

## Fichas de higiene para bares y restaurantes

### ÍNDICE

**FICHA 1: Condiciones de los locales**

**FICHA 2: Los elementos de trabajo y el utillaje. La limpieza general**

**FICHA 3: La higiene personal**

**FICHA 4: Preparación de la comida**

**FICHA 5: Conservación de las comidas preparadas**

**FICHA 6: Disposiciones legales**

---

#### FICHA 1: Condiciones de los locales

- Los locales en donde se preparan comidas han de cumplir las exigencias y características señaladas en el Código Alimentario y en las **Reglamentaciones Técnico-Sanitarias** específicas (ver ficha 6).
- Los **materiales** de los suelos, techos y paredes han de ser impermeables, absorbentes y fáciles de limpiar.
- Si no hay una buena **ventilación** natural, se ha de instalar un sistema eficaz de renovación de aire. Los **extractores** son una buena solución.
- Las ventanas o aperturas practicables para la ventilación, en la cocina y almacén, han de tener **telas mosquiteras** para evitar la entrada de insectos.
- Queda prohibida la entrada y permanencia de animales domésticos en los locales en donde se prepara y sirve comida.
- Se han de utilizar procedimientos autorizados para la **desinsectación y desratización** de los locales.
- Los locales han de estar dotados de **agua corriente potable, fría y caliente**.
- Los servicios higiénicos (**WC, lavabo**, etc.) han de estar aislados de la cocina y del comedor. Dispondrán de ventilación suficiente. El aspecto de esta zona es un indicador fiable de la higiene de todo el local.
- El **almacén** ha de tener condiciones adecuadas para la correcta conservación de los alimentos. Además del almacén, se dispondrá de una **instalación frigorífica** capaz de dar cabida al volumen habitual de consumo de alimentos.



---

#### FICHA 2: LOS ELEMENTOS DE TRABAJO Y EL UTILLAJE. LA LIMPIEZA GENERAL

- Las **superficies de las mesas**, o de cualquier otro elemento en contacto con los alimentos, han de ser de materiales inalterables, lisas, pulidas y no porosas, para evitar el depósito y la acumulación de partículas de alimentos, bacterias o insectos. Estas características de las mesas también facilitan la limpieza.
- Se aconseja utilizar preferentemente utillaje de acero **inoxidable**. El de cobre o madera presenta problemas de importancia.
- Se han de retirar del servicio los platos, bandejas, vasos y copas que estén **agrietados** o con melladuras, porque pueden tener un doble peligro: retener la suciedad y provocar lesiones. Si un utensilio cae al suelo, no se utilizará nunca sin haberlo lavado.
- **La maquinaria ha de ser fácil de limpiar** y desmontar. Es importante prestar una atención especial a la limpieza de las batidoras y de las picadoras de carne. **NORMAS PARA LA LIMPIEZA**

- La técnica para la limpieza de las cocinas y utensilios está basada en dos principios:

1. Aplicación de medios físicos que **arrastren la suciedad**
2. **Desinfección**.

Estas operaciones pueden hacerse simultáneamente: En el suelo y las paredes, utilizando un detergente-desinfectante o bien añadiendo lejía al detergente (250 cc de lejía de 40° en 1.000 cc de agua). El agua ha de ser siempre caliente. En la vajilla, si se dispone de una máquina lavavajillas que llegue a una temperatura superior a los 80° C. Es muy recomendable disponer de lavavajillas. Si no se dispone de él, las operaciones se han de realizar separadamente. En este caso, se hará de la siguiente manera:

2. Limpieza con detergente (ARRASTRE DE SUCIEDAD).
  3. Inmersión en agua a 80° C. (DESINFECCIÓN).
  4. Aclarado con agua abundante.
- o La limpieza del suelo, superficies, utensilios y maquinaria debe realizarse **diariamente** y a **fondo** .

---

### FICHA 3: LA HIGIENE DEL PERSONAL

- Es indispensable que todo manipulador mantenga una higiene personal estricta, para evitar que contaminen los alimentos los **microorganismos de los que pueda ser portador** .
- Todo el personal ha de utilizar ropa limpia y de uso exclusivo.
- **La higiene de las manos** es la más importante, porque son las partes del cuerpo que están en contacto directo con los alimentos. Las manos se han de lavar a conciencia, con jabón, agua caliente y cepillo de uñas, aclararlas y secarlas perfectamente (las toallas de papel de un solo uso son el sistema de secado más recomendable). Las manos se han de lavar inexcusablemente en las circunstancias siguientes:
  1. Al comenzar el trabajo y cada vez que se produzca una interrupción.
  2. Después de tocar alimentos crudos y antes de tocar alimentos cocinados.
  3. Después de utilizar el pañuelo para toser, estornudar o sonarse.
  4. Después de utilizar el WC.
- Si se produce una **herida en las manos** , después de curarla, se protegerá con un apósito impermeable que se mantendrá siempre limpio.
- Cuando el manipulador padezca diarrea, anginas, fiebre, constipados, heridas, infecciones cutáneo-mucosas o ictericia, lo ha de comunicar inmediatamente a la dirección del establecimiento, la cual tendrá que decidir, mediante **consulta médica** , si la persona afectada ha de suspender su trabajo habitual hasta que se recupere, aconsejarla que solicite tratamiento o cambiarla a una trabajo que no comporte la manipulación de alimentos.
- En los locales en donde se manipulen alimentos no se **fumará, comerá ni mascarará chicle** . Estas acciones aumentan la insalubridad y los movimientos de las manos, facilitando la posibilidad de transferir microorganismos de la boca a los alimentos.
- Todo el personal ha de poseer el **carnet de manipulador de alimentos** . Este carnet tiene una validez de cuatro años.

---

### FICHA 4: PREPARACIÓN DE LA COMIDA

- La carne y pollo crudos deben cortarse en una mesa o superficie destinada expresamente a esta finalidad. Nunca se manipulará en el mismo lugar ni con el mismo cuchillo la **carne cruda y la cocida** .
- Como norma general, las comidas se han de preparar con la **mínima antelación posible** .
- Las **verduras** que se comen crudas se han de limpiar y sumergir, antes de su uso, en **agua con unas gotas de lejía** y, posteriormente, aclararlas con agua potable.
- La temperatura de ebullición o cocción, aplicada durante un cierto tiempo, es capaz de eliminar todos los gérmenes patógenos que puede contener un alimento. Hay peligro de que se vuelva a **contaminar si se deja enfriar lentamente** y sin tapar.
- Cada vez que se haya de **probar un alimento** para rectificar el punto de sal o condimento, se ha de emplear una cuchara limpia.
- Tanto los platos preparados refrigerados como los congelados se han de calentar de manera que el centro del alimento, **alcance una temperatura de 70° C en menos de una hora** y se los ha de consumir inmediatamente.
- En la elaboración de **mahonesas** , sólo se pueden utilizar **ovoproductos pasteurizados** y se les ha de añadir vinagre o jugo de limón. Se han de conservar a una temperatura máxima de 8° C y consumirlas dentro de las 24 horas.
- **Debe limitarse el uso de las mahonesas** a las situaciones en las que se puedan asegurar estas condiciones.



---

### FICHA 5: CONSERVACIÓN DE LAS COMIDAS PREPARADAS

- No se ha de romper nunca la cadena de temperatura, bien sea **caliente** (mantener los alimentos entre 65-70°C) o **fría** (las comidas refrigeradas por debajo de los 4° C y los congelados por debajo de -18° C y nunca se han de recongelar).
- En los aparatos de conservación de las comidas elaboradas (neveras, cámaras, termos) se ha de **controlar siempre la temperatura** con termómetros o termógrafos. Se ha de extremar la limpieza y evitar posibles contaminaciones cruzadas entre productos crudos y cocinados y se ha de cuidar al máximo el orden de colocación y protección de los alimentos almacenados.
- La **refrigeración o congelación** de los alimentos que se han de conservar en frío ha de realizarse lo más rápidamente posible y se han de conseguir temperaturas inferiores a 10° C en el mínimo período de tiempo (aproximadamente 2 horas). Después de cocer

una pieza grande de carne se la ha de separar del jugo, enfriarla de seguida y guardarla en el refrigerador. Esta operación se ha de realizar cuando la pieza deja de emitir vapor.

- Cada tipo de alimento **se colocará en un lugar u otro de los aparatos refrigeradores**, según sus características y el tiempo que queramos conservarlo. Es recomendable proteger algunos alimentos con papel de aluminio o láminas de plástico, ya que evita que se sequen, que se oxiden y que pasen los olores de los unos a los otros. La protección y separación de los alimentos refrigerados sirve también para prevenir la llamada "contaminación cruzada", que se produce cuando están en contacto alimentos crudos y cocinados. **"TAPAS"**
- Cuando las comidas se expongan al público, estarán en **vitriñas protegidas y refrigeradas**. En ningún caso podrá el público tener acceso a ellas. Sólo los embutidos curados y los quesos secos pueden estar a temperatura ambiente. Nunca lo podrán estar las tortillas o las comidas con salsas a base de huevo.

---

## FICHA 6: DISPOSICIONES LEGALES

- **1. Normativa comunitaria:**

- Directiva 93/43/CEE relativa a la **higiene de los productos alimentarios**. (DOCE núm. L175, del 19-7-93)

- **2. Normativa estatal:**

- RD 2207/1995, del 28 de diciembre, por el que se establecen las **normas de higiene relativas a los productos alimentarios**. (BOE núm. 50, del 27-2-96)

- RD 3484/2000, de 29 de diciembre, por el que se establecen **las normas de higiene para la elaboración, distribución y comercio de comidas preparadas** (BOE NÚM 11, DE 12-01-01).

- Entrada en vigor: 12-07-2001

- Deroga el RD 2817/1983, La Orden de 21 de febrero de 1977 i todas aquellas disposiciones de igual o inferior rango que se opongan.

- RD 2817/1983 que aprueba la **Reglamentación Técnico-Sanitaria de los comedores colectivos**. (BOE núm. 270, de 11-11-83)

- corrección de errores: BOE núm. 288, del 2-12-83

- modificación: BOE núm. 167, del 13-7-84

- Orden de 21 de febrero de 1977, sobre **normas higiénico-sanitarias para la instalación y funcionamiento de industrias dedicadas a la preparación y distribución de comidas para su consumo en colectividades y medios de transporte**. (BOE núm. 59, del 10-3-77)

- corrección errores: BOE núm. 115, del 14-5-77

- corrección errores: BOE núm 126, del 27-5-77

- RD 202/2000, de 11 de febrero, por el que se establecen las normas relativas a los manipuladores de alimentos. (BOE núm. 48, de 25-02-00)

- Este Real Decreto deroga el RD 2505/1983, de 4 de agosto, por el que se aprueba el Reglamento de Manipuladores de Alimentos

- Orden, del 26 de enero de 1989, por la que se aprueba la **norma de calidad para los aceites y las grasas de segundo uso**. (BOE núm. 26, del 31-1-89)

- RD 1254/1991, del 2 de agosto, por el que se dictan las **normas para el preparado y la conservación de la mayonesa de elaboración propia y otros alimentos de consumo inmediato en los cuales figure el huevo como un ingrediente**. (BOE núm. 185, del 3-8-91)

- **3. Normativa autonómica:**

- Ley 15/1983, del 14 de julio, de la **higiene y el control alimentarios**. (DOGC núm. 347, del 22-7-83)

- Decreto 208/2001, de 24 de julio, por el cual se regulan las condiciones para el ejercicio de actividades de formación de manipuladores de alimentos que se desarrollan en Cataluña por parte de entidades autorizadas.

- Orden, del 9 de febrero de 1987, sobre **normas específicas para el preparado y la conservación de la mayonesa de elaboración propia y de otros alimentos con ovoproductos**. (DOGC núm. 804, del 16-2-87)

Los propietarios y/o directores de comedores colectivos asumen la **responsabilidad de su cumplimiento**. El **incumplimiento será objeto de las sanciones** que se deriven de la aplicación de la Ley 15/1983, de la Higiene y Control Alimentarios y de las

disposiciones complementarias.

Los propietarios y/o directores de comedores colectivos asumen la **responsabilidad de su cumplimiento** . El **incumplimiento será objeto de las sanciones** que se deriven de la aplicación de la Ley 15/1983, de la Higiene y Control Alimentarios y de las disposiciones complementarias.

Fecha de publicación: 10/09/2001

Fecha de modificación: 21/03/2008

Aviso legal | Sobre la web | © 1995-2008 Generalitat de Catalunya | 