIA

A Dios, por haberme dado la vida y la oportunidad de permitirme llegar a finalizar esta etapa de mi formación profesional.

A mi familia que gracias a sus consejos, apoyo y palabras de aliento me ayudaron a crecer como persona.

A mis padres y hermano, por su confianza, amor y compromiso en cada etapa de mi vida, logrando así cumplir con mis metas como persona, estudiante y ahora como profesional.

AGRADECIMIENTO

Al INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE TURISMO Y HOTELERÍA ITHI, por haberme acogido en sus aulas e impartido su experiencia; a su vez a los docentes que dotaron de conocimientos, apoyo, consejos y sobretodo su amistad, creando así un vínculo de respeto, ánimo y confianza para culminar la carrera.

A mis padres, hermano y familia por su valiosa entrega en cada momento de alegría, tristeza y dificultad; logrando así fortalecerme y culminar con mis objetivos.

A mis amigas, que sin ellas el esfuerzo no se vería realizado, compartiendo, aprendiendo y viviendo experiencias únicas, lo he logrado.

Son muchas las personas que han formado parte de mi vida profesional a las que me encantaría agradecerles su amistad, consejos, apoyo, ánimo y compañía en el transcurso de mi vida estudiantil. Algunas están aquí conmigo y otras en mis recuerdos y en mi corazón, sin importar en donde estén quiero darles las gracias por formar parte de mí, por todo lo que me han brindado y por todas sus bendiciones.

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo, Andrea Paola Caiza Grijalva, con CI. 1714511910 autora del trabajo de tesis, me responsabilizo por los conceptos, opiniones y propuestas contenidos en el mismo.

Atentamente

Andrea Paola Caiza Grijalva

CI. 1714511910

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO

CERTIFICA

Haber revisado el presente informe de investigación que se ajuste a las normas institucionales y académicas establecidas por el Instituto Superior Tecnológico de Turismo y Hotelería ITHI, de Quito, por tanto se autoriza su presentación final para los fines legales pertinentes.

Lcda. Norelia Ortega

Quito, Noviembre del 2013

ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS

Conste por el presente documento de los derechos en trabajo fin de carrera, de conformidad con las siguientes cláusulas:

PRIMERA: La Licenciada Norelia Ortega y por sus propios derechos en calidad de Directora de Trabajo de fin de carrera; y la Srta. Andrea Paola Caiza Grijalva por sus propios derechos, en calidad de autora del trabajo de fin de carrera.

SEGUNDA: UNO.- La Srta. Andrea Paola Caiza Grijalva realizó el trabajo fin de carrera titulado: "**MANUAL BÁSICO DE PROCESOS PARA LA BUENA MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS PARA TRABAJADORES EMPÍRICOS DEL RESTAURANTE EL DEPORTIVO, EN ARRAYANES COUNTRY CLUB**", para optar por el título de, Tecnóloga en Gastronomía en el Instituto Superior Tecnológico de Turismo y Hotelería ITHI, bajo la dirección de la Licenciada Norelia Ortega.

DOS.- Es política del Instituto Superior Tecnológico de Turismo y Hotelería ITHI, que los trabajos fin de carrera se apliquen, se materialicen y difundan en beneficio de la comunidad.

TERCERA.- Los comparecientes, Licenciada Norelia Ortega, en calidad de directora del trabajo fin de carrera y la Srta. Andrea Paola Caiza Grijalva, como autora del mismo, por medio del presente instrumento, tienen a bien ceder en forma gratuita sus derechos en el trabajo fin de carrera titulado:

"MANUAL BÁSICO DE PROCESOS PARA LA BUENA MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS PARA TRABAJADORES EMPÍRICOS DEL RESTAURANTE EL DEPORTIVO, EN ARRAYANES COUNTRY CLUB", y conceden autorización para que el ITHI pueda utilizar este trabajo en su beneficio y/o de la comunidad, sin reserva alguna.

CUARTA.- Aceptación: las partes declaradas que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente cesión de derecho.

Paola Caiza Grijalva

Lcda. Norelia Ortega

Quito, Noviembre del 2013

ÍNDICE DE CONTENIDOS

	PÁG
PORTADA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DECLARACIÓN DE AUTORÍA	iv
CERTIFICADO DEL DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO	v
ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS	vi
INTRODUCCIÓN	14
PRIMERA PARTE-PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	16
1.1 Identificación del problema	16
1.2 Formulación del problema	19
1.3 Objetivos	20
1.3.1. General	20
1.3.2. Específicos	20
1.4 Justificación	21
SEGUNDA PARTE-MARCO TEÓRICO	22
2.1 Fundamentación Teórica	22
2.2 Marco teórico.	25
2.3 Hipótesis	93

TERCERA PARTE-METODOLOGÍA	94
3.1 Tipo y diseño de investigación	94
3.2 Población y muestra	94
3.3 Instrumentos recolección de datos	95
3.4 Descripción del trabajo de campo	96
3.5 Procesamiento y análisis	96
CUARTA PARTE-PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	97
4.1 Presentación gráfica de resultados	97
4.2 Análisis e interpretación de resultados	102
4.3 Conclusiones	107
4.4 Recomendaciones	108
QUINTA PARTE-PROPUESTA	109
5.1 Título de la propuesta	109
5.2 Justificación	109
5.3 Impacto	109
5.4 Objetivos	110
5.4.1 General	110
5.4.2 Específicos	110
5.5 Ubicación sectorial y física	111
5.6 Viabilidad	111
5.7 Plan de ejecución	112
5.8 Recursos	150
5.8.1 Materiales	150
5.8.2 Económicos	150
5.8.3 Talento humano	150

ÍNDICE DE CUADROS

	PÁG
Cuadro N°1: Listado del Equipo de Cocina Caliente	32
Cuadro N°2: Listado del Equipo de la Cocina Fría	32
Cuadro N°3: Manejo de Procesos de BMP por parte del Personal	45
Cuadro N°4: Beneficios del Uso de un Manual para la Aplicación de Procesos BMP	46
Cuadro N°5: Puntos de Humo de materia grasa utilizada en el Club	55
Cuadro N°6: Ventajas y Desventajas de la Refrigeración	56
Cuadro N°7: Ventajas y Desventajas de la Congelación	58
Cuadro N°8: Temperatura Adecuada de Refrigeración y Congelación en los alimentos	59

ÍNDICE DE IMÁGENES

	PÁG
Imagen N°1: Empanadas Mixtas (Verde y Morocho)	26
Imagen N°2: Locro Arrayanes	27
Imagen N°3: Ajiaco Santaferreño	27
Imagen N°4: Ensalada César con Pollo	28
Imagen N°5: Ensalada Capresse	28
Imagen N°6: Sánduche de Jamón y Queso	29
Imagen N°7: Hamburguesa del Club	29
Imagen N°8: Ensalada Tropical	29
Imagen N°9: Lomo Fino 250 Gramos	30
Imagen N°10: Salmón 180 Gramos	30
Imagen N°11: Cristian's brownie	31
Imagen N°12: Profiteroles	31
Imagen N°13: Tiramisú	31
Imagen N°14: Técnica de Cocción: Gratinar	33
Imagen N°15: Técnica de Cocción: Saltear	34
Imagen N°16: Técnica de Cocción: Freír	35
Imagen N°17: Técnica de Cocción: Grillar	35
Imagen N°18: Técnica de Cocción: A la Plancha	36
Imagen N°19: Técnica de Cocción: Hervir	36
Imagen N°20: Técnica de Cocción: Blanquear	37
Imagen N°21: Ubicación del corte en la Vaca	47
Imagen N°22: Corte de Res: Bola	47
Imagen N°23: Ubicación del corte en la Vaca	47
Imagen N°24: Corte de Res: Lomo Fino	47
Imagen N°25: Ubicación del corte en la Vaca	48

Imagen N°26: Corte de Res: Bife de Chorizo	48
Imagen N°27: Ubicación del corte en el Cerdo	48
Imagen N°28: Corte de Cerdo: Panceta	48
Imagen N°29: Filetes de Pescado	49
Imagen N°30: Corte en Cubos del Pescado	49
Imagen N°31: Corte de Salmón: Darne	49
Imagen N°32: Cortes del Pollo	50
Imagen N°33: Corte de Pollo: Pechuga	50
Imagen N°34: Almacenamiento correcto de los alimentos	57
Imagen N°35: Quemadura de carne por frío	61
Imagen N°36: Lavado de Manos	65
Imagen N°37: Gorra de Arrayanes Country Club	66
Imagen N°38: Chaqueta Negra y Blanca de Arrayanes Country Club	67
Imagen N°39: Pantalón Negro de Arrayanes Country Club	68
Imagen N°40: Zapatos Antideslizantes de Arrayanes Country Club	69
Imagen N°41: Delantal negro Arrayanes Country Club	69
Imagen N°42: Limpión	70
Imagen N°43: Bacteria: Salmonella	75
Imagen N°44: Bacteria: Escherichia coli	77
Imagen N°44: Bacteria: Listeria monocytogenes	79
Imagen N°45: Bacteria: Campylobacter jejuni	81
Imagen N°46: Bacteria: Estafilococos aureus	83
Imagen N°47: Bacteria Shigella	85

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N°1: Proceso para Desinfectar Frutas y Verduras	73
Gráfico N°2: Programa de Limpieza y Desinfección	87
Gráfico N°3: Programa de Limpieza y Desinfección	88
Gráfico N°4: Resultados de la Pregunta N° 1	97
Gráfico N°5: Resultados de la Pregunta N° 2	98
Gráfico N°6: Resultados de la Pregunta N° 3	98
Gráfico N°7: Resultados de la Pregunta N° 4	99
Gráfico N°8: Resultados de la Pregunta N° 5	99
Gráfico N°9: Resultados de la Pregunta N° 6	100
Gráfico N°10: Resultados de la Pregunta N° 7	100
Gráfico N°11: Resultados de la Pregunta N° 8	101
Gráfico N°12: Resultados de la Pregunta N° 9	101

INTRODUCCIÓN

Se conoce que los seres vivos mediante los alimentos, incorporan sustancias necesarias para el desarrollo y funcionamiento del organismo; para que una alimentación sea saludable, debe ser variada, equilibrada y suficiente de acuerdo con las necesidades nutricionales de cada etapa de la vida.

Por ello el lugar de elaboración y el consumo de los alimentos tienen una gran importancia, y sobre todo, el sector de la restauración, que tiene la obligación de garantizar que los alimentos suministrados al consumidor sean de calidad y seguros. Para esto es indispensable conocer las normas de higiene personal del manipulador de alimentos, entender las causas de intoxicaciones alimentarias, saber prevenir las intoxicaciones, utilizar los equipos de trabajo correctamente, tener los conocimientos mínimos de conservación de los alimentos, su refrigeración y/o congelación.

El diseñar este manual es para fomentar las actitudes correctas en la higiene alimentaria, y así fomentar una cultura de buenos procesos de manipulación de alimentos su funcionamiento, las obligaciones y lo más importante, contribuir a tener una herramienta de trabajo eficaz, para todos los no profesionales que integran este restaurante.

PRIMERA PARTE-PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1.- IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.

Las actividades que se realizan día a día en la cocina del restaurante El Deportivo, son llevadas a cabo por un grupo pequeño de personas que realizan de una manera eficiente su trabajo pero todo es llevado y manejado con malos hábitos para la realización de una buena manipulación en los alimentos y así lograr tener buenos resultados, ya sea en el consumidor externo o el consumidor interno.

La falta de una persona que sea la cabeza del Club, que busque el beneficio no solo para él sino para toda el área de cocina se ha visto reflejada en estos años, muchos Chefs Principales han pasado por este lugar pero ninguno ha tenido la capacidad o la voluntad para lograr dejar los malos hábitos adquiridos; formar y crear un equipo de trabajo que no solo siga reglas o procedimientos sino que se sientan entusiasmados de realizar su trabajo de buena manera sobre todo pensando que ellos son los que alimentan a nuestros socios.

La responsabilidad más grande se considera que recae en el departamento de Recursos Humanos, ésta área debe encargarse de contratar gente especializada y con conocimientos a fines a la gastronomía, deberían impartir un documento con todas las obligaciones, responsabilidades y reglamentos que se sigue en el Club, para que así no sean posilleros, las personas que suban a ocupar esas vacantes en cocina; con estos antecedentes se puede determinar que dentro del área de Alimentos y Bebidas las personas contratadas son cien por ciento empíricas percibiendo un sueldo básico.

La falta de conocimientos en manipulación de alimentos, producción y la labor que se realiza en la cocina hace que las personas más antiguas no se adapten a los cambios y no deseen dar apertura a nuevos conocimientos; dejando a flote los malos hábitos que ellos mismos han creado por el empirismo.

El Departamento de Gerencia de Calidad siempre ha estado pendiente por crear manuales, procesos, reglas para cada departamento con los que cuenta el club, pero no tienen la certeza de saber por qué no se ha llevado a la práctica,

o el por qué no logran un buen resultado, pues consideran que siempre se han quedado estancados en los procesos dejando inconcluso el trabajo proyectado.

La falta de un manual de procesos se ve reflejada en los resultados como el desperdicio de los alimentos, el mal proporcionamiento de los géneros destinados a cada restaurante, enfermedades tanto en los cocineros como en las personas que se nutren de estos alimentos.

Además de seguir otorgando a las personas poder para que ellas decidan cómo, por qué, y a qué hora hacer las actividades de producción, seguir incrementando esos malos hábitos y que estas personas impartan malas costumbres a gente nueva.

La existencia de contaminación cruzada, puede ser un resultado fatal al no saber que utensilios utilizar para cada género como tablas, cuchillos, recipientes, congeladores, refrigeradores, la mala ubicación de los alimentos en estos últimos sería la causa principal para que líquidos de otros

alimentos se esparzan, sobre otros y al no darse cuenta lo utilizarían sin saber la consecuencia grave que se llevaría el comensal.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿De qué manera incide la falta de un manual de buenas prácticas para el personal empírico de la cocina El Deportivo en el Club Los Arrayanes, para que se cumplan todas las normas de manipulación en los alimentos?

El manual ayudará a que el personal realice sus actividades de una mejor manera sin desperdiciar tiempo ni materia prima, al emplear este manual podrán estandarizar todos los procesos que se realicen dentro del restaurante, esto ayudará a que cualquier persona pueda seguir estos pasos y realice las actividades asignadas con eficiencia.

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. Generales

Crear un manual de procesos para la buena manipulación de alimentos para trabajadores de cocina del Restaurante El Deportivo del Club Los Arrayanes.

1.3.2. Específicos

- Realizar un análisis situacional sobre el Restaurante "El Deportivo", para establecer el manejo actual respecto a la manipulación de alimentos.
- Plantear temas y procesos sobre la producción, y manipulación de los alimentos con el fin de capacitarse y ser un buen manipulador alimenticio.
- Estructurar todos los procesos de cocción, temperatura, correcta manipulación, conceptos y producción de acuerdo a la propuesta del manual.
- Establecer registros y formatos de control para el seguimiento de los procesos de producción requeridos en las Buenas Prácticas de Manipulación.

1.4. JUSTIFICACIÓN

La propuesta de esta investigación trata de establecer las normas específicas de manipulación para la elaboración, almacenamiento, distribución, manipulación y producción de los alimentos, además contribuirá a tener una herramienta de trabajo eficaz, para todas las personas que laboran diariamente en el Restaurante El Deportivo, obteniendo como resultado un producto final de excelencia.

Se establecerán grandes cambios, como la obtención de productos de gran calidad que irían desde su proporción hasta la satisfacción de las personas que la realizan, al saber que cumplen con procedimientos establecidos.

Autoridades y personas de alto mando del club, estarían orgullosos de sus empleados los cuales reflejan un mejoramiento en los procedimientos para la elaboración de alimentos, ayudando a producirlos inocuos y de una alta calidad, aportando de esta manera con guías prácticas y básicas al correcto proceso de manufactura, siendo los socios los más satisfechos por tan buen manejo de la producción.

SEGUNDA PARTE-MARCO TEÓRICO

2.1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

La Manipulación de Alimentos, es un tema de relevancia en todo el mundo la mayoría de países tienen Manuales de Buenas Prácticas de Manipulación en los que se explica de forma específica las cosas que se deben tomar en cuenta para tener un buen procedimiento y un gran resultado en el área de cocina de los restaurantes de cada país, estos textos se encuentran disponibles en línea y serán de gran ayuda para la elaboración del trabajo de investigación.

Eurocontrol Alimentario, empresa que se desarrolla en España presenta un Manual de Manipulación de Alimentos e Higiene Alimentaria, enfocado en el personal y las medidas correctivas que se deben tomar para la correcta manipulación de alimentos.

El libro: "La Buena Cocina, cómo preparar los mejores platos y recetas" del autor MC. Gee Harold, libro otorgado por la biblioteca del Instituto Internacional I.T.H.I., cuenta con información acerca de los términos de cocción de los géneros, técnicas y métodos para la elaboración de los

mismos, conversiones con las distintas medidas utilizadas en la cocina.

Ensayos, tesis y proyectos acerca de las Buenas Prácticas de Manipulación obtenidas del Internet y de empresas que cuentan con esta herramienta, serán utilizadas.

Tesis autorizadas para su estudio por parte de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, y por la Universidad Técnica del Norte acerca de los siguientes temas; formarán parte esencial de la investigación.

"Manejo Sanitario del Área de Producción de Alimentos del Hotel "El Libertador" de la ciudad de Riobamba"

Autor: Lcdo. Oscar Danilo Buenaño

Riobamba 2010

"Recomendaciones para la aplicación de buenas prácticas de manufactura alimentaria (BMP) para restaurantes y cafeterías de los hoteles de la ciudad de Ibarra"

Autor: Tlgo. Daniel Padilla

Ibarra 2010

Información otorgada por parte de los Señores de Arrayanes Country Club, con documentos acerca de la historia del mismo, carta del restaurante, y material ya antes realizado en el club, será de guía para poder realizar con éxito este manual.

Parte de la información recolectada será obtenida del internet, en páginas del Ministerio de Salud, y de empresas de países que han plasmado su trabajo en la red, siendo de gran ayuda ya que se adquiere la búsqueda deseada.

2.2. MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO I

GENERALIDADES DEL RESTAURANTE "EL DEPORTIVO"

1.1. ANTECEDENTES DEL RESTAURANTE.

Arrayanes Country Club fue constituido como corporación civil sin finalidad de lucro el 23 de julio de 1996 mediante Acuerdo Ministerial No. 4422 del Ministerio de Educación y Cultura. Su objeto social es fomentar entre sus socios la práctica de actividades deportivas, en especial de golf, tenis, equitación, natación y fútbol.

Ubicado en Puembo, en una parroquia rural del Distrito Metropolitano de Quito, situado a 45 kilómetros de la capital

Las actividades del Club se iniciaron el 6 de abril de 1999 y, de conformidad con sus estatutos, podrá contar hasta con 1000 socios.

El Restaurante El Deportivo, es inaugurado en la misma fecha del inicio de las actividades del Club, siendo un lugar amplio, ofreciendo un ambiente acogedor para todos sus socios

en especial a los golfistas, ya que frente al restaurante podemos visualizar el campo de golf.

Capacidad de Pax: 134

1.2. CARTA DEL ESTABLECIMIENTO.

Dentro del Restaurante se puede encontrar variedad de platos entre ellos:

- Empanadas/Típicos
- Ceviches
- Entradas/Sopas
- Ensaladas
- Sánduches/Hamburguesas
- Vive Light
- Platos Fuertes y
- Postres

• Empanadas/típicos

- Empanadas de morocho, verde con queso y de viento.
- Mote con chicharrón
- Mote especial del Club

Imagen N°1: Empanadas Mixtas (Verde y Morocho)



Fuente: Restaurante El Deportivo

- **Ceviches**

- Los tradicionales del Club: camarón, concha, corvina, mixtos.
- Al estilo manaba: camarón, concha, corvina, mixtos, mexicano de camarón, ceviche presidente.

- **Entradas/Sopas**

- Pulpo al Olivo
- Tartar de salmón
- Calamares a la romana
- Bastoncitos de queso mozzarella apanados
- Trilogía de tiraditos.
- Dedos de atún rojo

- **Sopas:**

- Locro Arrayanes
- Cazuela de mariscos
- Consomé primavera
- Sancocho quiteño
- Ajiaco Santaferreño

Imagen N°2: Locro Arrayanes



Fuente: Restaurante El Deportivo

Imagen N°3: Ajiaco Santaferreño



Fuente: Restaurante El Deportivo

- **Ensaladas**

- César clásica
- César con pollo
- César con salmón
- César con camarón
- Capresse
- Primavera
- Mariscos
- Del Club
- Del Chef

Imagen N°4: Ensalada César con Pollo



Fuente: Restaurante El Deportivo

Imagen N°5: Ensalada Capresse



Fuente: Restaurante El Deportivo

- **Sánduches y Hamburguesas**

- Hamburguesa del Club / campestre
- Club sánduche
- Queso o Jamón
- Sánduche de lomo fino y queso,
- Sánduche de pollo al grill
- Chicken Pita

- Hot Dog
- Salchipapas

Imagen N°6: Sánduche de Jamón y Queso



Fuente: Restaurante El Deportivo

Imagen N°7: Hamburguesa del Club



Fuente: Restaurante El Deportivo

- **Vive Light**

- Ensalada Tropical
- Ceviche de chochos
- Ceviche mixto palmito y chochos
- Club sándwich light
- Cazuela de hongos

Imagen N°8: Ensalada Tropical



Fuente: Restaurante El Deportivo

- **Platos Fuertes**

- Perfect Duet
- Bife de chorizo
- Filet mignon
- Fusión arrayanes
- Corvina a la plancha
- Pez espada o mero grillado
- Camarones arrayanes

- Pechuga de pollo a la plancha o milanesa
- Medio pollo al limón y finas hierbas

Imagen N°9: Lomo Fino 250 Gramos



Fuente: Restaurante El Deportivo

Imagen N°10: Salmón 180 Gramos



Fuente: Restaurante El Deportivo

Nota: Todos los platos fuertes vienen con un mix de legumbres al vapor o ensalada fresca; papas fritas, al horno, puré o arroz.

- **Postres:**

- Cheesecake americano
- Trilogía de postres
- Tiramisú
- Sunday
- Profiteroles
- Frutas de la estación
- Pastel de zanahoria, pasas y nueces
- Tarta de manzana

- Cristian's brownie
- Tres leches

Imagen N°11: Cristian's brownie



Fuente: Restaurante El Deportivo

Imagen N°12: Profiteroles



Fuente: Restaurante El Deportivo

Imagen N°13: Tiramisú



Fuente: Restaurante El Deportivo

1.3. INFRAESTRUCTURA DEL ÁREA DE PRODUCCIÓN

La cocina del Restaurante "El Deportivo" cuenta con un área de cocina caliente y otra área de cocina fría, las dos cuentan con poco espacio para realizar sus actividades, cuentan con una mesa de trabajo en la cocina fría, mientras que en el área caliente realizan sus actividades sobre la mesa en la cual se ponen los productos y donde permanecen calientes los mismos.

1.4. EQUIPAMIENTO

Cuadro N°1: Listado de Equipo de Cocina Caliente

Listado del Equipo de la Cocina Caliente		
Cantidad	Equipo	Detalle
1	Cocina industrial	4 quemadores, marca Chef
1	Freidora industrial	Capacidad para 18 litros, dos canastillas
1	Plancha industrial	3 quemadores, lisa
1	Salamandra	Marca Chef
1	Campana extractora de olores	Campana mural de dos filtros
1	Lavabo	Incorporado a la mesa de trabajo, un fondo
1	Mesa de trabajo	2 metros, marca chef

Elaborado Por: Paola Caiza

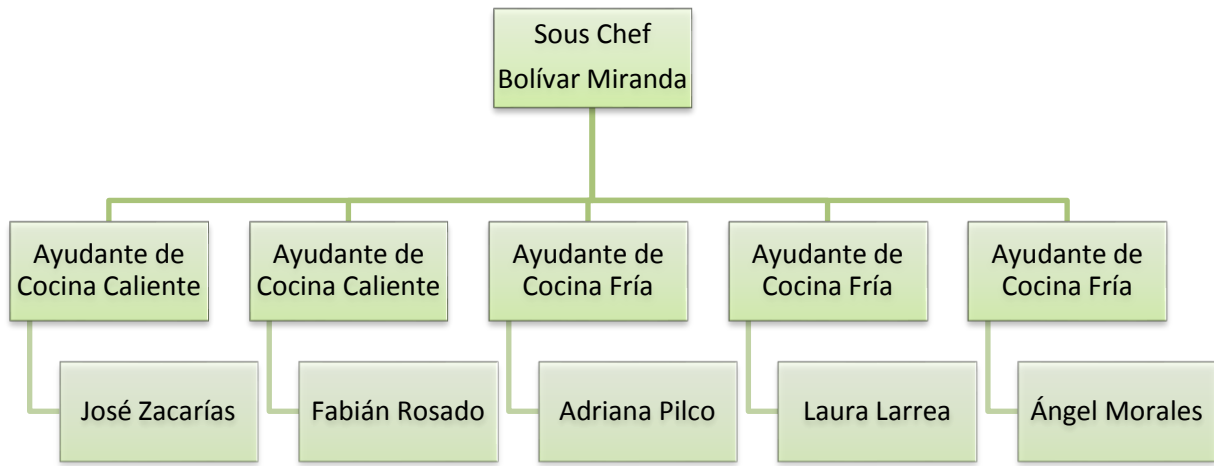
Cuadro N°2: Listado de Equipo de la Cocina Fría

Listado del Equipo de la Cocina Fría		
Cantidad	Equipo	Detalle
1	Mesón	Incluye bandeja inferior. 140x60 centímetros
1	Refrigeradora doble	Marca Refrigerator, dos puertas.
1	Lavabo	Incorporado en el mesón, un fondo
2	Estanterías	- 1 metro, - 2 metros
1	Mesón refrigerante	Puertas con dispositivo automático de cierre y fijación de apertura, marca Beverage Air

Elaborado por: Paola Caiza

1.5. ORGANIGRAMA DEL PERSONAL QUE LABORA EN EL RESTAURANTE

Organigrama N°1: Organigrama del Personal que labora en el Restaurante



Elaborado por: Paola Caiza

1.6 TÉCNICAS DE COCCIÓN EMPLEADAS EN EL CLUB

Gratinar:

Formación de una costra dorada en productos cocidos o precocidos debido a un fuerte calor interior en el horno o bajo la llama de una salamandra dándole un gusto y aspecto particular a los alimentos que deben estar cubiertos con una salsa o producto para gratinar.

- Productos Aptos: carnes, legumbres, papas.

Imagen N°14: Técnica de Cocción: Gratinar



Fuente: Henufood

Saltear:

Consiste en cocinar alimentos por acción de calor aplicado por medio de una materia grasa. Los alimentos que se procesan por este método rápidamente cambian de sabor, consistencia y aspecto. Obtienen una costra exterior suave y un núcleo tierno y jugoso.

- Productos Aptos: carnes, animales de caza.

Imagen N°15: Técnica de Cocción: Saltear



Fuente: Henufood

Freír:

Es el proceso de cocción de alimentos por inmersión en un aceite o grasa comestible que está a una temperatura superior al punto de ebullición del agua, por lo general 150 a 200°C. Cuando está bien realizada y a la temperatura adecuada, el resultado es un alimento seco, crujiente y dorado.

Imagen N°16: Técnica de Cocción: Freir



Fuente: Henufood

Grillar:

Grillar es exponer un alimento a la acción directa del calor radiante de las brasas de una parrilla, o al calor por contacto de una plancha lisa o acanalada.

- Productos Aptos: carnes, vegetales.
- Recomendaciones: Nunca picar la carne, voltearla con espátula. Nunca sazonar la carne con anticipación. Regular la temperatura del grillado en función de la naturaleza del producto a grillar. La cocción de piezas gruesas puede ser terminada en el horno.

Imagen N°17: Técnica de Cocción: Grillar



Fuente: Henufood

A la Plancha

La cocción del alimento se logra por transmisión de calor a través de un material caliente. El uso de materia grasa es para evitar que el alimento se pegue al metal del equipo.

- Productos Aptos: carnes, animales de caza.

Imagen N°18: Técnica de Cocción: A la Plancha



Fuente: Henufood

Hervir:

Cocer los alimentos en agua a punto de ebullición de 100° centígrados.

- Productos Aptos: carnes, aves de caza, pescados, legumbres.

Imagen N°19: Técnica de Cocción: Hervir



Fuente: Henufood

Blanquear

Es la acción de pasar un alimento por agua hirviendo unos minutos (entre 10 a 30 segundos), luego se retira el alimento del agua hirviendo se le sumergen en agua helada(choque térmico) para detener su cocción.

- Productos Aptos: legumbres.

Imagen N°20: Técnica de Cocción: Blanquear



Fuente: Henufood

CAPÍTULO II

MANUAL BÁSICO DE PROCEDIMIENTOS

2.1. DEFINICIÓN DE MANUAL BÁSICO DE PROCEDIMIENTOS.

Es la expresión analítica de los procedimientos administrativos a través de los cuales se analiza la actividad operativa del organismo. Este manual es una guía (cómo hacer las cosas) de trabajo al personal y es muy valiosa para orientar al personal de nuevo ingreso. (Kapelusz, 1979, p.953)

2.2. ESTRUCTURA DE UN MANUAL DE PROCEDIMIENTOS.

- Introducción

- Objetivo

- 1.- Buenas Prácticas de Manufactura.

- 2.- Sistema HACCP (Análisis de Peligros y Puntos Críticos de Control)

- 3.- Seguridad Alimentaria

- 4.- Normas de seguridad para laborar dentro de la Cocina

- 5.- Enfermedades de Transmisión Alimentaria

- 6.- Equipos y Utensilios

7.- Higiene Personal

8.- Manejo Higiénico de los Alimentos

9.- Temperaturas de Cocción

10.- Punto de Humo

11.- Formatos de Control

2.3. SOCIALIZACIÓN DEL MANUAL DE PROCEDIMIENTOS.

Se realizará una interacción con los trabajadores del restaurante acerca del manual otorgado, para así lograr que ellos se adapten a los cambios, sobretodo tomen conciencia y aprendan a diferenciar las buenas prácticas de manipulación de alimentos, que realizan en su trabajo.

Permitirá analizar y aclarar cada una de las dudas que se presenten, con el fin de que el personal capte los nuevos procesos y los lleve a la práctica.

2.4. IMPORTANCIA DEL MANUAL DE PROCEDIMIENTOS.

- Las actividades se desarrollan en base a tiempos medibles y se ahorran recursos materiales y humanos.
- Ahorra tiempo en capacitación al personal.
- Permite que los departamentos sepan cual es la tarea de cada cual, de esta forma el trabajo en conjunto fluye de una manera adecuada.
- Se mejora la calidad en las áreas, obteniendo así una buena satisfacción por parte del socio.
- Son guías del trabajo a ejecutar, es decir son procesos establecidos para poder realizar un trabajo eficiente, adecuando materiales, reglas, higiene y conocimiento del empleado.

El Restaurante "El Deportivo", funcionaba en un completo caos, su talento humano era muy inexperto en lo que se refiere a buenas prácticas de manipulación, llevando así a obtener productos en mala calidad, mala cocción en términos cárnicos, falta de higiene en sus puestos de trabajo, escasez de instrumentos propios como termómetros, cuchillos; almacenamiento inadecuado de los alimentos y sobretodo una mala higiene personal, uniformes sucios, zapatos inadecuados, mal uso del uniforme.

A partir de la inducción de un manual de procedimientos acerca de las Buenas Prácticas de Manufactura, en el restaurante se han implantado pequeños cambios como el abastecimiento de recipientes para su almacenamiento adecuado ya sea de conservas, condimentos, carnes, vegetales, obteniendo así un buen almacenamiento en las cámaras frías; la adecuada utilización y el llenado correcto de una receta estándar para que cualquier otro trabajador pueda realizar la misma receta sin desperdiciar y mal gastar materia prima.

La cocción de los géneros cárnicos ha mejorado, gracias a que algunos de los trabajadores poseen un termómetro y pueden medir temperatura interna y el tiempo de cocción; se utiliza el mesón de servicio simplemente para esa función, ya no se realiza cortes ni finalidades de preparación en ese lugar.

Son pequeños cambios que han logrado un buen resultado en sus trabajadores al adquirir una conciencia de que ellos son las personas que elaboran un producto final y que este es el alimento de un socio o un amigo; personas encargadas del área de Alimentos y Bebidas están en constante control y evaluación para seguir consiguiendo buenos resultados.

2.5. ANÁLISIS DE LOS PROCESOS DE BUENAS PRÁCTICAS DE MANUFACTURA DEL RESTAURANTE "EL DEPORTIVO"

La recepción de los productos se la realiza de la manera adecuada, la bodega tiene registros con cada característica organoléptica de como recibir cada género, los productos que se utilizan en el restaurante son de alta calidad y muchos de ellos importados; en el almacenamiento es donde se encuentra uno de los problemas en especial en el área de carnicería ya que estos cárnicos después de porcionarlos se los envuelve en papel film y se los congela en bandejas sobre otras, permitiendo así que los jugos se derramen de bandeja en bandeja.

La desinfección y lavado de frutas y verduras, se la realiza con agua, y luego se procede a cortar y a utilizar en las preparaciones; la limpieza de los utensilios se la efectúa de la misma manera, las tablas de cortar permanecen en una tina con agua y cloro.

El proceso del descongelado se lo realiza en la plancha, una vez hecho el pedido se saca el cárnico del congelador y se lo pone en la plancha luego que este está sellado se lo

termina de cocer en el microondas, muchas de las ocasiones estos platos son devueltos porque en su interior no alcanzó la temperatura indicada.

La cocción de productos como los calamares o camarones apanados, son excesivamente grasosos y toman una textura muy dura al momento de consumirlos, no se controla el tiempo adecuado de calentamiento del aceite ni el tiempo de cocción del género, la preparación de los demás productos se puede determinar como una buena elaboración de los procesos de cocción que implica cada plato.

El servido del plato, se lo realiza con las manos de los empleados sin utilizar pinzas, ni guantes para colocar todos los productos en el plato, y en el caso de derramamiento de alguna salsa se lo limpia con los dedos o con el delantal del manipulador.

La higiene del personal es un poco deficiente, uñas largas, cabello mal recogido, maquillaje excesivo en las damas, perfume con olor fortísimo en los señores, uniformes sucios, guardados en los lockers del Club o simplemente

llevados puestos a la salida de su jornada de trabajo; la higiene de la cocina la realizan cada día al terminar las labores utilizando detergente, cloro y químicos para limpiar la plancha, el piso y las paredes se las realiza de dos a tres veces en el día.

La falta de una persona que asuma el cargo de Chef Principal, el no contar con procesos determinados para realizar las preparaciones, de material adecuado y en buen estado como lo son licuadoras, balanzas, tablas, recipientes, ollas, cernidores, la disminución de personal en la cocina son factores que influyen negativamente en el proceso de producción, creando así insatisfacción en la Directiva del Club, ocasionando un sin número de problemas y preguntando a qué se debe tanta ineficiencia en el personal de cocina, cuestionándose qué es lo que se realiza con las cuotas que mensualmente aportan al Club y creando un ambiente muchas veces de impotencia al no saber qué es lo que en verdad sucede en el Club.

Cuadro N°3: Manejo de Procesos de BMP por parte del personal

Manejo de Procesos de BMP por parte del personal	
Aspecto	Observaciones
Higiene Personal	Uniformes en mal estado, rotos, dando uso inadecuado utilizándolos de limpienes. Hombres con cabello y barba. Mujeres mal recogido el cabello, sin malla y con uñas largas.
Higiene en el área de trabajo	No existe una clasificación de alimentos, por grupo, ni una clasificación de desperdicios, existe una limpieza más no una desinfección de equipos y utensilios.
Aplicación de Procesos y Métodos de Cocción	Las cocciones se las realizan sin una medición de temperaturas, puntos internos de cocción y tiempo.
Manejo de Utensilios	No cuentan con tablas de colores para cada función, no se abastecen de ollas, cernidores, balanzas, licuadoras, cuchillos; así que el manejo de los productos es deficiente y antihigiénico.
Sanitización de Frutas y Verduras	Limpieza de alimentos con agua, sin utilizar un desinfectante, ni deshojar las lechuga.
Optimización de Materia Prima	Desperdicio en gran parte, productos vencidos por falta de rotación adecuada, y los productos mal elaborados a la basura, produciendo esto un descuento al fin de mes. No existe un control de mermas.
Temperaturas de Cocción	Sin manejo de un termómetro, ocasionando devolución por parte de los socios y así perdiendo tiempo en otros pedidos.
Almacenamiento de Alimentos	Guardados sin fecha de elaboración y de caducidad a productos elaborados en el club, en recipientes sin tapar adecuadamente con papel film o tapas para los recipientes. No hay un control de temperaturas ni distancias.

Elaborado por: Paola Caiza

Cuadro N°4: Beneficios del Uso de un Manual para la Aplicación de Procesos BMP

Beneficios del Uso de un Manual para la Aplicación de Procesos BMP	
Aspecto	Observaciones
Higiene Personal	Uniformes limpios, utilización de delantales plásticos delante del uniforme, control del cabello, uñas por parte chef encargado del área.
Higiene en el área de trabajo	Limpieza y desinfección de mesones, con detergente, alcohol antiséptico. Los alimentos se encuentran separados y existen recipientes para colocar los más utilizados.
Aplicación de Procesos y Métodos de Cocción	Se las realiza midiendo el tiempo de cocción, puntos internos de temperatura en las carnes, utilizando termómetros.
Manejo de Utensilios	Con el abastecimiento de recipientes, ollas, platos y termómetros se ve un orden y limpieza que refleja un buen almacenamiento, falta tablas de colores roja, azul y beige.
Sanitización de Frutas y Verduras	Se realiza limpieza y desinfección detenidamente, deshojando y dejando actuar el desinfectante.
Optimización de Materia Prima	Disminución de descuentos al fin de mes, es el resultado de un mayor cuidado al momento de la preparación y la adecuada aplicación de procesos para no mal gastar.
Temperaturas de Cocción	Con el uso del termómetro se obtienen buenos términos y satisfacción del socio al no tener que devolver el plato.
Almacenamiento de Alimentos	Implementando afiches afuera de las cámaras, con la indicación y el lugar de como deben ir ubicados los alimentos, se ha conseguido un buen almacenamiento.

Elaborado por: Paola Caiza

CAPÍTULO III

MÉTODOS DE ELABORACIÓN DE GÉNEROS ALIMENTICIOS

UTILIZADOS EN EL CLUB

3.1. TIPOS DE CORTES

Los cortes que se realizan en la cocina del restaurante son con carne de res, pescado, pollo y cerdo.

Res

- Bola: Es una parte de la pierna. Se utiliza para milanesa, bistecques y en trocitos.

Imagen N°21: Ubicación del corte en la Vaca

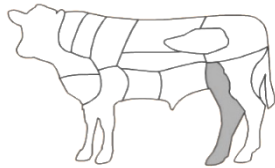


Imagen N°22: Corte de Res: Bola



Fuente: <http://cursococina.webcindario.com>

Fuente: <http://cursococina.webcindario.com>

- Lomo Fino: Músculo alargado y cónico ubicado junto al espinazo y bajo las costillas. El corte debe ser perpendicular de la carne para que sea tierna y jugosa. Se realiza cortes como filete mignon, medallones, puntas de filete.

Imagen N°23: Ubicación del corte en la Vaca

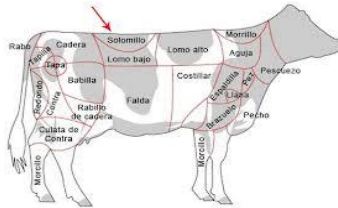


Imagen N°24: Corte de Res: Lomo Fino

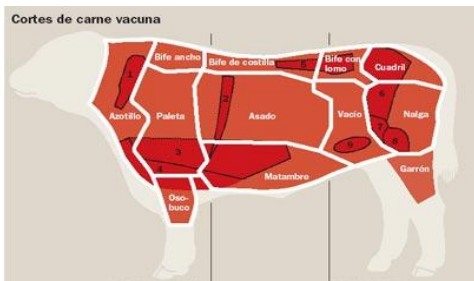


Fuente: <http://cursococina.webcindario.com>

Fuente: <http://cursococina.webcindario.com>

- Bife de chorizo: El bife de chorizo es la parte carnosa que se halla pegada al costillar del animal sin hueso ubicado en la cara externa del lomo del animal. Al ser separado del hueso, antes de cortarse en bifés, tiene forma triangular y cilíndrica. El bife angosto lleva adherido el hueso y proviene de la parte trasera, en cambio el bife ancho se saca de la parte delantera de la vaca.

Imagen N°25: Ubicación del corte en la Vaca



Fuente: <http://cursococina.webcindario.com>

Imagen N°26: Corte de Res: Bife de Chorizo



Fuente: <http://cursococina.webcindario.com>

Cerdo

- Chicharrón o también conocido como panceta: Este corte está ubicado en la parte costillar del cerdo, es usado principalmente a la parrilla por tener 3 partes: Una parte superior de grasa, otra de carne y por último de costillar.

Imagen N°27: Ubicación del corte en el Cerdo



Fuente: <http://cursococina.webcindario.com>

Imagen N°28: Corte de Cerdo: Panceta



Fuente: <http://cursococina.webcindario.com>

Pescado

- Filetes: Para preparaciones como el "tiradito" se corta el filete al sesgo en tamaños de 5 a 6 cm. x 1 cm.

Imagen N°29: Filetes de Pescado



Fuente: <http://cursococina.webcindario.com>

- Cubos: Tipo de corte como su nombre lo indica en cubos. Sirve para realizar el ceviche de corvina una vez cocinado en limón.

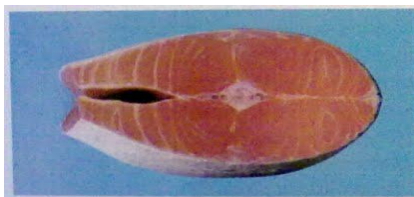
Imagen N°30: Corte en Cubos del Pescado



Fuente: <http://cursococina.webcindario.com>

- Darne: Es el corte de una rodaja de salmón con un grosor de unos 2-4 centímetros, algo más gruesa de lo normal para que la cocción no deje seco el pescado. Se lo realiza a la plancha o a la parrilla.

Imagen N°31: Corte de Salmón: Darne



Fuente: <http://cursococina.webcindario.com>

Pollo

- Pechuga: Corresponde al pecho del ave y es el corte con menos concentración de grasa. Se puede cortar en cubos, tiras, o porcionar para hacerlo a la plancha o a la parrilla.

Imagen N°32: Cortes del Pollo



Fuente: <http://cursococina.webcindario.com>

Imagen N°33: Corte de Pollo: Pechuga



Fuente:

<http://cursococina.webcindario.com>

- Filete de pechuga: Es la parte de la pechuga fileteada, es principalmente pura pulpa de carne y es usada para hacer milanesa y Chicken pita.

3.2. MÉTODOS DE COCCIÓN

En el capítulo anterior se detallaron acerca de las técnicas de cocción de los alimentos, ahora hablaremos sobre los métodos de cocción en los alimentos, principalmente de la carne, estos son importantes porque ayudan a modificar y eliminar las bacterias que presentan, aplicando un adecuado y correcto método de cocción, es decir se modifican los componentes físicos y bioquímicos.

Por calor seco o concentración

Se cocina en ausencia de agua y parte del agua del alimento se evapora y los elementos de sabor se concentran.

Objetivo: Realizar una coagulación superficial con el fin de provocar la concentración de elementos nutritivos y aromáticos cerca del centro del alimento.

Por calor húmedo o expansión

Se trata básicamente entre el alimento y el líquido de cocción, es a partir de un líquido frío con algunos complementos nutritivos y aromáticos lo que ayuda el intercambio entre el alimento y el líquido de cocción.

Objetivo: Provocar la salida de ciertos elementos con sabor hacia el líquido de la cocción y favorecer el intercambio nutritivo o aromático entre el alimento y el líquido. En este caso el líquido es reservado para la realización de la salsa

Mixta

Es una combinación de los dos métodos anteriores.

Objetivo: Asociar los dos fenómenos, concentración y expansión

3.4. TIPOS DE FRITURA

Freír por inmersión, o freír en grasa, puede ser definido como el proceso de cocción de alimentos por inmersión en un aceite o grasa comestible que está a una temperatura superior al punto de ebullición del agua, por lo general 150 a 200°C.

- **Superficial:** en un recipiente más o menos plano, como sartén o con bajo nivel de materia grasa, donde parte del alimento queda fuera del baño de fritura. La parte sumergida se fríe y la externa se cuece por efecto del vapor interno generado al calentarse.

- **Profunda:** al sumergir totalmente el alimento en el baño de fritura, normalmente en una freidora o en recipientes con nivel alto de materia grasa. La fritura es uniforme en toda la superficie.

3.5. FUENTES DE CALOR

Las propiedades fundamentales de las fuentes de calor son las siguientes:

Capacidad de control

Se entiende tanto los medios disponibles para fijar una temperatura dada, como la repetitividad de un determinado nivel de aportación de calor.

Inercia Térmica

Se refiere a la capacidad de variar con rapidez el aporte de calor y por ende la temperatura de la fuente de calor. Por ejemplo un horno convencional eléctrico o a gas, se traduce en tiempos largos y una aportación de calor significativa hasta alcanzar la temperatura deseada, la temperatura una vez estabilizada es muy estable, una vez apagado el horno este conserva el calor durante un tiempo prolongado, es decir cede energía lentamente.

Mecanismos de transferencia de Calor

- Conducción, tiene lugar mediante el contacto directo entre dos superficies. Es muy dependiente del área de contacto, del estado de la superficie, etc. La conducción es el mecanismo primario del proceso de calentamiento de un sartén mediante la placa vitrocerámica.

- Convección, se caracteriza porque se produce por intermedio de un fluido (aire, agua) que transporta el calor entre zonas con diferentes temperaturas. En el caso de líquidos, tiene como peculiaridad que la temperatura máxima alcanzable está dada por la temperatura de cambio de fase, o de degradación. Siempre es dentro de un horno, una olla de presión u ollas que tengan tapa.

- Radiación, es el mecanismo de transferencia térmica más rápido. Para que tenga lugar requiere mayores temperaturas, típicas de hornos de leña, eléctricos, cocción por carbón, etc.

Eficiencia

Se entiende por el tiempo de cocción, necesario para realizar una preparación dada.

3.6. PUNTO DE HUMO

El punto de humo es la temperatura hasta la cual se puede calentar una materia grasa antes de que su proceso de descomposición empiece, lo cual hace que pierda todas sus propiedades. Cuando el aceite pasa de la temperatura adecuada empieza ahumar y toma un color oscuro, también se vuelve más viscoso y huele mal.

Cuadro N°5: Puntos De Humo De Materia Grasa Utilizada En El Club

Puntos De Humo De Materia Grasa Utilizada En El Club			
Grasa	Calidad	Punto de Humo	
Aceite de soja	Sin refinar	320°F	160°C
	Semi refinado	350°F	177°C
	Refinado	450°F	232°C
Aceite de Oliva	Extra virgen	320°F	160°C
	Virgen	420°F	216°C
Mantequilla		350°F	177°C

Elaborado por: Paola Caiza

3.7. TEMPERATURAS ADECUADAS PARA REFRIGERACIÓN Y CONGELACIÓN.

Refrigeración

Proceso por el que se reduce la temperatura de un espacio determinado y se mantiene esta temperatura baja con el fin,

de enfriar alimentos, conservar determinadas sustancias o conseguir un ambiente agradable.

Cuadro N°6: Ventajas y Desventajas de la Refrigeración

Refrigeración	
Ventajas	Desventajas
Mantiene el nivel vitamínico de los alimentos.	Una inadecuada forma de almacenamiento puede causar una contaminación cruzada.
Madura de apoco las frutas que se utilizan en cada estación.	Si el alimento se encuentra en una atmósfera de humedad seca este se podría quemar.
Conserva el agua y ayuda a que disminuya la transpiración.	Formación de cristales de hielo.
Previene la putrefacción.	
Endurece a ciertos vegetales como el espárrago.	

Elaborado por: Paola Caiza

Reglas de Almacenamiento en Refrigeración

- Refrigerar productos sin tapa o cobertura.
- No refrigerar productos calientes.
- No refrigerar productos en sus propias latas.
- No almacenar productos crudos junto a productos cocinados o listos para servirse.

- Dejar líquidos con especificaciones de qué se trata, cuándo se la elaboró.
- Ningún insumo deberá estar a una altura inferior a 20 centímetros del suelo.
- Almacenar los alimentos crudos debajo de los alimentos cocidos.

Imagen N°34: Almacenamiento correcto de los alimentos



Fuente: FAO (Food and Agriculture Organization of the United Nations)

Temperatura de refrigeración

Todos los alimentos que necesitan refrigeración deberán conservarse a una temperatura menor o igual a 5°C.

Congelación

La congelación de alimentos es una forma de conservación que se basa en la solidificación del agua contenida en éstos.

Cuadro N° 7: Ventajas y Desventajas de la Congelación

Congelación	
Ventajas	Desventajas
Evita la reproducción de microorganismos.	Superficie del alimento con aspecto seco.
Conserva los alimentos por periodos muy prolongados	Producto con olor a rancio.
Mantiene los valores nutricionales de los alimentos.	Sabor ha congelado, por la falta adecuada de descongelación del producto formación de hielos.
Preserva frutas de 2 a 4 años, si la congelación se mantiene entre los -18°C y -24°C.	Olores no característicos en muy pocas ocasiones o cuando la fruta o verdura no está en un buen estado.

Elaborado por: Paola Caiza

Temperatura de congelación: los alimentos congelados deben mantenerse a temperaturas entre -12°C y -18°C , excepto que el rótulo aprobado del producto congelado especifique otra temperatura.

Cuadro N°8: Temperatura Adecuada de Refrigeración y Congelación en los alimentos

Temperatura Adecuada de Refrigeración y Congelación en los Alimentos		
Género Alimenticio	Refrigeración	Congelación
Carne fresca picada	2°C	-18 a -20°C
Carne	0 a 3°C	-18 a -20°C
Carne fresca en cortes grandes	-1 a 3°C	-18 a -20°C
Pollo	0 a 3°C	-18 a -20°C
Leche	0 a 4°C	$-0,54^{\circ}\text{C}$
Frutas y Vegetales	3 a 7°C	-0°C
Pescado	0 a 2°C	-18°C
Moluscos	0 a 2°C	-18°C
Crustáceos	0 a 2°C	-18°C
Mantequilla	4 a 6°C	-18 a -20°C
Quesos	0 a 5°C	$-1,2$ y $-2,4^{\circ}\text{C}$
Huevos	0 a 1°C	No se congela

Elaborado por: Paola Caiza

Normas para un buen congelamiento

- Guardar en porciones para no descongelar y congelar a la vez.
- Envasar los productos para congelar correctamente, en recipientes herméticos o envoltorios adecuados que los protejan de posibles contaminaciones y eviten las pérdidas de líquidos, así como su contacto con el aire.
- Guardar correctamente los productos con plástico tipo Film.
- No guardar productos en sus propias latas.
- No congelar en envases de vidrio.
- No congelar productos cocinados.
- Las verduras tienen que ser escaldadas previamente y las frutas se congelan una vez cocidas. El marisco es también preferible congelarlo cocido.
- Anotar en el paquete o en el envase la fecha de congelación, es conveniente registrar el nombre del alimento o preparado y su número de raciones.

Métodos seguros para descongelar alimentos

En la refrigeradora

Colocando los productos que se van a utilizar en la refrigeradora con tiempo suficiente para que se descongelen. Es un proceso de descongelación lenta pero a una temperatura que está fuera de la zona de peligro.

En el horno microondas

Siguiendo las recomendaciones del manual de funcionamiento del equipo en cuanto a los tiempos y la potencia adecuada para descongelar. Es un método de descongelación rápido. Debido a que algunas áreas del alimento pueden calentarse durante el descongelado, este proceso debe ser seguido de la cocción inmediata del alimento.

Imagen N°35: Quemadura de carne por frío.



Fuente Steven Depolo

CAPÍTULO IV

SALUD E HIGIENE ALIMENTICIA DE LOS MANIPULADORES DE ALIMENTOS.

4.1. HIGIENE PERSONAL

“La higiene es el conjunto de conocimientos y técnicas que aplican los individuos para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud.

La higiene personal es el concepto básico del aseo, de la limpieza y del cuidado del cuerpo humano.”

Hábitos Higiénicos: Las actitudes responsables de quienes manipulan alimentos constituyen una de las medidas más efectivas para prevenir las enfermedades transmitidas por su consumo. Recordemos que las personas somos el principal medio de contaminarlos cuando no cumplimos con las reglas básicas de higiene personal y hábitos higiénicos.

En caso de enfermedad

Es necesario que el manipulador extreme los cuidados para evitar hábitos como toser, estornudar o hablar sobre los alimentos; puede ocurrir que bacterias como el estafilococo, que viven en la boca, la nariz o la garganta, puedan caer

sobre el alimento en las gotas y contaminarlo. Estos hábitos, incluso deben ser evitados estando sano.

Así mismo, si el manipulador debe permanecer necesariamente preparando alimentos cuando tiene heridas en las manos, deberá cubrirlas con una banda protectora y guantes, los que deben ser cambiados con la frecuencia necesaria según la operación que realiza.

Hábitos deseables

Además de los hábitos referidos a la higiene personal y la vestimenta, el manipulador siempre debería acostumbrarse a:

- Lavar prolijamente utensilios y superficies de preparación antes y después de usarlos.
- Lavar cuidadosamente la vajilla y cubiertos antes de usarlos para servir.
- Tomar platos y fuentes por los bordes, cubiertos por el mango, vasos por el fondo y tasas por el asa.

Hábitos indeseables

- Rascarse la nariz, la boca, el cabello, las orejas o tocarse heridas, quemaduras o vendajes, por la facilidad de

propagar bacterias a los alimentos en preparación. De tener que hacerlo, acudir a un inmediato lavado de manos.

- Fumar, comer, mascar chicle, beber o escupir en las áreas de preparación de alimentos.

- Usar uñas largas o con esmalte.

- Usar anillos, pulseras, aros, relojes u otros elementos que además de esconder bacterias, pueden caer sin darse cuenta en los alimentos o en equipos y además de causar un problema de salud al consumidor, pueden incluso causar un accidente de trabajo.

- Utilizar la vestimenta como pañuelo o limpión para limpiar o secar.

Requisitos para visitantes

Las personas que visitan el club en especial los lugares de preparación de alimentos y las áreas de producción, deberán llevar la indumentaria requerida como malla para el cabello, un delantal y guantes si su presencia fuera para degustar algún alimento o controlar las áreas.

Correcto lavado de manos:

- 1.- Remangar el uniforme hasta el codo.

- 2.- Enjuagar las manos y el antebrazo hasta el codo.

3.- Frotar las manos con el jabón hasta que se forme espuma y extenderla de las manos hacia los codos.

4.- Cepillar cuidadosamente manos y uñas; a falta de cepillo, el lavado con agua y jabón se hará al menos por 20 segundos, restregando fuerte manos y uñas.

5.- Enjuagar bien al chorro de agua desde las manos hacia los codos.

6.- Secar las manos con toalla de papel y desinfectar las manos se puede utilizar alcohol.

Imagen N° 36: Lavado de Manos



Fuente: <http://www.semanarioprimerdia.com.ar/2012/10/lavado-de-manos-practica-higienica.html>

El Uniforme

El uniforme cumple con funciones como la de proteger al manipulador de algún accidente, el de representar al Club, y sobretodo es con el cuál los alimentos tienen contacto por estas razones el uniforme deberá llevar las siguientes características:

- Estar siempre limpia.
- Amplia y adaptada a los movimientos del manipulador.
- De tejidos que absorban fácilmente el sudor, lavable.
- Ser elaborado de tela ininflamable.

Gorra

Tiene como función proteger del calor y la transpiración, evita la caída del cabello en los alimentos, su material es de tela y algodón.

Imagen N°37: Gorra de Arrayanes Country Club



Fuente: Arrayanes Country Club

Chaqueta

El personal del restaurante cuenta con dos colores de chaquetas una blanca y otra azul, las cuales van alternando en sus días de labores, en el pecho tiene doble tela para proteger del calor la zona abdominal y también de quemaduras, una hilera de botones, cuello en forma militar. Las mangas deberían ser $\frac{3}{4}$ del brazo para evitar el deslizamiento del sudor de las axilas, así como para protección de quemaduras.

Imagen N°38: Chaqueta Negra y Blanca de Arrayanes Country Club



Fuente: Arrayanes Country Club

Pantalón

Su material es de algodón, de color negro con rayas verticales blancas, con cordón en la cintura y holgados para ayudar al movimiento y la transpiración.

Imagen N°39: Pantalón Negro de Arrayanes Country Club



Fuente: Arrayanes Country Club

Zapatos

Los trabajadores cuentan con zapatos Suecos cerrados por delante y con la talonera abierta cumpliendo así con funciones como impermeabilidad, anti-deslizante, livianos, higiénicos, cómodos, para estar de pie, resistentes a altas temperaturas, sobretodo dando integridad y seguridad al trabajador ya que estos zapatos ayudan a prevenir enfermedades como Artrosis en la rodilla o problemas de cadera o espalda, debido al taco que tiene incorporado en él.

Imagen N°40: Zapatos Antideslizantes de Arrayanes Country Club



Fuente: Arrayanes Country Club

Delantal De Cintura

De tela ininflamable llegando hasta las rodillas, ayuda a mantener limpio el pantalón y parte de la chaqueta, de color negro.

Imagen N°41: Delantal negro Arrayanes Country Club



Fuente: Arrayanes Country Club

Limpión

Repasador que se debería enganchar al cordón del delantal sirve para secarnos las manos, además se usaría para abrir el horno, destapar una olla; de algodón.

La indumentaria debe ser de color blanco o en su defecto de color claro para visualizar mejor su estado de limpieza y nunca deberá ser utilizada en áreas diferentes a la de proceso o a la de los vestidores.

Imagen N°42: Limpión



Fuente: Arrayanes Country Club

4.2. CORRECTA SANITIZACIÓN DE FRUTAS Y VERDURAS

Se denomina desinfección a un proceso físico o químico que mata o inactiva agentes patógenos tales como bacterias y virus impidiendo el crecimiento de microorganismos patógenos.

Tipos de desinfectantes a utilizarse

Es importante que antes de usar un desinfectante, nos aseguremos que este cumple con la normativa vigente y haya como poder aplicarlos en las industrias alimentarias. Entre los desinfectantes habituales se encuentran:

- Cloro y compuestos clorados.
- Vinagre
- Bicarbonato de Sodio

Proceso para desinfectar Frutas y Verduras:

1. Limpiar la fruta o verdura debajo de un chorro de agua fría al menos un par de minutos, frotando bien con la mano o con un cepillo para arrastrar todo lo que pudiera estar pegado.

2. Después del agua, dejar el alimento en remojo con algún desinfectante, como puede ser:

* Vinagre: es un buen desinfectante natural para eliminar parásitos y bacterias que puedan venir con los alimentos; se debe diluir un vaso de vinagre por litro de agua.

* Bicarbonato de sodio: también es un buen desinfectante natural, se utiliza una cucharada por litro de agua.

* Ácido clorhídrico (Lejía): Se puede decir que es el más eficaz pero también hay que tener cuidado porque su principal contenido es el cloro y puede ser perjudicial para la salud. En este caso hay que diluir 5 gotas de cloro por litro de agua.

3. El tiempo máximo que deben dejarse los alimentos en remojo con cualquiera de los desinfectantes es de 10 minutos.

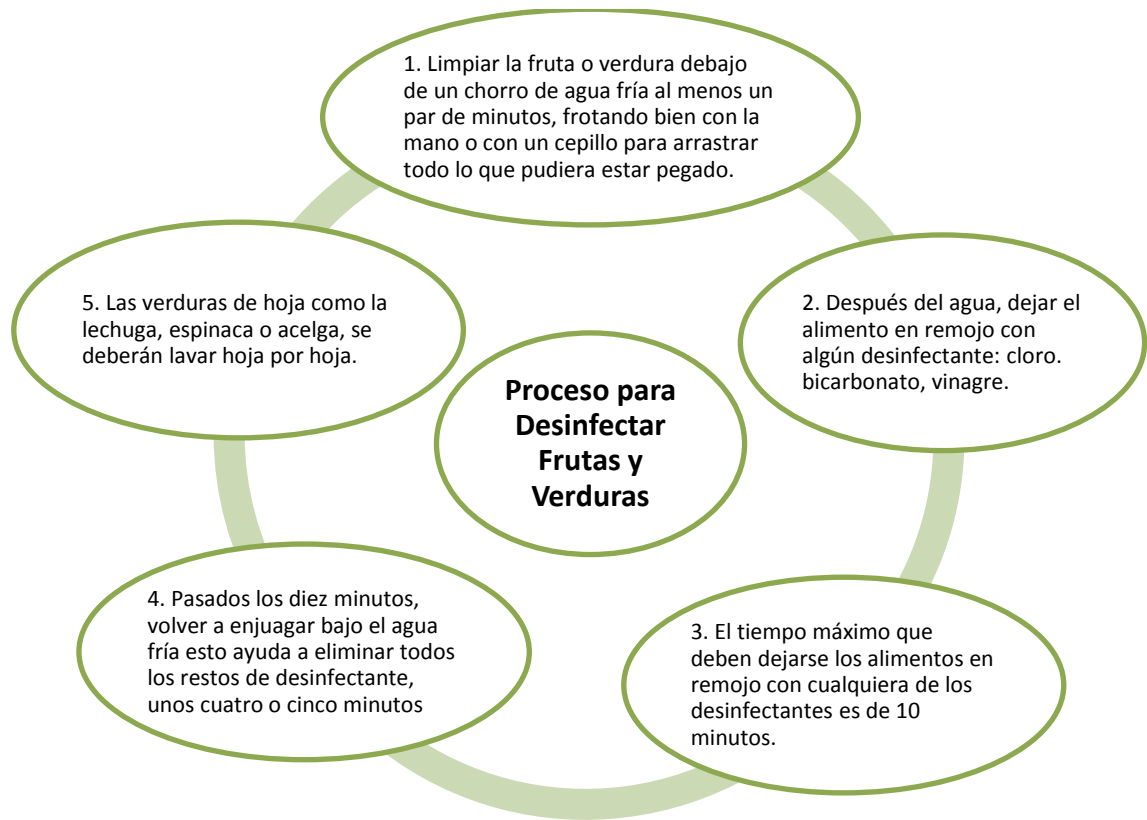
4. Pasados los diez minutos, volver a enjuagar bajo el agua fría esto ayuda a eliminar todos los restos de desinfectante, unos cuatro o cinco minutos.

5. Las verduras de hoja como la lechuga, espinaca o acelga, se deberán lavar hoja por hoja.

Nota:

- No retirar el rabillo de las frutas y verduras, como fresas, manzanas, guayabas o tomates, hasta que las haya desinfectado, ya que de lo contrario los microorganismos pueden ingresar a la pulpa y la desinfección no será efectiva.

Gráfico N°1: Proceso para Desinfectar Frutas y Verduras



Elaborado por: Paola Caiza

Fuente: www.marianakoppmann.com

4.3. ENFERMEDADES DE TRASMISIÓN ALIMENTARIA

Las enfermedades alimentarias son aquellas que se atribuyen a un alimento específico, a una sustancia que se le ha incorporado o a su contaminación a través de recipientes mientras se prepara o distribuye.

Tipos de enfermedades de transmisión alimentaria

- Intoxicaciones alimentarias

Causadas por el consumo de alimentos que contienen sustancias tóxicas, como restos de pesticidas en vegetales o productos tóxicos formados por la descomposición del propio alimento.

- Infecciones alimentarias

Derivadas de la ingestión de los alimentos contaminados. Su causa son los gérmenes presentes en el producto.

- Toxiinfecciones alimentarias

Originadas por la presencia en los alimentos de gérmenes patógenos, además de reproducirse, producen toxinas.

Causas De Contaminación o Multiplicación Bacteriana

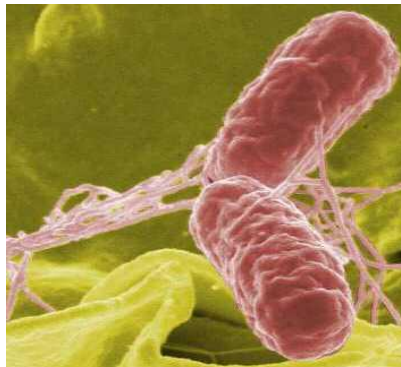
- Las bacterias causantes de las enfermedades alimentarias se encuentran en todas partes.
- Un alimento puede tener un aspecto, aroma y sabor normales y sin embargo estar contaminado y causar una intoxicación alimentaria.
- Enfriamiento lento de los alimentos preparados.
- Preparación con demasiada antelación al consumo.

- Almacenamiento inadecuado.
- Conservación a temperatura ambiente de aquellos alimentos que requieren frío.
- Tratamiento térmico o cocinado insuficiente.
- Conservación en caliente por debajo de 65°C de platos preparados.
- Higiene personal deficiente.
- Contaminación cruzada.
- Ingredientes sin garantía sanitaria reconocida

Enfermedades a las que son expuestos los Manipuladores de Alimentos del Club

Salmonella

Imagen N°43: Bacteria: Salmonella



Fuente: EAFSI

Es un género de bacterias formado por bacilos gramnegativos, anaerobios facultativos con flagelos periticos y que no desarrollan cápsula ni esporas. Son bacterias

móviles que producen ácido sulfhídrico. Emplean glucosa por poseer una enzima especializada, pero no lactosa.

Se desarrolla mejor en ambientes ricos en nutrientes y a temperatura ambiente. Su temperatura óptima de crecimiento es 37°C (la temperatura del cuerpo humano). Pero también se puede mantener viva en el agua (ríos o lagos con contaminación fecal). En el caso de Salmonella Enteritidis se encuentra en el suelo del gallinero y así se contagian los pollos.

Alimentos implicados:

- Los huevos crudos y todos los derivados en cuya elaboración se utiliza huevo crudo, como mayonesa, clara batida o leche con huevo.
- Aves crudas o poco cocinadas.
- Alimentos ya elaborados que se dejan a temperatura ambiente durante varias horas.

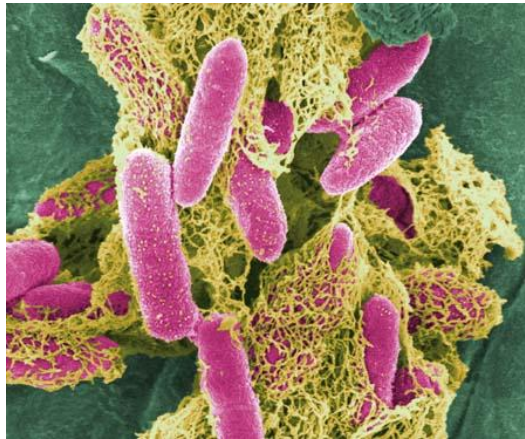
Recomendaciones:

- No lavar los huevos, la cáscara es muy porosa y la humedad facilita la penetración de bacterias en el interior. La salmonella se encuentra en la cáscara.
- No utilizar huevos rotos, con restos de plumas o heces.

- Conservarlos en el refrigerador para aumentar su vida útil, aunque pueden almacenarse a temperatura ambiente.
- Lavar el plato y utensilios donde se ha batido o manipulado huevo crudo para que no entre en contacto con los alimentos elaborados.
- Cocinar la carne en general, pero sobre todo las aves, la temperatura en el interior debe alcanzar los 65°C.

Escherichia coli

Imagen N°44: Bacteria: Escherichia coli



Fuente: EAFSI

Es una enterobacteria que se encuentra generalmente en los intestinos animales, pero se lo puede encontrar en todos lados, dado que es un organismo ubicuo.

Es un bacilo que reacciona negativamente, es anaerobio facultativo, móvil por flagelos peritricos (que rodean su cuerpo), no forma esporas, es capaz de fermentar la glucosa y la lactosa.

Escherichia coli es casi exclusivamente de origen fecal y se transmite a través de la contaminación fecal de los alimentos y del agua, así como también a través de la contaminación cruzada o por contacto humano directo durante la preparación de los alimentos. Mientras tanto, la principal vía de exposición es el consumo de alimentos contaminados, como carne molida cruda o mal cocida, leche cruda y productos frescos.

Alimentos implicados:

- Carne de res cruda o poco cocinada.
- Productos frescos crudos.
- Leche cruda.
- Jugos de fruta sin pasteurizar.
- Agua contaminada o sin un adecuado tratamiento de potabilización.

Recomendaciones:

- Cocinar de forma adecuada la carne de res, sobre todo las hamburguesas.
- Control de los alimentos frescos en el origen, de forma especial la leche y la carne.

- Evitar consumo de leche no pasteurizada o agua no potabilizada.
- Desinfectar los vegetales que vayan a consumirse crudos o bien lavarlos con abundante agua.

Listeria monocytogenes

Imagen N°44: Bacteria: Listeria monocytogenes



Fuente: EAFSI

Es una bacteria que se desarrolla intracelularmente, es uno de los patógenos causante de infecciones alimentarias más virulentos, con una tasa de mortalidad entre un 20 a 30%, más alta que casi todas las restantes tóxico infecciones alimentarias. Es un bacilo Gram positivo, pequeño (0,4 a 0,5 micrones de ancho x 0,5 a 1,2 de largo) no ramificado y anaerobio facultativo capaz de proliferar en un amplio rango de temperaturas (1 °C a 45 °C) y una elevada concentración de sal.

Es también un contaminante frecuente de los productos alimentarios, ya que es capaz de generar biopelículas en alimentos que se encuentren en refrigeración, porque tiene la capacidad de crecer hasta a 4 °C.

Normalmente se presenta en el medio ambiente. Puede transmitirse a los humanos a través de la ingestión de alimentos contaminados con ella en cualquier fase en la cadena alimentaria, durante la producción en el campo, el procesamiento, la distribución, y preparación para el consumo.

Esta bacteria es algo rara ya que sobrevive a temperaturas de refrigeración (3°C o menos). Es ligeramente más resistente al calor que otras bacterias, ya que crece a temperaturas altas como 45 a 50 °C.

Alimentos implicados:

- Alimentos listos para consumir a base de carne de res, pollo o pescado.
- Leche cruda.
- Quesos blandos.
- Verduras con un excesivo almacenamiento en origen.
- Productos en conserva o ahumados.

Recomendaciones:

- Evitar el almacenamiento prolongado, incluso en refrigeración, de vegetales.
- Limpiar y desinfectar las superficies de uso y los utensilios en contacto con alimentos crudos.
- Mantener una cuidadosa higiene del refrigerador.
- Asegurar una correcta cocción de los alimentos.

Campylobacter jejuni

Imagen N°45: Bacteria: **Campylobacter jejuni**



Fuente: EAFSI

Es un bacilo que responde negativamente es capaz de crecer en una atmósfera de composición 5% de oxígeno, 10% de dióxido de carbono y 85% de nitrógeno.

Provoca infecciones intestinales, el cuadro clínico se manifiesta por una diarrea aguda, que puede o no ir acompañada de vómitos, dolor abdominal, dolor de cabeza y

malestar general. El período de incubación es de 1 a 10 días, el cuadro clínico es auto limitado y dura entre 2 a 5 días.

Se encuentra con frecuencia en el pollo crudo. Los estudios indican que del 20 al 100% de los pollos comercializados están contaminados. Así mismo, la leche cruda es también una fuente de contaminación. La bacteria es transportada frecuentemente por el ganado vacuno sano, otra probable fuente de infección es el agua no clorada.

Alimentos implicados:

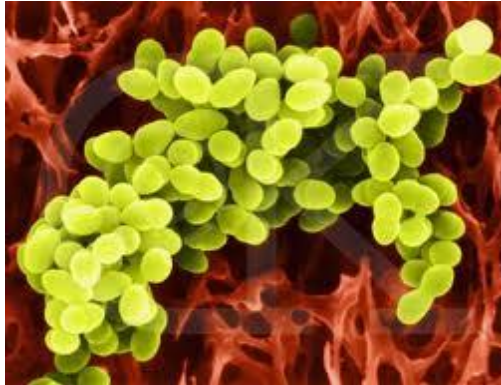
- Carne de pollo cruda o poco cocinada.
- Leche sin pasteurizar.
- Agua sin un adecuado tratamiento de potabilización o contaminada.
- Pescado crudo o poco cocinado.

Recomendaciones:

- Cocinar de forma adecuada la carne de pollo.
- Evitar contaminación cruzada, es decir, no mezclar carne cruda con alimentos ya cocinados. Este es el mayor riesgo de esta bacteria, por tanto, es importante la correcta higiene de las tablas de cortar, utensilios, platos, etc.

Estafilococos aureus

Imagen N°46: Bacteria: **Estafilococos aureus**



Fuente: EAFSI

Es una bacteria anaerobia facultativa, gram positiva, se puede localizar en cualquier alimento y produce una intoxicación muy aguda. Esta aparece entre las 2 y 12 horas después de la ingestión de la toxina que genera el patógeno y provoca vómitos intensos e incontrolados, aunque no fiebre.

Es una intoxicación leve y desaparece en 24 horas. El responsable del problema es una toxina de carácter termoestable, lo que permite que en alimentos cocinados se mantenga la toxina, aun cuando no esté presente el microorganismo. Por ello, el control exclusivo de la presencia de la bacteria no es suficiente, sobre todo si el alimento se ha cocinado antes.

Esta bacteria se encuentra en la piel de los animales, pero también de las personas, así como en su garganta y fosas

nasales, hasta el punto que la casi totalidad de la población humana podrá ser portadora del microorganismo a lo largo de su vida. Por ello, la probabilidad de contaminar los alimentos es muy alta, no solo por los manipuladores, también por los clientes al tocar u oler los alimentos

Alimentos implicados:

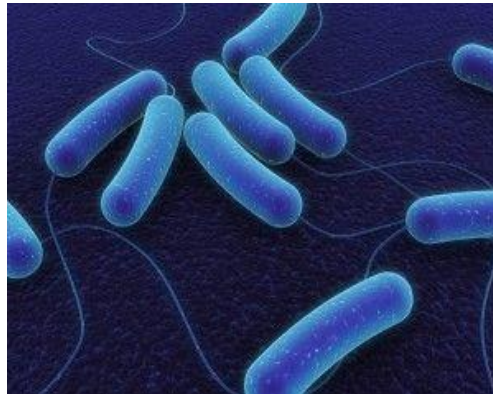
- Alimentos cocinados ricos en proteínas: jamón cocido, carne de ave.
- Productos de pastelería (sobre todo los rellenos de crema).
- Productos lácteos.
- Ensaladas.

Recomendaciones:

- Imprescindible una buena práctica higiénica, es una bacteria resistente a las condiciones ambientales y en la mayoría de los casos convierte a los manipuladores de alimentos en su principal vía de propagación.
- Mantener los alimentos bajo temperaturas de refrigeración ya que el frío impide que se forme la toxina que desencadena la infección en humanos.

Shigella

Imagen N°47: Bacteria *Shigella*



Fuente: EAFSI

Es una bacteria con forma de bacilo gram positivo, no móvil, no formadora de esporas e incapaces de fermentar la lactosa, pueden contraerse por comer alimentos contaminados con aspecto y olor normales. Los alimentos pueden contaminarse por contacto con personas infectadas que los manipulan y se olvidan de lavarse las manos con jabón después de utilizar el baño. Las legumbres pueden contaminarse si se cosechan de un campo en el que el riego se contamina por residuos fecales. Las moscas pueden procrear en heces infectadas y luego contaminar los alimentos.

Alimentos implicados:

- Productos lácteos.
- Carne de res y de pollo.
- Ensaladas.

- Frutas y verduras crudas.
- Agua no potabilizada o contaminada.

Recomendaciones:









- Evitar consumir alimentos crudos o poco cocinados.
- Mantener los productos crudos en refrigeración.
- Conservar una adecuada higiene personal.
- Evitar la contaminación cruzada, lavar utensilios de cocina después de su uso para no mezclar alimentos crudos con cocinados.

CAPÍTULO V

FORMATOS DE CONTROL












Los formatos de control establecidos nos ayudan para poder detectar las falencias en las actividades que se realizan en la cocina, además ayuda a crear una mejor calidad y sanidad al conocer y corregir los errores, se puede controlar el avance de los empleados, sin entorpecer su creatividad o participación en el trabajo.

Gráfico N°2: Programa de Limpieza y Desinfección

Zona:	COCINA				
Zona y/o materiales a limpiar	Frecuencia mínima	Producto	Dosificación	Temperatura agua	Modo de Empleo
MARMITAS, PEROLAS, CAZUELAS				 100°C	
TABLAS DE CORTE, CUCHILLOS,				 100°C	
UTENSILIOS, VAJILLA, CUBERTERÍA				 100°C	
CUBOS BASURA				 100°C	

Fuente: Seguridad Alimentaria-Asturias

Gráfico N°3: Programa de Limpieza y Desinfección

Zona:		COCINA				
<i>Zona y/o materiales a limpiar</i>	<i>Frecuencia mínima</i>	<i>Producto</i>	<i>Dosificación</i>	<i>Temperatura agua</i>	<i>Modo de Empleo</i>	
 HORNOS				 100°C		
 FREIDORAS				 100°C		
 CAMPANAS EXTRACTORAS				 100°C		
FOGONES, PARRILLAS, PLANCHAS				 100°C		

Fuente: Seguridad Alimentaria-Asturias

Instrucciones Cumplimentación Fichas Programa De Limpieza Y

Desinfección

✓ Es importante indicar la dosificación de los productos empleados de manera sencilla (Ejemplo: un gota por cada 5 litros de agua) de modo que la persona encargada la entienda con facilidad. En caso de utilizar varios productos deberán indicarse las distintas dosificaciones y/o modos de empleo (en caso de que no coincidan las dosificaciones y/o modo de empleo).

✓ Deberá indicarse la temperatura óptima de actuación del producto (puede consultarse la ficha del producto o las instrucciones de uso).

✓ En el modo de empleo se detallarán las fases operativas del proceso de limpieza y desinfección; por ejemplo: Disolver el producto en agua, dejar actuar 5 minutos, aclarar con agua bien caliente, secar con papel de un solo uso.

Este programa deberá ser revisado y actualizado siempre que se cambie de producto y, al menos, una vez al año.

FICHA DE SUPERVISIÓN COCINA		
<i>Fecha:</i> <i>Área de Producción: Cocina caliente</i> <input type="checkbox"/> <i>Cocina Fría</i> <input type="checkbox"/>	<i>Incidencia</i> <i>Medida Correctora</i>	
<p>MANIPULACIONES</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Orden adecuado, con ausencia de objetos extraños, cartones o, recipientes con productos en el suelo, etc. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Separación de zonas, superficies y utensilios para la manipulación de las materias primas, de los productos elaborados y semielaborados. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Las operaciones se realizan rápidamente evitando que los productos refrigerados permanezcan fuera de los cuartos fríos. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Las verduras y hortalizas que se van a consumir crudas se lavan y desinfectan adecuadamente. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ La descongelación se realiza higiénicamente (alimentos protegidos, evitando el contacto con líquidos, en refrigeración o sistema con garantía sanitaria equivalente). IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Se controla la temperatura de los productos elaborados de riesgo. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Control del tiempo de enfriado de los productos de riesgo (máximo 2 horas para introducirlos en las neveras). IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Conservación de platos en caliente a temperatura $\geq 65^\circ \text{C}$. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Productos y útiles de limpieza separados de los alimentos. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> <p>IC= Incorrecto C= Correcto</p>		<p>-----</p> <p>Firma del Responsable</p>

FICHA DE SUPERVISIÓN COCINA

Fecha: Área de Producción: Cocina caliente <input type="checkbox"/> Cocina Fría <input type="checkbox"/>		Incidencia Medida Correctora
Suelos, paredes , techos <ul style="list-style-type: none"> ▪ Suelos sin grietas y limpios. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Paredes sin grietas y limpias. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Techos sin grietas, manchas o humedad. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Lámparas con protección y limpias. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> 		
Superficies de trabajo <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tablas de corte en buen estado y limpias. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Mesas de trabajo sin grietas, limpias y desinfectadas. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> 		
Lavamanos <ul style="list-style-type: none"> ▪ Limpios y en buen estado. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Sin objetos y alimentos. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Con jabón líquido y toallas de papel. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Agua caliente y agua fría. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> 		
Equipos <ul style="list-style-type: none"> ▪ Planchas en buen estado y limpias. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Hornillas limpias, desengrasadas y en buen estado. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Hornos limpios y en buen estado. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Freidora en buen estado y limpia. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Desechos de basura limpios y en el lugar correcto. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> 		<p>-----</p> <p>Firma del Responsable</p>

FICHA DE CONTROL DE HÁBITOS HIGIÉNICOS DEL MANIPULADOR		
Nombre :	Ambiente :	
Fecha :	Supervisado por :	
		Observaciones :
<p>El manipulador cumple con los siguientes hábitos higiénicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cabello corto, recogido y limpio. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Afeitado (hombres). IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Uñas cortas y limpias. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Utiliza anillos, pulseras, cadenas, etc. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Uso del uniforme completo (gorra, safari, chaqueta, pantalón, delantal, zapatos y limpión). IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Permanece en silencio cuando prepara los alimentos. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Se tapa boca y nariz al estornudar. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Avisa a su superior cuando presenta alguna enfermedad o corte. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Utiliza para su consumo sobras dejadas por el consumidor. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Utiliza guantes al momento de montar un plato. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> <p>El manipulador se lava y desinfecta las manos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Al iniciar el trabajo. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Antes y después de manipular alimentos crudos IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Al manipular recipientes de basura, trapeadores y utensilios sucios. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> <p>Después de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Utilizar el sanitario. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Rascarse o tocarse alguna parte del cuerpo. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Estornudar. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Limpiarse el sudor. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> ▪ Terminada su jornada de trabajo. IC <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> 		
		<p>-----</p> <p>Firma del Responsable</p>

2.3. HIPÓTESIS

H_I: Con la implementación de un manual de procesos para el restaurante El Deportivo, en Arrayanes Country Club, se logrará mejorar cada uno de los procedimientos realizados hasta llegar a la entrega del producto al cliente.

H₀: Con la implementación de un manual de procesos para el restaurante El Deportivo, en Arrayanes Country Club, no se logrará mejorar cada uno de los procedimientos realizados hasta llegar a la entrega del producto al cliente.

TERCERA PARTE-METODOLOGÍA

3.1. TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.

3.1.1. Tipo de Investigación.

El tipo de investigación que se realizó en este restaurante es una Investigación Descriptiva, mediante la entrevista. El objetivo de la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes que se presentan día a día, a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas que laboran en el Restaurante El Deportivo.

3.1.2 Diseño de la Investigación

El resultado cuantitativo de las respuestas del personal que labora en el Restaurante El Deportivo, fueron las conclusiones.

Cuantitativo: Entrevista Estructurada.

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1 Población

La población con la cual se trabajó es de seis personas encargadas de la producción de la cocina fría y cocina caliente, entre hombres y mujeres.

Sr. Bolívar Miranda	Sous Chef
Sr. José Zacarías	Ayudante de Cocina
Sr. Fabián Rosado	Ayudante de Cocina
Srta. Adriana Pilco	Ayudante de Cocina
Srta. Laura Larrea	Ayudante de Cocina
Sr. Ángel Morales	Ayudante de Cocina

3.2.2 Muestra

En vista de que la cantidad de personas que trabajan en el restaurante es un número reducido no fue necesario realizar un cálculo de muestra. Se aplicó una encuesta a cada uno del personal del restaurante.

Esta nos sirvió para poder recolectar datos generales, un extracto de lo que las personas nos van a informar acerca de los temas a preguntar.

3.3. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Encuesta: se realizó un modelo de encuesta estructurada para el personal del Restaurante, la cual contiene 6 preguntas cerradas y 3 abiertas. (Ver Apéndice A)

La cual nos indicará el conocimiento que poseen acerca de la manipulación e higiene en la manipulación de alimentos,

la manera de realizar su trabajo en la cocina y lo que les hace falta para realizar con eficiencia su trabajo.

3.4. DESCRIPCIÓN DE TRABAJO DE CAMPO

La aplicación de la encuesta se la realizó en el mes de Marzo del 2013, fuera del horario de trabajo del personal; lunes o martes 10:00 am.

3.5. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS

3.5.1. PROCESAMIENTO.

Los datos adquiridos en las entrevistas aplicadas serán tabulados mediante conteo utilizando hojas de cálculo de Microsoft Excel.

3.5.2. ANÁLISIS.

Se realizó un análisis en forma general ya que el universo es muy reducido, se hizo un estudio de cada pregunta y de acuerdo al personal aplica.

CUARTA PARTE-PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4.1.- Presentación Gráfica de Resultados

La entrevista realizada al personal del Restaurante El Deportivo fue realizada en la oficina del Sous Chef, con autorización de Gerencia de Calidad, la cual arrojó los siguientes datos:

Pregunta N°1.- ¿Sabe qué significan las Buenas Prácticas de Manufactura?

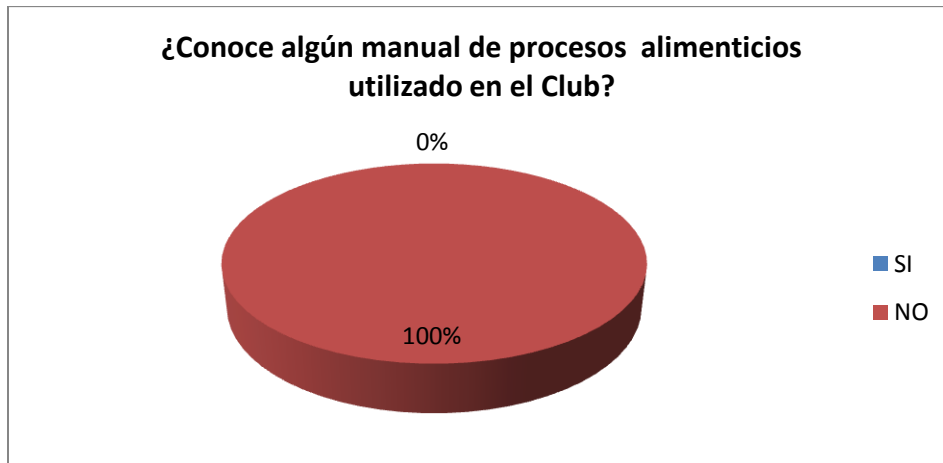
Gráfico N° 4: Resultados de la Pregunta N° 1.



Elaborado por: Paola Caiza

Pregunta N°2.- ¿Conoce algún manual de procesos alimenticios utilizado en el Club?

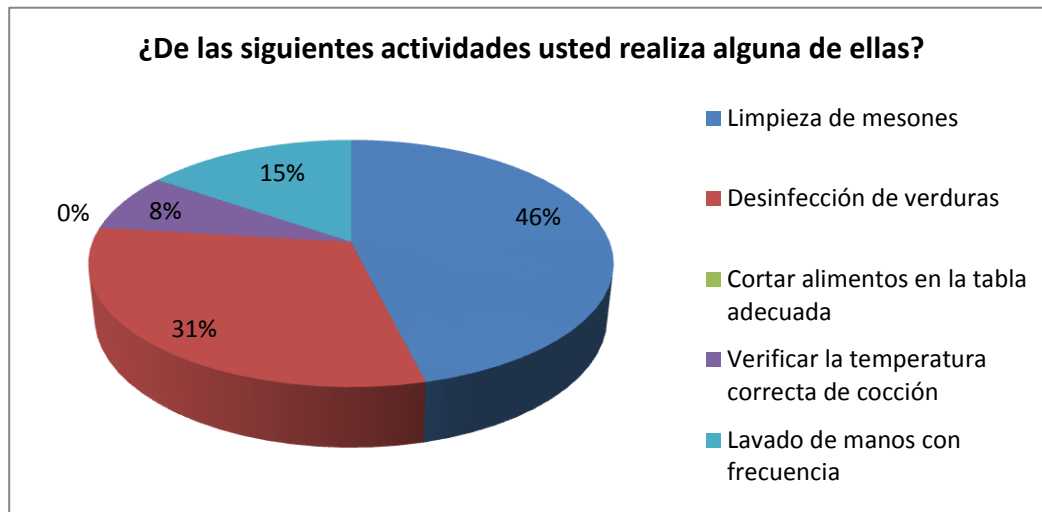
Gráfico N°5: Resultados Pregunta N°2



Elaborado por: Paola Caiza

Pregunta N°3.- De las siguientes actividades, ¿Usted realiza alguna de ellas?

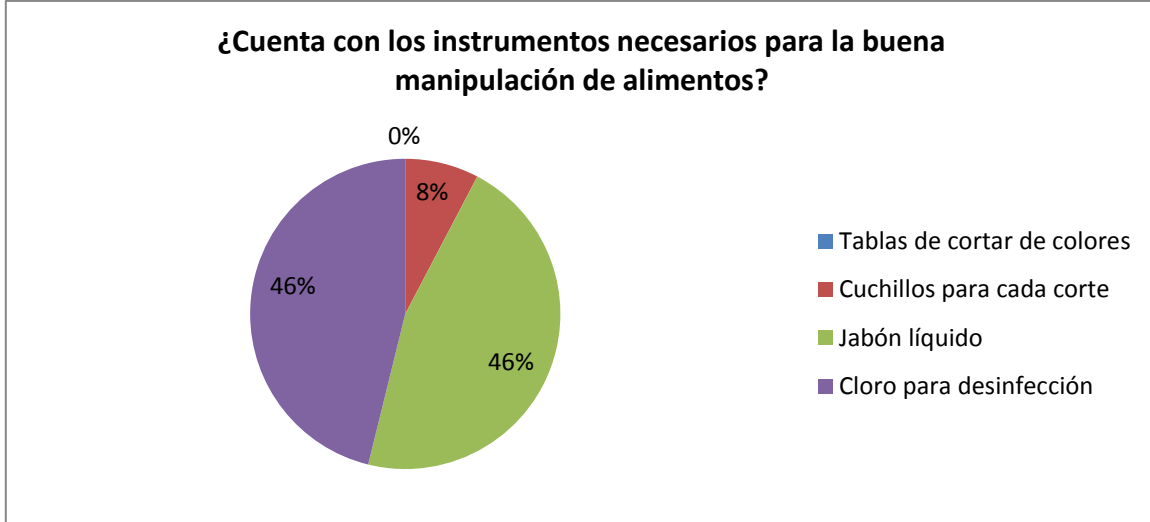
Gráfico N°6: Resultados Pregunta N°3



Elaborado por: Paola Caiza

Pregunta N°4.- ¿Cuenta con los instrumentos necesarios para la buena manipulación de alimentos?

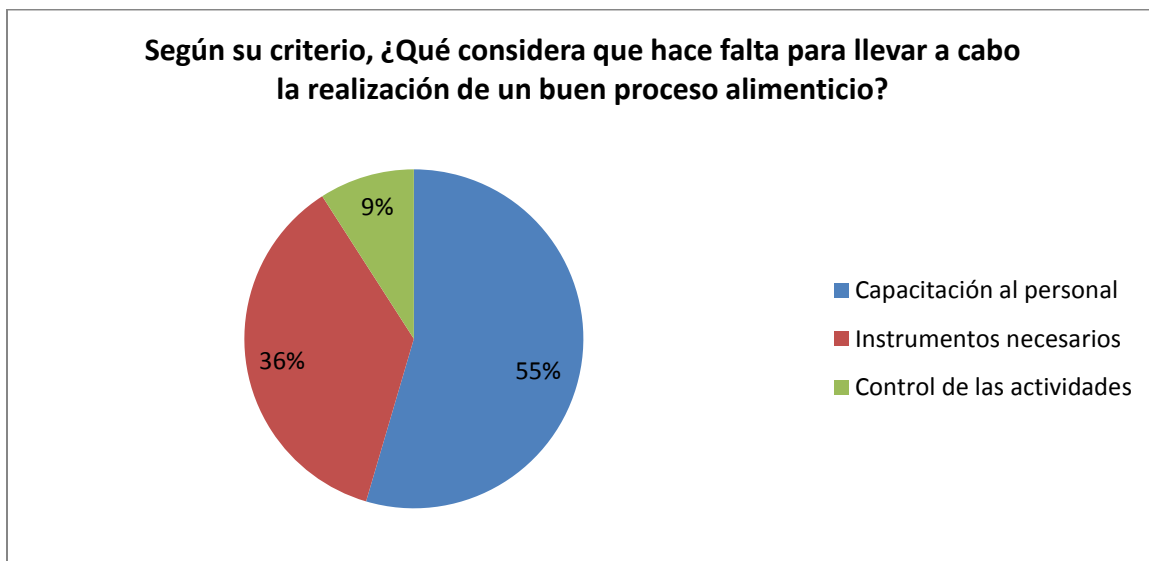
Gráfico N°7: Resultados Pregunta N°4



Elaborado por: Paola Caiza

Pregunta N°5.- Según su criterio, ¿Qué considera que hace falta para llevar a cabo la realización de un buen proceso alimenticio?

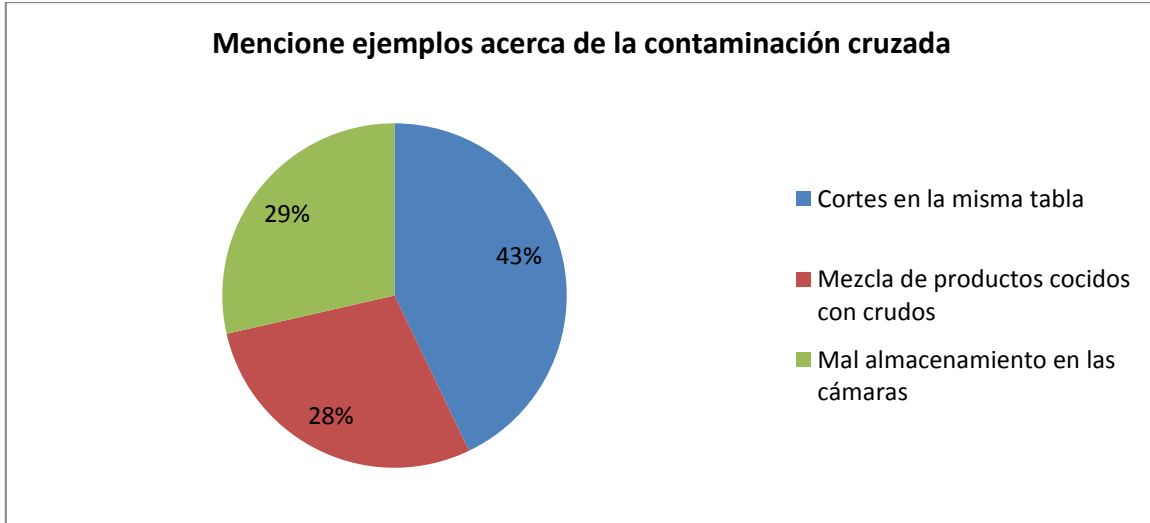
Gráfico N°8: Resultados Pregunta N°5



Elaborado por: Paola Caiza

Pregunta N°6.- Mencione ejemplos acerca de la contaminación cruzada

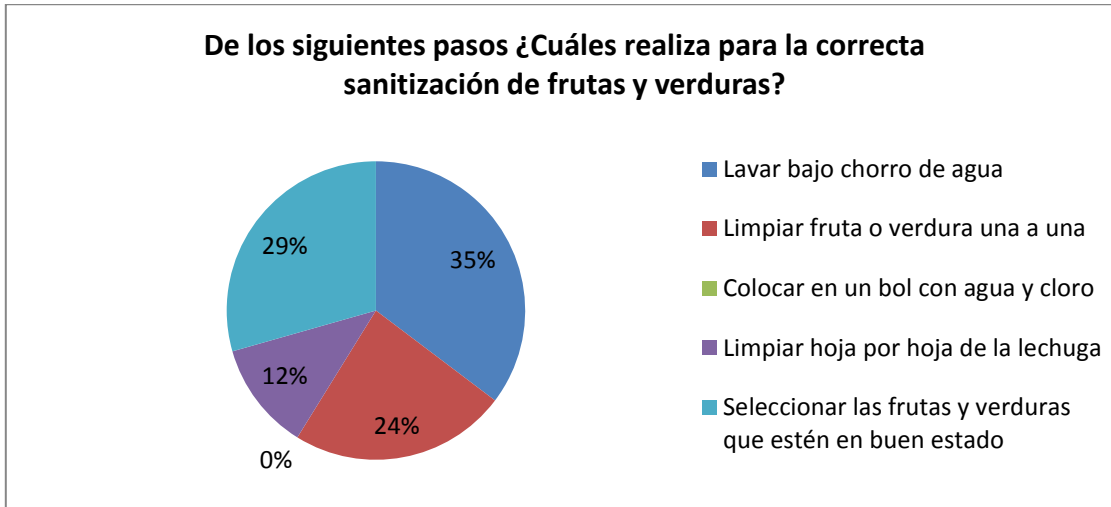
Gráfico N°9: Resultados Pregunta N°6



Elaborado por: Paola Caiza

PreguntaN°7.- De los siguientes pasos ¿Cuáles realiza para la correcta sanitización de frutas y verduras?

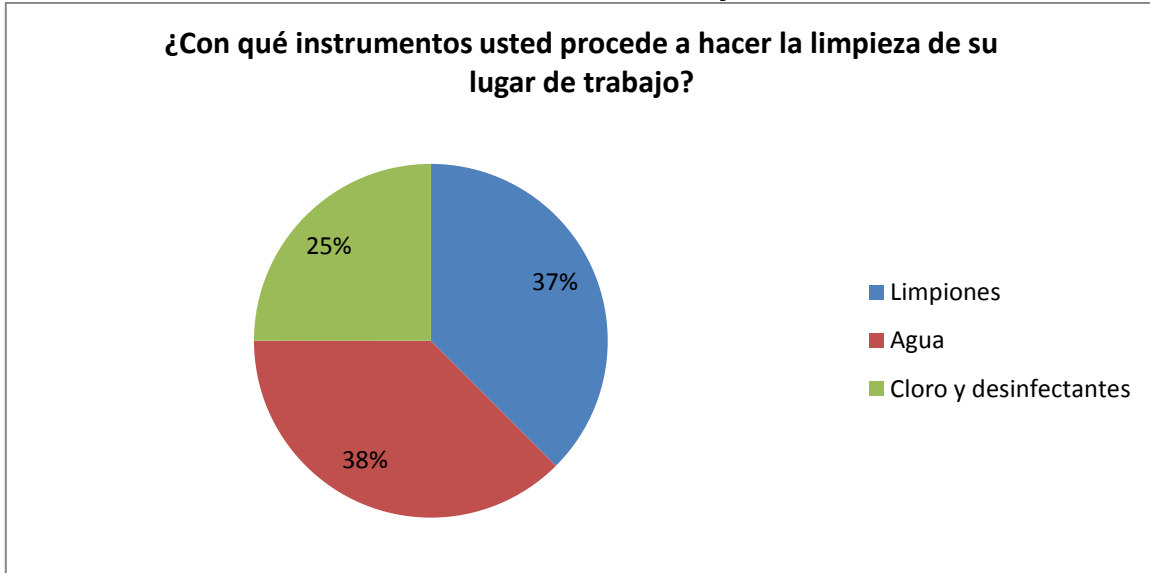
Gráfico N°10: Resultados Pregunta N°7



Elaborado por: Paola Caiza

Pregunta N°8.- ¿Con qué instrumentos usted procede a hacer la limpieza de su lugar de trabajo?

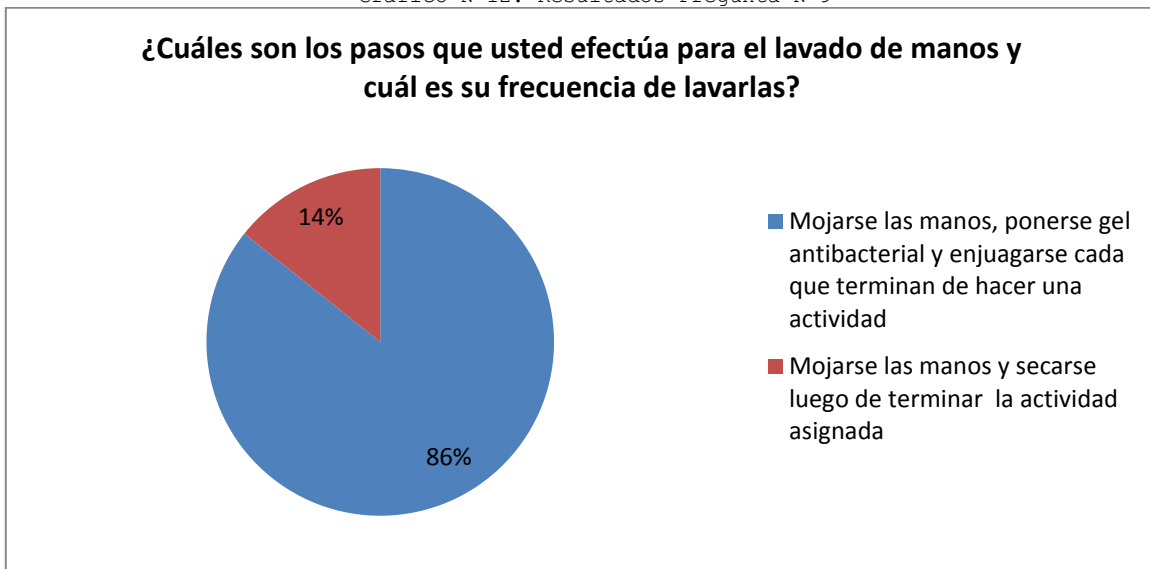
Gráfico N°11: Resultados Pregunta N°8



Elaborado por: Paola Caiza

Pregunta N°9.- ¿Cuáles son los pasos que usted efectúa para el lavado de manos y cuál es su frecuencia de lavarlas?

Gráfico N°12: Resultados Pregunta N°9



Elaborado por: Paola Caiza

4.2.-Análisis e Interpretación

Pregunta N°1.- ¿Sabe qué significan las Buenas Prácticas de Manufactura?

Interpretación: El 100% de los encuestados afirmaron conocer que significan las Buenas Prácticas de Manufactura, dando a conocer que son normas y procedimientos que se deben realizar para lograr un buen producto final

Pregunta N°2.- ¿Conoce algún manual de procesos alimenticios utilizado en el Club?

Interpretación: El 100% de los encuestados negaron la existencia de un Manual de Procesos Alimenticios utilizados en el Club.

Pregunta N°3.- De las siguientes actividades ¿Usted realiza alguna de ellas?

Interpretación:

-El 46% de los encuestados realizan la actividad de limpiar los mesones, mientras que el 54% no lo realizan.

-31% de los encuestados desinfectan las frutas y verduras, y el 69% no lo hacen.

-Ningún encuestado afirma cortar los alimentos en la tabla adecuada, el 8% de los encuestados verifican la temperatura correcta de cocción, el 92% no realizan este proceso.

- El 15% de los encuestados realizan con frecuencia un lavado de manos, mientras tanto el 85% no lo realizan.

Pregunta N°4.- ¿Cuenta con los instrumentos necesarios para la buena manipulación de alimentos?

Interpretación:

- El 0% de los encuestados no cuentan con tablas de cortar de colores para cada género.

- 8% de los encuestados poseen utensilios como cuchillos para cada tipo de corte, mientras que el 92% de los mismos no poseen.

- El 46% de los encuestados afirman que tienen jabón líquido, para desinfectar sus manos.

- El 46% de los encuestados afirman que cuentan con cloro para la desinfección ya sea de frutas o utensilios.

Pregunta N°5.- Según su criterio, ¿Qué considera que hace falta para llevar a cabo la realización de un buen proceso alimenticio?

Interpretación:

- El 55% de los encuestados concuerdan que una capacitación es lo que sería necesario para cumplir lo deseado.

- El 36% de los encuestados afirman que con instrumentos adecuados pueden lograr un buen proceso alimenticio.

El 9% de los encuestados consideran que para tener un buen proceso se debe de llevar un control de actividades.

Pregunta N°6.- Mencione ejemplos acerca de la contaminación cruzada

Interpretación:

- El 43% de los encuestados ponen como ejemplo la utilización de tablas para realizar los cortes de distintos productos.

-El 28% de los encuestados como segundo ejemplo es la de mezclar los productos crudos con los cocidos.

-El 29% de los encuestados dan como último ejemplo el mal almacenamiento de los productos en las cámaras.

Pregunta N°7.- De los siguientes pasos ¿Cuáles realiza para la correcta sanitización de frutas y verduras?

Interpretación:

-El 35% de los trabajadores encuestados realizan el lavado de frutas y verduras bajo el chorro de agua, mientras que el 65% no lo hacen.

- 29% de los encuestados seleccionan las frutas y verduras que estén en buen estado para luego proceder a lavarlas, mientras que el 71% no realizan este paso.

- 24% de los encuestados limpian las frutas y verduras una a una, el 76% no lo realizan.

- 12% de los encuestados limpian hoja por hoja cuando se trata de lavar la lechuga, el 88% no proceden a hacerlo. Ningún trabajador realiza el paso de colocar en un bol con agua y cloro.

Pregunta N°8.- ¿Con qué instrumentos usted procede a hacer la limpieza de su lugar de trabajo?

Interpretación:

- 38% de los encuestados realizan la limpieza de su trabajo solamente con agua y limpiones.

- El 37% de los encuestados utilizan los limpiones para limpiar su lugar de trabajo.

- El 25% utilizan cloro y desinfectante para limpiar su área.

Pregunta N°9.- ¿Cuáles son los pasos que usted efectúa para el lavado de manos y cuál es su frecuencia de lavarlas?

Interpretación:

- El 86% de los encuestados realizan los siguientes pasos mojarse las manos, ponerse gel antibacterial o jabón líquido y enjuagarse, cada que terminan de hacer una actividad.

- el 14% de los encuestados se mojan las manos y se secan luego de terminar la actividad asignada.

4.3. Conclusiones

- La falta de instrumentos adecuados y nuevos como tablas, cuchillos, cernideros, recipientes, son una de las causas para no poder realizar un buen proceso alimenticio.
- Los trabajadores del Restaurante concuerdan que no hay un manual en que se les explique cómo y de qué manera hacer las cosas, que han tenido unas guías pero que no saben porque no se pudieron llevar a cabo.
- La falta de tablas adecuadas para producir cada género, es la más frecuente para que se dé la contaminación cruzada, al momento de cocinar y de proporcionar se corta el género cárnico y luego vegetales o carbohidratos para terminar el montaje del plato.
- Los trabajadores no realizan un proceso adecuado para la sanitización de frutas y verduras, para la realización del miche en place solo se las lava con agua potable.
- El lavado de manos que lo realiza el personal de cocina consiste en mojarse las manos, ponerse jabón líquido y enjuagarse, finalmente secarse con papel absorbente y se colocarse gel antibacterial, esta actividad la realizan cada que terminen de hacer una actividad.

4.4. Recomendaciones:

- Realizar capacitaciones al personal con temas acerca: Optimización de Recursos, Formato de Recetas Estándar, Servicio Gastronómico, Higiene Personal e Higiene en la Manipulación de Alimentos donde se les indique cómo realizar las cosas y sobretodo llevarla a cabo.
- Abastecer de utensilios como tablas, cuchillos, recipientes, cernideros, desinfectantes para cuchillos, al personal de cocina para que puedan efectuar con mayor calidad la producción.
- Poner en marcha los procesos que se tienen colocados en las paredes de la cocina, y llevar un adecuado control de que se estén cumpliendo correctamente.
- Colocar gel antibacterial, jabón líquido, cepillos de uñas y toallas en los puestos de trabajo para lograr un buen lavado de manos.

QUINTA PARTE-PROPUESTA

5.1 TÍTULO DE LA PROPUESTA

Manual Básico De Procesos Para La Buena Manipulación De Alimentos en Arrayanes Country Club.

5.2 Justificación

La propuesta de este manual es ayudar al manipulador a tener una idea clara de cuáles van hacer las normas, procesos y requisitos que debe cumplir para laborar con eficiencia, para que así mejore la calidad al manipular alimentos y se elimine por completo los malos hábitos adquiridos.

5.3 Impacto

Se creará grandes cambios, como la obtención de productos de gran calidad que irían desde su proporción hasta la satisfacción de las personas que la realizan, al saber que cumplen con procedimientos establecidos.

Autoridades y personas de alto mando del club, estarían orgullosos de sus empleados los cuales reflejan un mejoramiento en los procedimientos para la elaboración de alimentos, ayudando a producirlos inocuos y de una alta

calidad, aportando de esta manera con guías prácticas y básicas al correcto proceso de manufactura

5.4 Objetivos

5.4.1 General

Presentar un manual de acuerdo a las especificaciones y requerimientos del Restaurante "El Deportivo", con fichas de control, procesos y normas, para así mejorar la calidad de la producción del mismo.

5.4.2 Específicos

- Aplicar adecuados procesos de manipulación, temperatura, conceptos y producción.
- Establecer los requisitos generales, esenciales de higiene y de buenas prácticas de elaboración de alimentos destinados para el consumo humano.
- Optimizar el uso de fichas de control, para mantener el registro de los procesos que se realizan en el Restaurante.

5.5 Ubicación sectorial y física

Arrayanes Country Club, ubicado en Puenbo, en una parroquia rural del Distrito Metropolitano de Quito, situado a 45 kilómetros de la capital.

La parroquia de Puenbo está ubicada en la región sierra, al nororiente del Distrito Metropolitano de Quito, provincia de Pichincha, en el acogedor valle de Tumbaco, zona del nuevo aeropuerto internacional, a 2415 msnm (metros sobre el nivel del mar) y ocupa una extensión de aproximadamente 30 km².

Arrayanes Country Club, situado en el barrio de Mangahuantag, a cinco minutos de la parada de buses.

5.6 Viabilidad

La presente propuesta, será remitida a la Gerencia de Calidad y ésta a su vez a los directivos del Club, la cual analizarán y ellos sabrán adoptar los procesos, normas y consejos que presenta el manual, cabe recalcar que en la actualidad todo el personal del Club, está en continuas capacitaciones y el manual será una ayuda para reestructurar procesos y manejos inadecuados llevados hasta la presente.

5.7.- Plan de Ejecución

5.8 Recursos

5.8.1 Materiales

Materiales	Unidad	Cantidad
Equipos	Computadora	1
	Impresora	1
	Flash memory 512 MB	1
	Cámara	1
Suministros	Papel	1
	Esferos	3
	Lápiz	1
	Borrador	1

5.8.2 Económicos

Materiales	Unidad	Cantidad	Costo Unitario	Costo Total
Equipos	Computadora	1	800	500
	Impresora	1	80	80
	Flash memory 512 MB	1	5	5
	Cámara	1	240	240
Suministros	Papel	1 resma	5	5
	Esferos	3	0,40	1,20
	Lápiz	1	1,50	1,50
	Borrador	1	0,25	0,25
Transporte	Pasajes	9	2,50	22,50
Total				855,45

5.8.3 Talento humano

- Investigadora : Paola Caiza Grijalva
- Directora de tesis: Lcda. Norelia Ortega
- Encuestados: Personal del Restaurante El Deportivo.

REFERENCIAS

Libros

MC. Gee Harold (2009). *La Buena Cocina, cómo preparar los mejores platos y recetas*. Virginia

Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires (2011). *Manipulación de Alimentos*. La Plata, Buenos Aires, Argentina.

Beatriz Barrero Gozalo (2012). *Manipulador de Alimentos*. México D.F.

Tesis

Oscar Danilo Buenaño (2010). *Manejo Sanitario del Área de Producción de Alimentos del Hotel "El Libertador" de la ciudad de Riobamba*. Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. Riobamba.

Daniel Padilla (2010). *Recomendaciones para la Aplicación de Buenas Prácticas de Manufactura Alimentaria (BMP) para Restaurantes y Cafeterías de los hoteles de la ciudad de Ibarra*. Ibarra.

Diccionario

Real Academia de la Lengua Española. (Ed). (1979). *Diccionario Kapelusz*. Buenos Aires Argentina. Autor.

Net Grafía

- <http://www.prorionegro.org.ar/documentos/pdf/Informes/Buenas%20Practias%20de%20Manufactura.pdf>
- http://www.nutricion.org/publicaciones/pdf/guia_bp_restaur_murcia.pdf

- <http://www.ms.gba.gov.ar/EducacionSalud/alimentos/manipulacion-alimentos.pdf>
- http://www.alimentosargentinos.gov.ar/contenido/procal/proyectospiloto/2011/2011_BPM_DO_quesillo_Tucuman_manual.pdf
- <http://recursosbiblioteca.utp.edu.co/tesisdigitales/texto/658562C355e.pdf>
- http://www.mific.gob.ni/LinkClick.aspx?fileticket=9g6ZA_N16yk%3D&tabid=655&language=es-NI
- http://www.ciacocina.com/lecciones/identificacion_del_equipo/equipo_con_hojas_o_bordes_filosos/

APÉNDICES

A. Encuesta

Modalidad de Investigación

ENCUESTA:



INSTITUTO TECNOLÓGICO INTERNACIONAL DE TURISMO Y HOTELERÍA

La siguiente encuesta es realizada por Paola Caiza autora de la presente investigación, esta se aplicará con el fin de analizar las falencias y poder determinar el conocimiento que tienen los trabajadores del Restaurante El Deportivo, para así poder realizar un Manual de Procesos para la Buena Manipulación de Alimentos.

1.- ¿Sabe qué significan las Buenas Prácticas de Manufactura?

SI.....

NO.....

2.- ¿Conoce algún manual de procesos alimenticios utilizado en el Club?

SI.....

NO.....

3.- ¿De las siguientes actividades usted realiza alguna de ellas?

Limpieza de mesones

Desinfección de verduras

Cortar alimentos en la tabla adecuada

Verificar la temperatura correcta de cocción

Lavado de manos con frecuencia

4.- ¿Cuenta con los instrumentos necesarios para la buena manipulación de alimentos?

Tablas de cortar de colores

Cuchillos para cada corte

Jabón líquido

Cloro para desinfección

5.- ¿Según su criterio, qué considera que hace falta para llevar a cabo la realización de un buen proceso alimenticio?

.....
.....

6.- ¿Mencione ejemplos acerca de la contaminación cruzada?

.....
.....

7.- De los siguientes pasos ¿cuáles realiza para la correcta Sanitización de frutas y verduras?

Lavar bajo chorro de agua

Limpiar fruta o verdura una a una

Colocar en un bol con agua y cloro

Limpiar hoja por hoja de la lechuga

Seleccionar las frutas y verduras que estén en buen estado

8.- ¿Con qué instrumentos usted procede a hacer la limpieza de su lugar de trabajo?

Limpiones

Agua

Cloro y desinfectantes

9.- ¿Cuáles son los pasos que usted efectúa para el lavado de manos y cuál es su frecuencia de lavarlas?

.....
.....

ANEXOS

1.- Carta del Establecimiento

2.- Tríptico Buenas Prácticas de Manipulación

