



COMERCIAL E INDUSTRIAL RIO VERDE LTDA.

ITALIA 1990 FONO/FAX 65-351569

www.salmonrioverde.cl rioverde@entelchile.net

PUERTO MONTT-CHILE

BUENAS PRACTICAS DE PREPARACION DE ALIMENTOS

Buenas Prácticas de Preparación (BPP) en la Cocina

Las BPP están relacionadas con el concepto de Buenas Prácticas de Manufactura que se aplican como norma, en la elaboración industrial de Alimentos. Su objetivo fundamental es entregar alimentos sanos y seguros, es decir que el consumidor no sufra algún tipo de enfermedad por intoxicación, cuando ingiera estos alimentos. La preparación de alimentos en la cocina es semejante a la elaboración industrial. Más bien dicho, la mayoría de los procesos industriales de fabricación de alimentos han sido desarrollados a partir de recetas de cocina.

Por esa razón es necesario conocer un poco más acerca de la preparación de alimentos sanos, en especial para nuestros hijos y abuelos, grupos que son más vulnerables a contraer enfermedades por intoxicación alimenticia.

Tipos de Contaminación que se encuentran en los Alimentos

Existen tres tipos:

- Física: Presencia de materias extrañas como plásticos, espinas, alambres, etc.
- Química: Presencia de residuos químicos, como antibióticos, pesticidas, etc.
- Biológica: Presencia de gérmenes patógenos vivos (microorganismos, bacterias), o sus toxinas y que pueden originar enfermedades (intoxicación).

¿ Qué son los Microorganismos ?

Los microorganismos son los seres vivos " recicladores " dentro de la Naturaleza ya que su función principal es transformar las moléculas grandes, que son los constituyentes principales de los Alimentos, en moléculas pequeñas. Dicho en otras palabras, destruyen los alimentos para obtener así partículas pequeñas que les sirven para crecer y reproducirse. Los microorganismos más importantes, desde el punto vista de los Alimentos son las bacterias, gérmenes presentes en la Naturaleza, tanto en el agua, aire y tierra.

Contaminación Microbiológica

La Contaminación Microbiológica se refiere a la contaminación por gérmenes (bacterias).

“ Un alimento contaminado microbiológicamente es aquél que contiene gérmenes (bacterias), capaces de provocar enfermedad a las personas que lo consumen ”.

No es lo mismo un alimento contaminado que un alimento descompuesto, ya que cuando un alimento se encuentra descompuesto, sus cualidades, olor, sabor, aspecto, se reducen o anulan, pudiéndose apreciar por medio de los sentidos (vista, olfato, gusto, tacto)

La contaminación ni se nota ni se ve, ya que los microorganismos no se aprecian a simple vista, al ser microscópicos.

Un alimento contaminado puede parecer completamente normal, por ello es un error suponer que un alimento con buen aspecto está en buenas condiciones para su consumo, puede estar contaminado por bacterias.

Un alimento puede estar:

- Deteriorado y contaminado (se aprecia)
- Deteriorado y no contaminado (se aprecia)
- Contaminado y no deteriorado (no se aprecia)

Este último es el realmente peligroso y causante generalmente de las enfermedades de origen alimentario.

Los gérmenes llegan a los alimentos de diversas formas pues se encuentran en todas partes, algunos son perjudiciales para el hombre causando enfermedades, denominándose gérmenes patógenos (microorganismos patógenos).

Las bacterias o gérmenes se encuentran también en personas y animales; en el hombre en la boca, nariz, aparato digestivo, etc.

La persona que tiene bacterias patógenas se llama portador y puede ser un portador sano o enfermo.

El portador sano no presenta síntomas de enfermedad y no sabe que es portador.

Contaminación en la cocina

Ya se ha discutido el concepto de Contaminación de un alimento en cuanto a las características Química, Física o Biológica de dicha contaminación. La presencia de materias extrañas como alambre, vidrio, plástico, como también residuos de detergentes o combustible en un alimento se pueden detectar visualmente o a través del olor ; no sucede lo mismo con la contaminación microbiológica, ya que como se ha indicado, es producido por gérmenes microscópicos. A continuación se resume los tipos de contaminación que pueden ocurrir en una cocina y que afectan al pescado en particular y los alimentos en general:

Contaminación por estacionamiento : está relacionada con ingredientes perecibles (carne y pescados crudos), que son sacados del refrigerador y se dejan por un tiempo prolongado antes de cocinar.

Contaminación por utensilios : contaminación asociada al equipo de trabajo accesorio, utilizado para faenar, guardar o manipular los ingredientes perecibles.. Este equipo está formado por el conjunto de accesorios que se emplean en la manipulación de los alimentos.

Se distinguen cuatro grupos principales:

- Los que entran en contacto con los alimentos (aparatos de cortar, mesones, pinzas, etc)
- Los utilizados para cocinar o contener alimentos (ollas, hornos, parrillas, etc)
- Los empleados para la limpieza (lavaplatos, fregaderos, etc)

Todo equipo puede contaminarse y un equipo sucio con restos de alimentos es una fuente de contaminación, ya sea entrando en contacto con los productos o con otro equipo que a su vez, también entra en contacto con el alimento. Los utensilios son un peligro potencial para la salud de los consumidores y que esto suceda va a depender de su limpieza y desinfección.

La correcta limpieza de los utensilios supone una limpieza adecuada antes y después de su uso, con agua limpia entre 40°C/47°C mezclada con detergente (caliente , pero que no queme).

Es importante tener en cuenta que:

- Una desinfección sin una limpieza previa, no es efectiva.

Contaminación por manipulación : Este tipo de contaminación es una de la más frecuentes y también de las más riesgosas; se produce por la intervención directa de la persona que prepara los alimentos y que no aplica las normas básicas de Higiene.

Contaminación Cruzada : Se refiere al contacto de un ingrediente limpio libre de contaminación con uno que esté contaminado.

Ejemplos son:

- El contacto de utensilios sucios con ingredientes ya lavados o con otros alimentos que están listos para el consumo.
- El contacto de un ingrediente perecible crudo no lavado previamente con un alimento ya preparado.
- El contacto con una superficie sucia con un alimento ya preparado o ingrediente previamente lavados (verduras lavadas por ejemplo).

La información aquí entregada está relacionada con los productos RIO VERDE, es decir con alimentos procedentes de pescados y mariscos, existiendo información adicional para otros tipos de alimentos como los de origen lácteo, vegetales u otros.

Para mayor información escribanos a [**info@salmonrioverde.cl**](mailto:info@salmonrioverde.cl) o visite nuestro sitio web: [**www.salmonrioverde.cl**](http://www.salmonrioverde.cl) .-