

PROTOCOLO DE COCINA

El equipo de protección de cocina será, uniforme colocado en la residencia, barbijo quirúrgico, antiparras (sin necesidad de utilizar mascarás).

Las cocineras deberá evitar bajo todas las circunstancias salir a deambular por la residencia. Se deber eran reordenar las tareas de manera tal que la asistente pueda acceder a los elementos que sean necesarios.

Los carros de comida se enviarán en el ascensor y los deberá recibir la asistente de cada piso.

Se colocará un cerramiento para evitar en la mayor medida posible el contacto con los residentes.

Se dejará en la cocina un, recipiente con clorexidina jabonosa, para uso exclusivo de las cocineras y asistente de cocina, para evitar el uso de soluciones de alcohol, ¡previniendo accidentes!

Deberán higienizarse las manos con frecuencia y de manera obligatoria, antes de manipular el carro de los alimentos y la vajilla para el almuerzo de los residentes.

Deberán evitar tener contacto estrecho con la asistente del piso y la enfermera.

BAJO NINGUN CONSEPTO DEBERAN ESTAR EN CONYACTO CON LOS RESIDENTES.

Se deberán procurar de manera organizada los alimentos al inicio de la jornada, para evitar las salidas innecesarias y repetidas del sector de cocina. Las verduras y frutas se lavarán en solución de agua con una gota de lavandina por litro, durante 5 minutos y luego se enjuagarán con agua. Las latas, cajas y carnes, se higienizarán con solución alcohólica al 70 %, sin necesidad de ser enjuagadas. **DEBERAN HIGIENIZARSE LAS MANOS ANTES Y DESPUES DE MANIPULAR CUALQUIER ALIMENTO.**

Para el traslado se utilizará el ascensor **SOLO COMO EXCEPCION Y DEBERAN LIMPIARSE LOS PASAMANOS Y ROCIADO CON SOLUCION DE AMONIO CUATERNARIO.**

DE NO CUMPLIRSE CON ESTA NORMATIVA, SERAN SEVERAMENTE SANCIONADAS LAS COCINERAS Y LA ENFERMERA A CARGO DEL TURNO.

RECOMENDACIONES PARA LA MANIPULACIÓN HIGIÉNICA DE ALIMENTOS.

El Centro Europeo para la Prevención y el Control de las Enfermedades (ECDC) ha declarado que, si bien la fuente de la infección inicial en China fue algún animal, el virus se propaga entre las personas, especialmente al inhalar las gotitas presentes en el aire cuando una persona tose, estornuda o exhala.

También puede darse a través del contacto de las manos con superficies o alimentos y utensilios que estén contaminados con gotitas de una persona que ha tosido, estornudado o exhalado sobre los mismos.

Así como diariamente se deben limpiar muy bien los objetos que se tocan tales como anteojos, picaportes, superficies, utensilios de cocina y otros elementos personales, se debe asegurar que los alimentos, especialmente los que se consumen crudos, pasen por un tratamiento higiénico adecuado.

Por eso, la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, (FAO) refuerzan y recomiendan poner en práctica medidas higiénicas para prevenir la contaminación de los alimentos y las 5 Claves de la Inocuidad de los Alimentos.

Medidas Higiénicas para prevenir la contaminación de alimentos.

LAVARSE LAS MANOS.

Antes de manipular los alimentos se debe realizar un correcto lavado de manos con agua potable y jabón de clorexidina. También es necesario el lavado de manos luego de ir al baño, después de tocar o manipular elementos de cocina o artefactos electrodomésticos.

LIMPIAR Y DESINFECTAR.

- Lavar con agua y detergente utensilios y superficies de preparación antes y después de manipular alimentos. Desinfectar con una solución de agua con lavandina (1 cucharada sopera 15 cm³ de lavandina /5 litros de agua.)
- Lavar con agua y detergente vajillas y cubiertos antes de usarlos para servir alimentos.
- Utilizar siempre detergente y agua limpia.
- Tomar platos, cubiertos y fuentes por los bordes, cubiertos por el mango, vasos por el fondo y tasas por el mango.
- Limpiar y desinfectar varias veces al día instalaciones y espacios que se utilizan para preparar/almacenar alimentos (mesadas, heladera, electrodomésticos).
- Para el almacenamiento de los alimentos, recordar siempre que antes de guardarlos, deberán higienizarse envase por envase. Esto puede realizarse con un paño húmedo embebido en una solución desinfectante. Debe tenerse la precaución de lavar el paño, enjuagarlo y volver a cargarlo con desinfectante a medida que se van limpiando los envases de los alimentos.
- Es muy importante la correcta rotación de las materias primas y alimentos tanto en la alacena como en la heladera, aplicando el principio “Lo Primero que Entra es lo Primero que Sale”. Deberá consumirse primero lo que tenga una fecha de vencimiento más cercana.

PUNTOS CRÍTICOS A TENER EN CUENTA PARA EVITAR LA CONTAMINACIÓN DE ALIMENTOS.

- Correcto lavado de manos y utensilios como preparación previa a manipular o agarrar alimentos (nunca usar utensilios oxidados).
- Lavar y desinfectar los alimentos que se van a utilizar. Si estás fuera de casa, podés lavar los alimentos como frutas o verduras en una canilla con agua segura.

- Lavarse las manos antes de pelar o cortar los alimentos.
- Trabajar siempre sobre superficies limpias y sanitizadas.
- Al mezclar los alimentos no hacerlos con las manos (utilizar espátulas).
- Conservar alimentos perecederos en refrigeración.
- Calentar el alimento mínimo a 65°C.
- Calcular cantidades justas que se van a utilizar en un corto periodo de tiempo, evitando recalentar o dejar los alimentos sobre la mesa o sobre una mesada o mostrador.
- Servir los alimentos con utensilios limpios
- Utilizar concentraciones adecuadas de desinfectantes para la higienización y sanitación de vajilla y utensilios alimentario.

Cocinar completamente los alimentos.

1. Cocinar completamente los alimentos, especialmente las carnes, pollos, huevos y pescados.
2. Hervir los alimentos como sopas y guisos. Eso asegura que el alimento alcance una temperatura de 70°C. Para las carnes rojas y pollos cuidar que no queden partes crudas.
3. Recalentar completamente la comida cocinada. Asegurarse que esté muy caliente.

¿Cómo y cuándo lavarse las manos?

Siempre lavarse las manos con agua caliente y jabón, frontándolas bien. **Antes de:** tocar alimentos para comerlos o servirlos, manipular vajilla o antes de cocinar.

Después de: ir al baño, venir de la calle, tocar objetos de uso diario, estornudar, toser, sonarse la nariz, viajar en transporte.