

### MÓDULO 3. PLANES DE AUTOCONTROL APPCC.

Los planes de autocontrol son un conjunto de actividades básicas cuyo objetivo es controlar peligros alimentarios generales, que tienen que ver con el ambiente que rodea al proceso o con las instalaciones y que se controlan con medidas de control también generales.

El responsable del centro deberá asumir el compromiso del cumplimiento de los planes de autocontrol, deberá designar a los responsables de cada una de las actividades contempladas en cada uno de los planes. Se trata de un sistema documental adaptado al centro, cuyos registros y documentos deberán mantenerse en archivo de forma accesible para todos los responsables designados.

Los planes de autocontrol describen qué, cuándo, cómo y quién deben realizar las actividades establecidas para mantener la seguridad de los alimentos:

#### 1. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN.

Es uno de los aspectos más relacionados y de vital importancia para la higiene de los alimentos. El **objetivo** del plan de limpieza y desinfección es conocer los principios básicos de la limpieza y desinfección, planificar y destinar los medios necesarios que aseguren que las operaciones de limpieza y desinfección se realicen con la frecuencia y la efectividad requerida.

**Las actividades de limpieza y desinfección** se llevarán a cabo según lo planificado en el plan de limpieza y desinfección de las instalaciones de cocina y comedor, dicho documento deberá mantenerse en las instalaciones para su consulta.

Los métodos y las frecuencias establecidas en el programa de limpieza y desinfección deberán cumplir al menos las establecidas y deberán incrementarse cuando sea necesario para garantizar unas correctas condiciones higiénicas.

En el plan de limpieza se deberá identificar al responsable de realizar la actividad.

La **limpieza** es el proceso mediante el cual se eliminan los residuos de alimentos, que son los que proporcionan los nutrientes necesarios para la multiplicación de microorganismos.

La limpieza debe incluir un buen frotado, ya que la mezcla del producto junto con el movimiento mecánico y la presión, aceleran la disolución de la suciedad.

La **desinfección** es el proceso por el cual de forma específica se reduce a un número aceptable de microorganismos de una superficie.

El tiempo de contacto del desinfectante, la temperatura y la textura de la superficie a desinfectar condicionan la eficacia del proceso. Al proceso de Limpieza y desinfección se le denomina

**Higienización.** Existen productos detergentes que poseen propiedad desinfectante. Este tipo de productos es muy útil para la limpieza de mesas, cuchillos, tablas de corte y maquinaria de uso frecuente (loncheadoras...)

En aquellas superficies sometidas a elevadas temperaturas (hornos, planchas, freidoras, lavavajillas) se puede obviar la desinfección.

#### Características generales del plan de limpieza.

Pasos básicos del sistema de limpieza

1. Retirar elementos almacenados que impidan la adecuada limpieza. Retirar las partes móviles e introducir en lavavajillas para lavado y desinfección automática o según instrucciones del fabricante.
2. Limpieza manual de la superficie: limpieza de materia grosera mediante arrastre mecánico por agua o utensilios de limpieza. Se prestará especial atención a las zonas que por su uso o su diseño son más susceptibles de ensuciarse, por ejemplo: tiradores de puertas, estantes de cámaras de productos no envasados,... y realizar la limpieza cada vez que sea necesario asegurar el mantenimiento de las condiciones de higiene

Aplicación de **detergente** para disolver la suciedad y frotado con utensilio de limpieza.

3. **Enjuague** del detergente con agua, para eliminar restos de detergente y de suciedad disuelta
4. **Desinfección manual para superficies en contacto con alimentos y susceptibles de albergar listeria:** Aplicación con bayeta de desinfectantes (productos bactericidas/listericidas como por ejemplo: amonio cuaternario) a una concentración y tiempo adecuados (en ocasiones la desinfección es simultánea a la limpieza por la existencia de productos que limpian y desinfectan simultáneamente)
5. **Enjuague** con agua para eliminar desinfectantes
6. Secado al aire o con papel de un solo uso, para eliminar la humedad existente  
Nota: la limpieza de las superficies, equipos, etc, entre usos durante la jornada, deberá realizarse según el procedimiento indicado en los puntos 1 al 3 incluidos.
7. Superficies en contacto con los alimentos o susceptibles de albergar listeria. Limpieza de superficies sucias según procedimiento anterior e Higienización con productos bactericidas/listericidas como por ejemplo: amonio cuaternario.

Se evitará prácticas que produzcan contaminación cruzada como el barrido en seco de los suelos.

Se evitará la disposición de materias primas, maquinaria, u otros materiales directamente sobre el suelo o de manera que se dificulte la limpieza en estas zonas.

Los centros que se suministren de comida transportada deberán devolver los termos y bandejas sin restos de alimentos.

El personal velará por que el buen uso de productos de limpieza:





1. Procederán de industrias autorizadas.
2. Dispondrán de etiquetado o fichas técnicas
3. Empleo según las instrucciones establecidas por el fabricante: dosis, tiempo de actuación, Tª del agua, aclarado, etc.
4. Se guardarán en un local o armario separado de los lugares de manipulación, donde no exista riesgo de contaminación de los alimentos
5. Las lejías y productos clorados pueden producir oxidaciones en el acero inoxidable

**Material de limpieza.** Los útiles y equipos de limpieza como cepillos, estropajos, bayetas, maquinaria de alta/ baja presión, etc., se deben mantener en adecuadas condiciones de mantenimiento, limpieza y desinfección para evitar que aporten suciedad adicional a las superficies.

- utilizar estropajos, paños, bayetas no absorbentes para los procesos de lavado.
- Aclarado/ secado, cuando no se pueda secar al aire se usará papel un solo uso.
- Mantener separados los útiles que se utilizan en zonas sucias de los que se utilizan en zonas limpias. Ejemplo bayetas de las sillas de las bayetas usadas en la limpieza de las basuras o baños.
- Debes conocer cuáles son los productos de limpieza que debes utilizar para cada caso, para ello lee con atención el listado de productos de limpieza y/o la etiqueta que muestran.
- La limpieza del material de limpieza (fregonas, cubos) se realizará en un fregadero específico para tal fin.

#### Uso adecuado del lavavajillas.

Se establecerá un flujo de trabajo que evite cruces entre el material sucio y limpio y se procederá según lo siguiente:

- **PRELAVADO:** limpiar los restos de comida aclarándolos previamente.
- **LAVADO:** el equipo realiza este proceso con agua caliente con detergente a presión (60-65°C)
- **ACLARADO:** la temperatura del agua de aclarado es de 85-90°C permite calentar la vajilla. Se adiciona abrillantador para facilitar el secado y evitar las manchas de cal.
- **SECADO:** puede ser secado al aire o manual con papel de un solo uso.

Durante el uso del lavavajillas tener en cuenta lo siguiente:

- Se vigilará diariamente la temperatura adecuada del lavavajillas según los valores antes anotados.
- Agrupar el menaje sucio por tamaños.
- Lavar cubertería en cestillos, con la parte útil hacia arriba.
- No sobrecargar las cestas para que detergente y agua penetren por todas partes
- No usar cartón o serrín en el suelo para evitar encharcamientos.
- Limpiar la cuba de lavado al menos tras cada servicio.
- Limpiar los filtros todos los días.
- Limpiar los brazos del tren de lavado para impedir que se forme limo.

- Realizar la descalcificación del lavavajillas al menos una vez por semana, en el caso de que esta no se realice de forma automática.
- Mantener la zona ordenada y limpia (ningún objeto en el suelo, incluidos productos de limpieza y cestas lavavajillas)

## 2. CONTROL DE PLAGAS.

La aparición de plagas (insectos, roedores,...) en las cocinas es un peligro desde el punto de vista higiénico-sanitario ya que son vectores de contaminación de los alimentos, y por ello deben controlarse.

**Las actividades de control de plagas**, se llevarán a cabo según lo planificado en el plan de control de cocina y comedor y deberá mantenerse en las instalaciones para su consulta.

En las zonas de cocina y comedor debe establecerse un sistema de control de plagas eficaz, eliminación de los posibles centros de atracción y cobijo de insectos y roedores en los alrededores del establecimiento, instalación y mantenimiento de barreras de entrada (ejemplo mosquiteras, burletes, sellado de grietas...), establecimiento y mantenimiento de buenas medidas higiénicas y colocación de puntos de control de plagas.

Para ello, existen **empresas especializadas de control de plagas** que realizan el servicio de monitorización y control de sistemas de detección de plagas.

Las **medidas preventivas** a adoptar para el control son:

Estructurales: adecuación del local para evitar la entrada de plagas. Responsable: centro.

Manipulación de alimentos: adecuación del mantenimiento y uso de los alimentos en la prevención y control de plagas. Según el tipo de plaga posible:

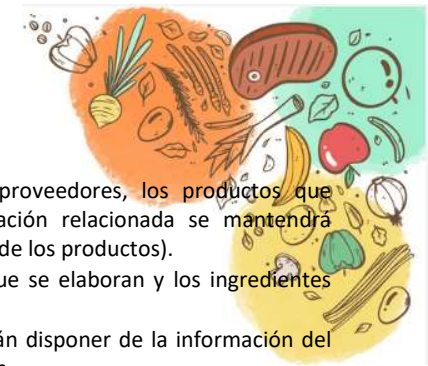
#### ROEDORES:

- recepción y almacenamiento de alimentos adecuada: mantener los productos a una altura suficiente del suelo y pared ( p.e. 30cm).
- Evitar la disponibilidad de comida y bebida. Evitar zonas encharcadas, grifos que gotean y desagües defectuosos.
- Todo alimento debe conservarse en envases adecuados y cerrados. No deben dejarse restos de alimentos en el local al finalizar la jornada
- Los cubos y contenedores de basura deben mantenerse cerrados y limpios.

#### INSECTOS:

- Mantener los alrededores del establecimiento libre de cualquier casusa de insalubridad (charcas, basura, maleza,...)
- Mantener las instalaciones en perfecto estado de limpieza
- Mantener cerrados cubos y contenedores de basura
- Instalación de tela mosquitera, en ventanas, puertas y huecos, aberturas de ventilación
- Eliminar agujeros, grietas, resquicios y posibles puntos de entrada tales como falsos techos, tuberías,...)





### 3. MANTENIMIENTO Y CALIDAD DEL AGUA.

La conservación de las instalaciones y funcionamiento de la maquinaria, así como el buen estado de menaje y útiles, debe ser un objetivo primordial a desarrollar entre los responsables de los establecimientos alimentarios, ya que desde el punto de vista higiénico-sanitario, un mal funcionamiento o deterioro de los mismos, no garantiza la producción de alimentos seguros para la cual han sido diseñados.

El centro realizará revisiones periódicas mediante un control visual del estado de sus locales, instalaciones y equipos de acuerdo con lo establecido en el **Programa de mantenimiento de equipos e instalaciones.**

El agua que abastece al establecimiento es de consumo humano, y deberá justificarse según lo establecido en el plan de control de la calidad del agua. En caso de disponer de equipos de tratamiento del agua (ósmosis inversa, etc) deberá establecerse un control del mantenimiento de todos los elementos del sistema y comprobación de la adecuada desinfección del agua de consumo humano.

En el caso que, inevitablemente se apliquen medidas correctivas que pudieran afectar al producto, se realizarán fuera de horas de actividad para prevenir las contaminaciones posibles durante y después de la actuación.

### 4. MATERIAS PRIMAS, PROVEEDORES Y CADENA DE FRÍO.

El control de las materias primas que forman parte del menú y los proveedores, se realiza siguiendo las actividades establecidas en el plan de control, durante las operaciones de recepción de materias primas.

El listado de proveedores homologados se mantendrá disponible para su consulta. No está permitida la compra a proveedores no homologados.

**CADENA DE FRÍO.** Las operaciones de recepción, almacenamiento, tiempo de operaciones, y de control de temperaturas en equipos de frío siguen las actividades previstas en el plan de control de la cadena de frío, con el fin de mantenerla dentro de los límites seguros y adecuados a cada tipo de alimento.

### 5. TRAZABILIDAD.

Trazabilidad es el sistema por el cual la empresa puede rastrear el origen de los productos para determinar las causas de cualquier incidencia relacionada con los mismos. La legislación vigente obliga a las empresas alimentarias a poner en marcha, aplicar y mantener un sistema de trazabilidad.

- **TRAZABILIDAD HACIA ATRÁS:** La identificación de los proveedores, los productos que suministran, las fechas de las transacciones y la información relacionada se mantendrá disponible en la instalación (facturas o albaranes, etiquetado de los productos).
- **TRAZABILIDAD INTERNA:** La identificación de las comidas que se elaboran y los ingredientes que las componen.
- **TRAZABILIDAD HACIA DELANTE:** Los establecimientos deberán disponer de la información del número de comensales y los distintos tipos de menús servidos.

### COMIDAS TESTIGO. (cocinas centrales, centros de cocina in- situ o reciben catering con más de 40 comensales)

Tras la elaboración de los platos, es requisito legal obligatorio guardar una muestra testigo de cada uno de los platos que componen el menú servido. La cantidad corresponderá a una ración individual de **mínimo 100 gramos.**

La toma de muestras de estas comidas deberá realizarse con prácticas que eviten la contaminación cruzada: empleo de utensilios higienizados y secados con papel de un solo uso, en recipientes adecuados. Estarán claramente identificadas y fechadas.

La conservación se realizará:

**Centros:** conservadas igual o inferior a 4°C (refrigeración o congelación) durante un **mínimo de 7 días**, que tras ellos podrán ser desechada.

**Cocina Central:** conservadas igual o inferior a 4°C (refrigeración) durante un **mínimo de 7 días**, que tras ellos podrán ser desechada

### 6. FORMACIÓN

IRCO gestiona la formación de los manipuladores de alimentos según el plan de formación establecido.

Deberá mantenerse una copia accesible de los documentos o registros que evidencian la formación de los manipuladores de alimentos a disposición de la inspección sanitaria.

### 7. EVACUACIÓN DE RESIDUOS.

Se realiza el diseño de la evacuación de los residuos generados en el establecimiento (orgánico, plásticos-envases, cartón-papel, aceite de fritura...), identificación de los puntos de recogida en la cocina y el punto de almacenamiento final.

Se realizará lo más rápidamente posible en las zonas de preparación, elaboración y transformación de alimentos.

La frecuencia de la retirada de los residuos se establecerá con la frecuencia suficiente para garantizar la salubridad de los alimentos.

**Contenedores:** Las basuras se podrán almacenar, previo a su retirada por el gestor de residuos, en una zona de almacenamiento de residuos (cuarto de basuras) debidamente apartada de la zona de manipulación / tránsito de alimentos y protegida de la luz solar directa o del acceso de plagas.



Los cubos de basura en las zonas de manipulación de alimentos se mantendrán tapados en todo momento.

Dichas tapas serán de apertura no manual (por pedal) y con cierre, evitando abrir los cubos con las manos.

Serán de fácil limpieza y desinfección.

Dispondrán de bolsa de basura de un solo uso (para orgánicos).

Todo desperdicio orgánico que se deposite en contenedores estará embolsado (bolsas de un solo uso).

No sobrecargar los cubos de basura, cambiar y desechar la bolsa cuando se encuentre a 2/3 de su capacidad total.

Al finalizar la jornada no debe quedar ningún cubo de basura sin vaciar en las zonas de manipulación.

**Destino:** Se recomienda la separación y reciclado de residuos (aceites, cartonajes, etc...) utilizando para ello gestores de residuos autorizados.

## 7. ALÉRGICOS.

La prevalencia de alergias e intolerancias alimentarias ha llegado al punto de afectar a la salud e incluso a la vida de muchos niños. Las manifestaciones de la alergia o intolerancia pueden ser leves (enrojecimiento de la piel) o graves (shock anafiláctico), lo que hace imprescindible que tanto la familia, como el entorno en el que se desenvuelve el niño y, en especial, los centros escolares, estén al corriente de lo que significa e implica la alergia o intolerancia y de cómo evitar situaciones de riesgo. Incluso en pequeñas cantidades los alimentos implicados pueden causar reacciones graves, e incluso mortales, a las personas susceptibles (Urticaria generalizada, angioedema, edema de labios y faringe pudiendo ocasionar asfixia, disnea, cianosis, descenso de la tensión arterial y pérdida de conciencia).

La legislación en materia de seguridad alimentaria establece que determinados ingredientes o sustancias, derivados de ingredientes, causan reacciones adversas en individuos sensibles. Los ingredientes o sustancias derivados de dichos ingredientes son alimentos consumidos de forma habitual y se deben evitar de forma estricta en la elaboración y servicio de este tipo de menús para alérgicos o intolerantes.

En el plan de gestión de alérgenos se describe las actividades a tener en cuenta para el servicio de estos menús.

