

**REPUBLICA DE PANAMÁ
MINISTERIO DE SALUD**

RESOLUCIÓN No. 726
(De 18 de Junio de 2015)

EL MINISTRO DE SALUD
en uso de sus facultades legales,

CONSIDERANDO:

Que la Constitución Política de Panamá en su artículo 109, señala que es función esencial del Estado velar por la salud de la población de la República. El individuo, como parte de la comunidad, tiene derecho a la promoción, protección, conservación, restitución y rehabilitación de la salud y la obligación de conservarla, entendida esta como el completo bienestar físico, mental y social.

Que el Decreto de Gabinete No. 1 de 15 de enero de 1969, crea el Ministerio de Salud, y determina su estructura, funciones, estableciendo las normas de integración y coordinación de las Instituciones del Sector Salud.

Que la Constitución Política de la República de Panamá, en su artículo 28, señala que el sistema penitenciario se funda en principios de seguridad, rehabilitación y defensa social. Prohibiendo la aplicación de medidas que lesionen la integridad física, mental y moral de los detenidos y consigna para los menores de edad un régimen especial de custodia, protección y educación.

Que Ley 55 de 30 de julio de 2003, reorganiza el Sistema Penitenciario y establece una serie de derechos y deberes de las personas privadas de libertad, relacionados con la salud, atención médica, recibir una alimentación balanceada, cuyo valor nutritivo sea suficiente para el mantenimiento de su salud, la cual debe ser de buena calidad, bien preparada, servida y supervisada por el personal técnico especializado en la materia y en caso de sufrir enfermedades crónicas o ha sido sometido a intervenciones quirúrgicas tendrá derecho a recibir una dieta especial.

Que la alimentación es concebida como un derecho fundamental de toda persona, y esta es indispensable para llevar una vida sana y activa.

Que se hace necesario dotar a los (las) trabajadores (as) en los diferentes servicios de alimentación de los centros penitenciarios y en las empresas proveedoras, de un instrumento sencillo y práctico que les permita establecer procedimientos para brindar una alimentación nutricional e higiénicamente adecuada.

Que mediante Resolución No. 0849 de 27 de marzo de 2015, la Dirección General de Salud Pública, adoptó la Guía básica del servicio de alimentación para las personas privadas de libertad, no obstante, luego de su publicación se observó que algunos aspectos discutidos a lo largo de las sesiones que generaron el documento no aparecieron reflejados en la versión final.

Que en virtud de lo anterior, se ha decidido incorporar los aspectos faltantes en el documento y proceder a adoptar nuevamente la Guía básica del servicio de alimentación para las personas privadas de libertad, a efecto de evitar confusiones entre los destinatarios de la norma.

En consecuencia

RESUELVE:

ARTÍCULO PRIMERO: ADOPTAR la GUÍA BÁSICA DEL SERVICIO DE ALIMENTACIÓN PARA LAS PERSONAS PRIVADAS DE LIBERTAD, cuyo texto es del tenor siguiente:

GUÍA BÁSICA DEL SERVICIO DE ALIMENTACIÓN PARA LAS PERSONAS PRIVADAS DE LIBERTAD

Panamá, República de Panamá, 2015

2da. Edición, Revisada

INDICE

- I. INTRODUCCIÓN**
- II. OBJETIVO**
- III. SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN Y TIPOS DE DIETA**
 - 1. Servicio de alimentación
 - 2. Tipo de dietas
 - 3. Alimentación diaria recomendada para adolescentes y adultos
 - 4. Estandarización y cantidades en peso crudo de algunos alimentos según dieta recomendada
- IV. Recurso humano para los servicios de alimentación y Funciones de los/las trabajadores/as en el Servicio de Alimentación**
 - 1. Nutricionista
 - 2. Administrador o Supervisor del Servicio de Alimentación
 - 3. Cocineros
 - 4. Ayudante de Cocina
 - 5. Almacenista del Servicio de Alimentación
 - 6. Trabajador(a) manual del Servicio de Alimentación
- V. MEDIDAS HIGIÉNICAS PARA LA MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS**
 - 1. Protección de alimentos
 - 2. Enfermedades transmitidas por alimentos
 - 3. Higiene personal del manipulador de alimentos
 - 4. Lavado de manos
 - 4.1. Momentos para realizar el lavado de manos
 - 4.2. Procedimiento del lavado de manos
 - 5. Higiene del sitio donde se manipulan los alimentos
 - 6. Higiene de los utensilios y equipos empleados en la manipulación de los alimentos
 - 6.1. Recomendaciones sobre la higiene de los utensilios y el equipo
 - 6.2. Procedimientos para el lavado de utensilios
 - a. Lavado manual
 - b. Lavado a máquina
 - 7. Requisitos para los manipuladores de alimentos
 - 7.1. Certificado de Buena Salud
 - 7.2. Carné de Capacitación ("carné de manipulador de alimentos")
 - 8. Medidas de Bioseguridad
 - 9. Las 5 claves para mantener los alimentos seguros
 - 10. Otras Normas Generales

REFERENCIAS

ANEXO

I. INTRODUCCIÓN:

La alimentación es uno de los derechos fundamentales de todas las personas. Una alimentación adecuada es esencial para llevar una vida sana y activa. Con una correcta nutrición, las personas pueden desarrollar todo su potencial y lograr mantenerlo y acrecentar sus hábitos alimentarios de forma equilibrada y balanceada.

La responsabilidad del servicio de alimentación para la población adolescente y adulta privada de libertad, es el de ofrecer una alimentación segura, adecuada e inocua para

mantener el estado nutricional de las personas privadas de libertad conservando la salud, al proporcionarle una ingesta adecuada de alimentos.

Las personas privadas de libertad cuentan con deberes, derechos y prohibiciones entre las que podemos mencionar como inalienables el derecho a:

- Recibir una alimentación balanceada, cuyo valor nutritivo sea suficiente para el mantenimiento de su salud, que sea de buena calidad, segura e inocua; supervisada por un personal técnico especializado en la materia, de preferencia nutricionista.
- Recibir una dieta especial, si sufre de enfermedades crónicas, VIH/SIDA, TBC, o si es sometido/a a intervenciones quirúrgicas cuya atención médica así lo indique.

Esta segunda edición es un instrumento para los(as) funcionarios(as) y técnicos de los servicios de alimentación, tomando en cuenta las buenas prácticas de manipulación (GMP/BMP) y los procedimientos estandarizados de las operaciones de saneamiento (SSOP/POES), algunas recomendaciones generales para evitar enfermedades transmitidas a través de los alimentos y que los alimentos que se consuman aporten una nutrición adecuada.

II. OBJETIVO

Dotar a los (las) trabajadores(as) en los diferentes servicios de alimentación de los centros penitenciarios y en las empresas contratistas, de un instrumento sencillo y práctico que les permita establecer procedimientos para brindar una alimentación nutricional e higiénicamente adecuada.

III. SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN Y TIPOS DE DIETA

I. Servicio de alimentación:

Un servicio de alimentación es aquel servicio que involucra una serie de actividades desde el recibo, almacenamiento, producción y distribución de alimentos perecederos y no perecederos.

El Ministerio de Gobierno, a través de la Dirección General del Sistema Penitenciario, tiene la responsabilidad de planificar, adquirir, preparar, almacenar y ofrecer una alimentación adecuada que cumpla con los requerimientos nutricionales mínimos establecidos. Este servicio puede ser de modalidad interna y externa.

Servicio de alimentación interna: Aquel servicio de alimentación en el que la comida será preparada por empresa contratista dentro del penal y servida a los privados de libertad en la temperatura adecuada y porciones establecidas. En esta modalidad además de los trabajadores propios de la empresa, los privados pueden apoyar en la preparación, servido y distribución de los alimentos.

Servicio de alimentación externa: Aquel servicio de alimentación en el que la comida será preparada por empresa contratista fuera del penal, debidamente transportada hasta los centros penitenciarios para ser servida, en la temperatura adecuada y porciones establecidas; utilizando los mismos envases en que fueron transportada por la empresa para evitar algún tipo de contaminación. En este tipo de servicio los privados de libertad apoyan en el momento de servir y distribución de los alimentos (en los mismos envases en que fueron distribuidos por la empresa), no así en la preparación de los alimentos.

También se considera servicio de alimentación externa a aquel servicio de alimentación en el que la comida será preparada por empresa contratista fuera del penal, servidas en envases individuales y transportados en contenedores isotérmicos hasta los centros penitenciarios, en la temperatura adecuada y porciones establecidas.

Todo servicio de alimentación debe contar con agua potable y deberá cumplir con las normas de higiene establecidas en el MINSA.

Todo servicio de alimentación donde se preparen los alimentos para los privados de libertad debe mantener accesible los registros de los formularios solicitados en la guía de alimentación para los privados de libertad en cuanto a la correcta manipulación de los alimentos, especialmente del almacenamiento y producción de las preparaciones de alto riesgo epidemiológico como por ejemplo el pollo, la carne molida, el pescado y productos perecederos como lácteos, mayonesa y aderezos, como control interno del servicio de alimentación y las supervisiones correspondientes por el personal de DEPA o nutricionista o el personal de salud asignado para las supervisiones.

2. Tipos de dieta

Dieta se refiere a la cantidad de alimento que se le proporciona a un organismo en un periodo de 24 horas, puede ser de tipo corriente o especial.

- **Dieta Corriente:** es la dieta normal que se ofrece a la persona privada de libertad, con las calorías y nutrientes que necesita.
- **Dietas Especiales:** en éstas, se incluyen las dietas que pueden ser modificadas en su consistencia, temperatura, volumen, aporte calórico y de nutrientes para adecuarlas a las necesidades especiales de las personas privadas de libertad por indicación médica, debido a patologías específicas como la diabetes, hipertensión, hiperlipidemia, obesidad mórbida, tuberculosis, VIH/SIDA, cáncer y otros.

Toda dieta para los privados de libertad debe cumplir con los requerimientos diarios nutricionales y ser repartidas en tres tiempos de comidas (desayuno, almuerzo y cena).

Recomendaciones Dietas Especiales
Diabetes, hipertensión, hiperlipidemia, obesidad mórbida, cáncer, tuberculosis, VIH/SIDA
Generales: • Asegurar el consumo diario de 1 taza de vegetales y no menos de 1 porción de fruta al día. • Aderezar con limón y vinagre. • Ofrecer preparaciones con condimentos naturales, evitar aquellas que usan saborizantes artificiales. • Ofrecer preparaciones asadas, al horno, a la parrilla, sancochada, al vapor, evitar las frituras.
Específicas: • Hipertensos: En almuerzo y cena preparaciones bajas en sal (1000 a 3000 mg/día de sodio), evitar alimentos enlatados. • Diabéticos: Evitar los azúcares, las bebidas, refrescos y cremas sin azúcar, con edulcorantes artificiales o azúcar de dieta. Evitar las salsas con azúcar en sus ingredientes. • Hiperlipidemias y obesidad: Evitar las preparaciones fritas, las mismas deben ser asadas, al horno, a la parrilla, sancochada, al vapor. Evitar los azúcares y las grasas como la mayonesa, margarina o mantequillas. Evitar el consumo de vísceras. • VIH/SIDA o tuberculosis o cáncer: Si se encuentra bajo peso se puede dar el doble de la ración servida, proteínas de alto valor biológico en promedio de 50 gr.

El contratista debe presentar 14 menús diferentes y variados, subdivididos en dos grupos de 7 días cada uno, que se cambiarán cada 2 meses. Cada menú debe llevar firma y sello de un (1) nutricionista idóneo por parte de la empresa. Existen preparaciones que podrán repetirse por ser de consumo frecuente, pero con acompañamientos diferentes. Ejemplo: arroz.

Si los alimentos que se le proporciona a los privados con dietas especiales, no logran cubrir sus necesidades y no logran mantener un buen control de la enfermedad, se le puede permitir el ingreso de otros alimentos por parte de los familiares, según plan de alimentación proporcionado por un nutricionista idóneo ya sea del MINGOB o MINSA, bajo orden médica y según los reglamentos establecidos sobre el tipo de alimento permitido que sea ingresado al penal, especialmente diabéticos debido a la necesidad de incluir más de tres tiempos de comidas.

3. Alimentación diaria recomendada para adolescentes y adultos.

Para las personas privadas de libertad se asegurará cubrir no menos del 86.5% de las necesidades diarias de calorías, además se debe procurar controlar las cantidades servidas utilizadas de azúcares y grasas, en estos se está ofreciendo lo mínimo, ya que el resto es lo que se agregará durante la preparación de los alimentos; se cubre el 100% de las necesidades de proteínas, se mantiene seguro el 25% de los requerimiento de calcio y en menor cantidad el aporte de otros minerales, las vitaminas y fibra, las cantidades de frutas y vegetales son las mínimas para su consumo diario.

Recomendamos aumentar la actividad física dentro del penal con el fin de complementar la alimentación saludable.

RECOMENDACIONES POR GRUPO DE ALIMENTOS

TIPO DE ALIMENTO	FRECUENCIA	OBSERVACIONES
Almídonos, granos y cereales	Diariamente	Se puede ofrecer diariamente el arroz o pastas o menestras o pan o tortilla o bollo o cereales o verduras o plátano o papa, según lo establecido en los menús por cada proveedor. Se debe asegurar un consumo semanal no menos de 3 veces a la semana de menestras. Las verduras son: papa, yuca, ñame, oíoe, ñampi, zapallo, también se puede considerar el plátano, que son de uso en sopas.
Frutas	Diariamente	Se recomienda un consumo mínimo de una porción al día, las que se incluyan en los menús serán las aceptables por el ministerio de gobierno de justicia, preferir las de época. Una porción es igual a: ½ taza de jugo natural o una unidad pequeña de fruta o ½ taza de fruta picada.
Vegetales	Diariamente	Se debe asegurar un consumo diario de 1 taza, el cual puede subdividirse por tiempo de comida o darlo en una sola servida. Aderezarlos, principalmente, con limón o vinagre. Las ensaladas de vegetales pueden incluir lechuga, tomate, repollo, pepino, habichuela, etc. Según lo establecido en el menú, no se refiere a ensalada o alimentos como coditos o papa.
Carnes	Pollo o pavo: 3-4 veces por semana. Pescado o tuna o sardina: 2-3 veces por semana. Carne de res o puerco liso: 1 vez a la semana.	Control de las porciones servidas, la cantidad en promedio es según el tamaño de la palma de mano. Asegurar que estén aderezados con condimentos naturales (ajo, cebolla, perejil, etc.) evitar los artificiales. En los menús se puede incluir alguna visera una vez a la semana (higado, mondongo).
Huevo o quesos embutidos	Diariamente	El huevo puede ofrecerse diariamente. Se puede variar con queso y evitar dar embutidos más de 3 veces a la semana (salchicha, jamón, chorizos, mortadela).
Leche o bebidas con leche	Diariamente	Puede ofrecerse leche sola o en cremas o avenas, los días en donde no se incluyen en cereales, se puede ofrecer café o té.
Azúcar	Diariamente	Tener un control de la cantidad de azúcar el total diario recomendado es 6 cucharaditas=30 granos, la misma es para uso en el café te o café o refrescos dulces (bebidas líquidas o instantáneas en polvo).
Grasas	Diariamente	El total de grasa al día añadida es de 3 cucharadita=15 gramos. Las grasas añadidas como la mantequilla, margarina, mayonesa o aceites para uso en el pan o aderezos en los vegetales. Los alimentos fritos evitar ofrecerlo más de 3 veces a la semana, preferir preparaciones asadas, al horno, sancochado, al vapor a la parrilla. Cuando se hacen preparaciones fritas los alimentos por servidas pueden absorber más de 5 cucharaditas de grasas.

ALIMENTACIÓN DIARIA RECOMENDADA PARA LOS PRIVADAS DE LIBERTAD
CANTIDADES DE SERVIDA POR GRUPO ETARIO Y TIEMPO DE COMIDA

TIPO DE ALIMENTO	Adolescente Hombre	Adolescente Mujer	Hombre Adulto	Mujer Adulta
DESAYUNO				
Pan o tortilla o bollo o cereales, verduras o plátano o papa	4 rebanadas o 2 unidad o 2 tazas	2 rebanadas o 1 unidad o 1 taza	4 rebanadas o 2 unidades o 2 taza	4 rebanadas o 2 unidad o 2 taza
Leche o bebida con leche	1 vaso	1 vasos	1 vasos	1 vasos
Huevo/jamón	1 unidad	1 unidad	1 unidad	1 unidad
Frutas	1 porciones	1 porciones	1 porción	1 porción
Azúcar añadido	2 cdts	2 cdts	2 cdts	2 cdts
Grasas añadido	1 cdts	1 cdts	1 cdts	1 cdts
ALMUERZO				
Arroz o pastas o verdura	1 tazas (2 cucharones)	1 tazas (2 cucharones)	1 1/4 tazas (3 cucharones)	1 taza (2 cucharones)
Menestras o verdura o plátano	1/3 taza (1 cucharones)	1/3 tazas (1 cucharón)	1/2 taza (2 cucharones)	1/2 taza (2 cucharones)
Pollo o pavo Pescado o tuna o sardina Carne de res o puerco liso	3 onzas (1 presa)	2 onzas (1 presa pequeñas)	3 onzas (1 presa)	2 onzas (1 presa pequeña)
Vegetales	1/2 taza	1/2 taza	1/2 taza	1/2 taza
Azúcar	2 cdts	2 cdts	2 cdts	2 cdts
Grasas añadida para aderezo	1 cdts	1 cdts	1 cdts	1 cdts
CENA				
Arroz o pastas o verdura	1 tazas (2 cucharones)	1 tazas (2 cucharones)	1 1/4 tazas (3 cucharones)	1 taza (2 cucharones)
Menestras o verdura o plátano	1/3 taza (1 cucharones)	1/3 tazas (1 cucharón)	1/2 taza (2 cucharones)	1/2 taza (2 cucharones)
Pollo o pavo Pescado o tuna o sardina Carne de res o puerco liso	2 onzas (1 presa pequeña)	2 onzas (1 presa pequeñas)	3 onzas (1 presa)	2 onzas (1 presa pequeña)
Vegetales	1/2 taza	1/2 taza	1/2 taza	1/2 taza
Azúcar	2 cdts	2 cdts	2 cdts	2 cdts
Grasas añadida para aderezo	1 cdts	1 cdts	1 cdts	1 cdts
VCT calorías	1931	1654	2208	1790
Proteínas	82 gr	69 gr	95 gr	73 gr

Observaciones:
Verdura: papa, yuca, ñame, otoi.
Frutas: 1porción= 1 naranja, ½ taza de jugo de naranja, ½ guineo, 1 mango mediano, 1 rebanada de piña, 1 manzana pequeña, 1 taza de melón, sandía o papaya.
Pollo o pescado o carnes: 3 onzas sin hueso = palma de mano de adulto. Visceras: hígado, bofe, mondongo, molleja, etc.
Huevo: los días que no consuman huevo puede comer, quesos, jamón, salchicha, sardina.

Se recomienda el consumo de frutas de estación, que no requieran mayor preparación para su consumo. Ejemplos: naranja, mandarina, guineo. Las mismas serán entregadas por unidad. El cálculo se hará a 1 unidad por persona.

EJEMPLOS DE MENÚ SUGERIDO

TIEMPO DE COMIDA	MENÚ 1	MENÚ 2
Desayuno	Huevo revuelto Pan Bolas Avena con leche Fruta fresca	Queso en rebanada Pan en rebanada Café o té con leche y azúcar o sustituto Fruta fresca
Almuerzo	Presa de pollo Arroz Menestras (porotos) Ensalada de vegetales cocidos	Sopa de pollo Verduras Vegetales (zanahoria, chayote) Arroz
Cena	Presa de pollo Macarrones Ensalada vegetales	Tuna Arroz Menestras (lenteja) Ensalada de vegetales cocidos

4. Estandarización y cantidades en peso crudo de algunos alimentos según la dieta recomendada.

Con el fin de facilitar el manejo de las preparaciones de alimentos según cantidad de personas privadas de libertad, todo servicio de alimentación para los privados de libertad debe contar con su guía de estandarización de recetas elaborado por un nutricionista idóneo, según menús establecidos. Debe presentar las recetas estandarizadas como mínimo de dos grupos de alimentos que incluya la minuta patrón, elaborado y con firma y sello de un nutricionista idóneo de la empresa contratante. A continuación la estandarización de algunos alimentos más usados en los servicios de alimentos.

Tipo de alimento	Cantidad estandarizada
Leche entera (2 vasos)	Para 100 personas= 25 litros
Arroz (1 taza)	Para 100 personas= 30 libras
Plátano (1 porción)	Para 100 personas= 34 unidades ¼ plátano o 2 tajadas
Frijoles	Para 100 personas= 10 libras (10 porciones por libra)
Carne de res	Para 100 personas 20 libras (bistec de 3 onzas cada uno)
Pan (3 rebanadas por persona)	Para 100 personas= 300 unidades (Pan bola o michita)
Tomate	Para 100 personas= 28 libras (3.5 porciones por libra)
Repollo	Para 100 personas= 20 libras

Las cantidades de peso en crudo se muestran de manera individualizada, las mismas se deben ampliar según el número total de privados de libertad en el centro penal en el momento y cubren la alimentación diaria recomendada para los privados de libertad.

CANTIDADES EN PESO NETO CRUDO POR GRUPO ETARIO Y TIEMPO DE COMIDA

TIPO DE ALIMENTO	Adolescente Hombre	Adolescente Mujer	Hombre Adulto	Mujer Adulta
DESAYUNO				
Pan o Tortilla o bollo o cereales, Verduras o plátano o papa	112 gr 152 gr o 72.5 gr	56 gr 76 gr 36.3 gr	112 gr 152 gr 72.5 gr	112 gr 152 gr 72.5 gr
Leche o bebida con leche o café o té ¹	125 o 250 ml	125 o 250 ml	125 o 250 ml	125 o 250 ml
Huevo/jamón/queso	50 gr	50 gr	50 gr	50 gr
Frutas ²	100 gr	100 gr	100 gr	100 gr
Azúcar añadido ³	9 gr	9 gr	9 gr	9 gr
Grasas añadido ³	5 ml	5 ml	5 ml	5 ml
ALMUERZO				
Arroz o pastas o verdura	45-90 gr	45-90 gr	56.25-112.5 gr	45-90 gr
Menestras o verdura o plátano ³	22.68 o 77.1 gr	22.68 o 77.1 gr	34.02 o 77.1 gr	22.68 o 77.1 gr
Pollo o pavo				
Pescado o tuna o sardina	85 gr	56.6 gr	85 gr	56.6 gr
Carne de res o puerco liso				
Vegetales ⁴	122.5 gr	122.5 gr	122.5 gr	122.5 gr
Azúcar ⁵	9 gr	9 gr	9 gr	9 gr
Grasas añadida para aderezo ⁵	5 ml	5 ml	5 ml	5 ml
CENA				
Arroz o pastas o verdura	45-90 gr	45-90 gr	56.25-112.5 gr	45-90 gr
Menestras o verdura o plátano ³	22.68 gr	22.68 gr	34.02 gr	22.68 gr
Pollo o pavo				
Pescado o tuna o sardina	56.6 gr	56.6 gr	85 gr	56.6 gr
Carne de res o puerco liso				
Vegetales ⁴	122.5 gr	122.5 gr	122.5 gr	122.5 gr
Azúcar ⁵	9 gr	9 gr	0.02 ml	9 gr
Grasas añadida para aderezo ⁵	5 ml	5 ml	5 ml	5 ml
Calorías totales al día	1931	1654	2208	1790

Observaciones de cantidades por peso neto crudo por grupo etario y tiempo de comida:
¹ Asegurar que la leche o bebida láctea se ofrezca como mínimo 4 veces a la semana. Bebida con leche se refiere a preparaciones con leche añadida como chocolates, avena, cremas, las cuales deben contener como

mínimo 120 ml de leche o 15 a 20 gr de leche en polvo. Se puede reemplazar o variar la leche o bebida láctea por café o té.

² *Frutas de época, según reglamento del Ministerio de Gobierno. Se puede reemplazar la fruta por jugos de frutas de 250 ml.*

³ *Cuando se preparan menús con sopas las mismas deben incluir como mínimo 50 a 70 gr de verduras (yuca o ñame u otoo o papa o plátano o maíz) en el líquido. De líquido de sopa debe ser de 240 a 480 ml de líquido. Si el menú tiene arroz con tajada se podría añadir 22 gr adicionales de arroz a cada servida.*

⁴ *Los vegetales pueden ser crudos o cocidos de época aderezados con limón o vinagre o mayonesa, entre otros. Se puede incluir en las sopas la zanahoria o chayote.*

⁵ *No se debe pasar al día de 30 gr de azúcar para el café o té o refrescos de bebidas instantáneas y no más de 15 ml de grasas en forma de mantequilla o margarina o mayonesa en las preparaciones. Las preparaciones frías no más de 3 veces a la semana.*

IV. Recurso humano para los servicios de alimentación.

1. Nutricionista MINSA/MINGOB:

Resumen de trabajo: Debe contarse con nutricionista dietista idóneo (a) del MINSA y/o del MINGOB quienes deberán monitorear las dietas corrientes y especiales que se ofrecen en los centros penitenciarios y asegurar el buen funcionamiento de los servicios de alimentación interno y externo.

Descripción del trabajo:

- Coordinar y supervisar en conjunto con el nutricionista idóneo del proveedor, la alimentación que se ofrecen en los centros penitenciarios. (Un nutricionista del MINSA deberá ir, por lo mínimo tres (3) veces al año.).
- Verificar el cumplimiento de los menús, la cantidad de raciones necesarias y las porciones de alimentos de seguridad que se ofrecen en el centro penal conjuntamente con el administrador o supervisor del servicio de alimentación (anexo 1). A la vez, el cumplimiento de las dietas especiales prescritas por el médico del centro penitenciario.
- Asegurar que en cada centro penal se cuente con el personal mínimo para el buen funcionamiento del servicio de alimentación.
- En caso de un brote de intoxicación alimentaria (ETAS) coordinar con el equipo de epidemiología y Protección de Alimentos (DEPA) del MINSA.
- Coordinar con el Departamento de Protección de Alimentos lo relacionado con la capacitación de los manipuladores de alimentos y el personal administrativo de la empresa contratista y del centro penal.
- Verificar que se estén llenando correctamente los formularios de monitoreo de las buenas prácticas de manufactura y limpieza y desinfección.
- Realizar conjuntamente con el Departamento de Protección de Alimentos de la región de salud, los controles sanitarios al servicio de alimentación de los centros penales y empresa contratista en coordinación con la administración del centro penitenciario.
- Participar en el acto de licitación para las empresas contratistas de los servicios de alimentación para los privados de libertad.
- Elaborar informes después de cada supervisión y enviar copia a todos los involucrados (MINSA, MINGOB; administración del centro penitenciario, empresa contratista).

a. Nutricionista de la empresa contratista:

Resumen de trabajo: La empresa contratista debe contar con el apoyo de un nutricionista dietista idóneo que se encargará del monitoreo de las dietas corrientes y especiales que se

ofrecen en los centros penitenciarios, además de supervisar y asegurar el buen funcionamiento de los servicios de alimentación de su responsabilidad.

Descripción del trabajo:

- Elaboración y firma de menús cíclicos, monitorear el cumplimiento de los mismos. Verificar la cantidad de raciones necesarias y las porciones de alimentos de seguridad que se ofrecen en el centro penitenciario durante el periodo de contratación de manera coordinada con el administrador o supervisor del servicio de alimentación, según formulario de supervisión de dietas (Anexo 1). A la vez, elaborar las dietas especiales prescritas y solicitadas por el centro penitenciario y solicitar su cumplimiento.
- Responsable del buen funcionamiento del servicio de alimentación.
- Elaboración y firma de un manual de estandarización de recetas, según los menús estipulados, supervisando el fiel cumplimiento del mismo y a la vez actualizarlos según los nuevos menús elaborados.
- Mantener una coordinación constante con el nutricionista del MINSA y/o MINGOB con relación al tipo de alimentación que se ofrecen en los centros penitenciarios.
- Coordinar con los centros penitenciarios el total de raciones y tipo de dietas que se ofrecerán, según la población del centro penitenciario de su responsabilidad, asegurando el uso de las recetas estandarizadas.
- Asegurar que la empresa cuente con el personal mínimo para el buen funcionamiento del servicio de alimentación.
- Supervisar que se llenen correctamente los formularios de monitoreo de las buenas prácticas de manufactura y limpieza y desinfección ya sea en el servicio de alimentación dentro del centro penitenciario o en la empresa contratista.

Perfil:

- Idoneidad de nutricionista dietista.
- Carné de manipulador de alimentos (verde) y carné de salud (blanco) del Ministerio de Salud.

En el caso de los centros penitenciarios con una población mayor de 2,000 privados de libertad, la empresa deberá contar al menos con dos (2) nutricionistas.

2. Administrador o Supervisor del Servicio de Alimentación:

Resumen del trabajo: planificar, dirigir y supervisar el proceso de preparación, cocción y distribución de alimentos.

Descripción del trabajo:

- Coordinar y supervisar el trabajo de los manipuladores de alimentos.
- Supervisar la distribución de alimentos a personas privadas de libertad.
- Calcular los insumos necesarios para la producción diaria.
- Recibir y verificar la mercancía de acuerdo a lo solicitado.
- Coordinar los menús diarios avalados por el/la nutricionista de la empresa contratista y el Sistema Penitenciario del Ministerio de Gobierno.
- Supervisar el cumplimiento de las normas de higiene reglamentarias.
- Cumplir con cualquier otra función que se le asigne, inherente a su cargo.

Perfil:

- Carnés de manipulador de alimentos (carné blanco y carné verde) del Ministerio de Salud.

- Habilidad para dirigir y supervisar personal.
- Habilidad para tener relaciones interpersonales.
- Curso y seminarios sobre higiene, preparación y manipulación de alimentos.

3. Cocineros/as:

Resumen del trabajo: Efectuar labores relacionadas con la preparación y cocción de los alimentos que se requieran en los centros penitenciarios y centros de cumplimiento y custodia.

Descripción del trabajo:

- Revisar los ingredientes que se utilizan en la preparación de diversos platos.
- Preparar el número de comidas de acuerdo a la cantidad de privados de libertad.
- Preparar y condimentar diversos platos de acuerdo con las indicaciones en el menú.
- Usar adecuadamente los equipos e insumos proporcionados.
- Vigilar la preparación de alimentos y su cocción que se ajusten a lo indicado.
- Monitorear la oxidación del aceite de freír a fin de no reutilizar aceite oxidado; utilizando las tiras comparativas.
- Dar seguimiento a los trabajos de limpieza y desinfección del área, equipo y utensilios. (SSOP).
- Colaborar en los inventarios de existencia de materiales y equipo de la cocina.
- Informar al supervisor inmediato sobre los daños o desperfectos que tenga el equipo de trabajo y la reposición del material que se requiera.
- Reportar a sus superiores cualquier anomalía de los bienes e insumos del Servicio de Alimentación.
- Cumplir con cualquier otra función que se le asigne inherente al cargo.
- Cumplir con las normas de Buenas Prácticas de Manufactura e higiene personal que requiere su cargo (GMP).
- Guardar las porciones de seguridad.

Perfil:

- Carnés de manipulador de alimentos (carné blanco y carné verde) del Ministerio de Salud.
- Curso y seminarios sobre higiene, preparación y manipulación de alimentos.
- Habilidad para interpretar y seguir instrucciones.
- Destreza en el manejo y uso de utensilios y equipo de cocina.

4. Ayudante de Cocina:

Resumen de Trabajo: Efectuar las funciones de pre alistamiento, manipulación, distribución de las raciones.

Descripción del trabajo:

- Informar al supervisor inmediato sobre los daños o desperfectos que tenga el equipo de trabajo y la reposición del material que se requiera.
- Apoyar al cocinero en todas las funciones de preparación de alimentos.
- Informar al cocinero jefe cualquier anomalía de los bienes e insumos del Servicio de Alimentación.
- Servir los alimentos de acuerdo a las porciones recomendadas.
- Cumplir con cualquier otra función que se le asigne inherente al cargo.
- Cumplir con las normas de Buenas Prácticas de Manufactura e higiene personal que requiere su cargo (GMP).

Perfil:

- Carnés de manipulador de alimentos (carné blanco y carné verde) del Ministerio de Salud.

- Conocimientos básicos sobre actividades básicas en el comedor y manipulación de alimentos.
- Habilidad para interpretar y seguir instrucciones.
- Destreza en el manejo y uso de utensilios y equipo de cocina.

Se puede contar con el apoyo de los privados de libertad que cumplan con el perfil.

5. Almacenista del Servicio de Alimentación:

Resumen del trabajo: efectuar trabajos de recibo e inspección, almacenamiento y despacho de los productos alimenticios, desechables, de aseo y llevar el registro y control correspondiente.

Descripción del Trabajo:

1. Recibir, verificar e inspeccionar los insumos solicitados, según las órdenes de compra y requisiciones.
2. Clasificar y almacenar los alimentos colocándolos en los anaqueles de acuerdo con las normas de Buenas Prácticas de Manufactura (GMP).
3. Despachar, de acuerdo a las órdenes recibidas, y verificar la distribución de los mismos.
4. Efectuar los registros de entrada y salida de los insumos en el formulario existente y/o tarjetario de control de existencias del almacén.
5. Elaborar inventarios periódicos relacionados con los insumos y los alimentos.
6. Velar que se realice la limpieza y desinfección de equipos, utensilios y áreas de trabajo.
7. Almacenar productos de limpieza en área separada de los alimentos.
8. Cumplir con cualquier otra función que se le asigne inherente al cargo.

Perfil:

- Carnés de manipulador de alimentos (carné blanco y carné verde) del Ministerio de Salud.
- Curso y seminarios sobre almacenamiento y despacho de alimentos.
- Habilidad para interpretar y seguir instrucciones.
- Habilidad para comunicación.

6. Trabajador(a) manual del servicio de alimentación:

Resumen del trabajo: Ejecutar tareas de limpieza y desinfección del equipo y vajilla en el Servicio de Alimentación.

Descripción del trabajo:

- Lavar y desinfectar equipos y utensilios del Servicio de Alimentación.
- Mantener el área del servicio de alimentación limpio y ordenado.
- Solicitar y controlar los insumos requeridos para esta actividad.
- Cumplir con cualquier otra función que se le asigne inherente al cargo.

Perfil:

- Carnés de manipulador de alimentos (carné blanco y carné verde) del Ministerio de Salud.
- Conocimientos de procedimientos de limpieza en servicio de alimentación.
- Habilidad para interpretar y seguir instrucciones.

V. MEDIDAS HIGIÉNICAS PARA LA MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Protección de alimentos:

Los alimentos deben manipularse de acuerdo a las normas de las Buenas Prácticas de Manufactura (GMP/BMP) para evitar que los alimentos lleguen contaminados o deteriorados al servicio de alimentación (Decreto 352 del 10 de octubre del 2001).

Las principales fuentes de contaminación son:

- a. **Propio alimento:** Se refiere a la contaminación de la materia prima o alimento terminado.
- b. **Manipulador:** Se considera la principal fuente de contaminación de los alimentos si su salud ó sus hábitos higiénicos son deficientes por su contacto directo con los mismos, así como en los utensilios, superficie y equipos que se emplean en la manipulación.
- c. **Agua:** Si no cumple con los estándares de calidad del agua potable.
- d. **Suelo:** Por ser un reservorio final de microorganismos.
- e. **Plagas:** En especial las moscas, cucarachas, roedores, así como también animales domésticos (gatos, perros, aves y murciélagos).
- f. **Contaminación Directa:** Es la contaminación que ocurre en forma directa entre superficies de contacto (ejemplo: utensilios, manos) y los alimentos.
- g. **Contaminación Cruzada:** Es la contaminación originada entre un producto y otro, entre la vestimenta del personal manipulador y los alimentos y/o entre superficies de equipos que están sucios o contaminados (ejemplo: piso, paredes y cielo raso).

2. Enfermedades transmitidas por alimentos:

Una enfermedad transmitida por alimento es un síndrome originado por la ingestión de alimentos o agua que contenga contaminantes biológicos (bacterias, virus, hongos, parásitos), contaminantes físicos (piedras, vidrios, metal), y/o contaminantes químicos (desinfectantes, plaguicidas, pinturas, otros) en cantidades que afecte la salud del consumidor.

- Enfermedad Aguda (ETAS) como por ejemplo la salmonelosis, intoxicación por estafilococos, shigelosis, entre otras.
- Otras enfermedades que se manifiestan más tardíamente como por ejemplo la brucelosis, toxoplasmosis, cáncer, entre otros.

3. Higiene personal del manipulador de alimentos

- La higiene personal significa: bañarse antes de ingresar a su puesto de trabajo, cepillarse los dientes, usar ropa limpia cada día, el calzado debe ser cerrado.
- Debe usar desodorante y mantener las uñas limpias y recortadas, no deben estar pintadas.
- No debe usar audífonos ni prendas de joyería (reloj, pulseras, anillos, aretes, collares), de manera de facilitar el correcto lavado de manos o evitar que caigan sobre los alimentos.
- Si tiene barba o bigote deben estar limpios y recortados o usar mascarillas.
- El cabello debe estar limpio y cubierto totalmente con un gorro o redecilla de manera de evitar que alguna hebra caiga sobre los alimentos. Se recomiendan las redecillas con el elástico en el borde.
- La vestimenta debe cubrir las axilas de manera de evitar que algún vello o gota de sudor caiga sobre los alimentos.
- Independientemente del uso de uniforme, el manipulador debe usar una bata o delantal de color claro, que funcione como barrera entre la ropa y los alimentos.
- La bata o delantal debe quitarse al dejar el área donde se realiza el proceso de manipulación. Deben lavarse cada día.
- Cuando va toser o a estornudar debe cubrirse la boca y la nariz con un papel toalla o servilleta desechable o, en su defecto, cubrirse con el ángulo medial del codo. Desechar el papel o servilleta adecuadamente.
- Para el secado del sudor, debe utilizar papel toalla o servilleta y desecharlo inmediatamente.
- No fumar, ni comer, ni beber, ni masticar chicle dentro del área de manipulación de alimentos.

4. Lavado de manos:

Lavar las manos es la intervención más económica y con mayor impacto en la salud pública de la población. El uso de agua y jabón reduce el riesgo de adquirir infecciones respiratorias y el riesgo de diarrea.

Para evitar la contaminación de los alimentos, se recomienda lavarse bien las manos, ya que a través de las manos sucias se transmiten los microbios, es un requisito indispensable dentro del área de manipulación de los alimentos.

El lavado de manos significa la aplicación de un jabón líquido antibacterial sin perfume, que añadido a la fricción mecánica de las mismas por el tiempo de 20 segundos provoca, luego de su enjuague, la remoción mecánica de los componentes orgánicos de la superficie de la piel.

Debemos realizar el lavado de manos en todo momento, especialmente cuando las manos estén sudadas.

4.1. Momentos para realizar el lavado de manos:

Antes de:

- Empezar a manipular los alimentos.
- Comer
- Usar el sanitario

Después de:

- Tocar un alimento diferente (especialmente crudos).
- Usar el servicio sanitario
- Comer
- Tocar el cabello o la cara
- Toser o estornudar en sus manos o limpiarse la nariz
- Recoger algo del suelo o tocar implementos de limpieza (escoba).
- Tocar basura o superficies sucias
- Cualquier otra actividad potencialmente contaminante
- Al finalizar el trabajo.

4.2. Procedimiento del lavado de manos

Se inicia el lavado desde los codos hacia las manos, con agua corrida y jabón realizando los siguientes pasos:

- a. Moje sus manos con agua.
- b. Aplíquese el jabón y forme espuma esparciéndola hasta el codo.
- c. Frótese las manos juntas y entre los espacios interdigitales por lo menos 20 segundos.
- d. Cubra toda la superficie de la mano, dedos muñeca, alrededor y debajo de las uñas, y cuanto más alto el brazo como sea posible. Si tiene material debajo de las uñas, límpielo con un cepillo.
- e. Enjuáguese exhaustivamente bajo el chorro de agua.
- f. Séquese preferiblemente con papel toalla o utilizar el secador de aire. La legislación panameña prohíbe el uso de toallas de tela (Decreto 352 de 31 de octubre de 2001).

Aunque puede resultar un signo de higiene y limpieza, el uso de guantes en la manipulación de alimentos no es obligatorio.

Para muchos manipuladores y responsables de empresas del sector alimentario, utilizar guantes es necesario para asegurar un buen nivel de higiene en los alimentos. Sin embargo, esto produce una falsa sensación de seguridad que puede llevar a cometer errores, ya que el manipulador no siente la necesidad de lavarse las manos y, por otro lado, toca otras superficies con el guante y después toca los alimentos.

Se debe tener en cuenta que algunas personas son alérgicas al látex.

5. Higiene del sitio donde se manipulan los alimentos:

La higiene comprende también la limpieza del lugar donde se van a manipular los alimentos para evitar contaminación antes, durante y después de los procesos.

El sitio donde se manipulan los alimentos debe tener las siguientes características:

- **Pisos:** Deben ser de material impermeable, sin grietas u orificios y limpiarse inmediatamente después de cada jornada para que no guarde contaminantes físicos, químicos o biológicos. Debe dejarse un espacio mínimo de 30 centímetros entre los muebles, anaqueles o tarimas y los pisos, con la finalidad de poder pasar una escoba y un trapeador fácilmente. Cualquier residuo físico ("basura") que caiga al piso debe recogerse y colocarse inmediatamente en el recipiente para basura. Los sumideros deben contar con parrilla para la retención de partículas sólidas y evitar la entrada de roedores.
- **Zócalos del piso:** La franja de los pisos próxima a las paredes debe mantenerse despejada, limpia y, en algunos casos, resaltada con pintura de color claro, para detectar excretas de alimañas y roedores. Los muebles y/o equipos deben mantenerse separados de las paredes al menos unos 20 a 30 centímetros.
- **Paredes y puertas:** También deben ser de superficie sólida, lisa, libre de grietas o aberturas, impermeables (lavables), de color claro y deben limpiarse con frecuencia para evitar que alberguen sucio o aparezcan telarañas o nidos de insectos. Las puertas externas deben tener ajustes perfectos y mallas de protección que no permitan la entrada de alimañas.
- **Techo:** Debe ser de material resistente, impermeable sin imperfecciones de manera a evitar que entre agua lluvia. No debe dejar espacio libre con las paredes. Los respiraderos del techo deben estar protegidos con malla resistente de metal para evitar entrada de alimañas.
- **Cielo raso:** Debe ser de material liso, fijo, de color claro. No se permite el tipo suspendido ya que cuando se levanta con el viento deja caer polvo y otras partículas contaminantes sobre los alimentos. También se debe limpiar periódicamente.
- **Equipos y mobiliarios:** El establecimiento donde se manipulan alimentos debe contar con suficientes equipos y mobiliario para el manejo de los productos. Los anaqueles deben contar con puertas que los resguarden del polvo y otros factores contaminantes o alterantes.

El mobiliario para los utensilios de preparación de alimentos debe contemplar:

- Las tablas de picar deben ser de material plástico o acrílico, y lavarse cada vez que cambian de producto.
- Los Cuchillos deben tener mangos de plástico, caucho o metal y lavarse cada vez que cambian de producto.

Los equipos de cocina (estufas, marmitas, freidoras, planchas, hornos) deben contar con campana acondicionada con extractor de aire caliente y filtro de grasa, cuyo tamaño dependerá de volumen de producción.

Los equipos de refrigeración deben contar con termómetros que permitan el monitoreo de las temperaturas. Las carnes, pollo, pescados y mariscos deben mantenerse por debajo de cinco grados centígrados (5°C) o cuarenta y dos grados Fahrenheit (42°F). Las frutas y vegetales deben mantenerse por debajo de 10°C.

Debe llevarse un registro de control de temperaturas.

Los fregadores deben contar con un mínimo de tres compartimientos y estar conectados a una trampa de grasa. La trampa de grasa debe ubicarse fuera de la cocina.

- **Área de depósito de alimentos (almacén):** Debe contar con áreas definidas para alimentos secos, fríos y utensilios.

Debe existir un registro de control de entrada y salida de alimentos del depósito, con el fin de verificar fechas de vencimiento, etc.

- **Área para la disposición temporal de desechos:** El establecimiento debe contar con un área o compartimiento especial y separado para la disposición temporal de la basura hasta el momento en que es recogida y trasladada al vertedero. Este cubículo o compartimiento ("tinaquera") debe contar con puerta, techo, ventilación y un sumidero, de tal forma a evitar el acceso a las alimañas o pepenadores y permitir su limpieza sin contaminar el ambiente.
- **El Servicio de Alimentación** debe mantenerse libre de cualquier tipo de plagas o animales domésticos.
- **La superficie** en la que se va a trabajar debe:
 - Lavarse bien con jabón y un paño de material sintético (nylon, chamois) antes de preparar los alimentos
 - Desinfectarse con una solución de cloro a 50 partes por millón (1 cda. de solución de hipoclorito de sodio al 5.25% por 1 litro de agua) u otro desinfectante aprobado (amoníaco cuaternario).
- **Transporte:** En los casos en que las comidas se deban transportar, se servirán en forma individual en envases desechables dentro de contenedores isotérmicos que mantengan la temperatura no menor de 60 °C (140°F) y en vehículos autorizados por el Ministerio de Salud (Anexo 6).

6. Higiene de los utensilios y equipos empleados en la manipulación de los alimentos
Los utensilios y equipos de los servicios de alimentación son muy variados dependiendo del tipo de establecimiento y pueden incluir cucharones, cuchillos, tablas plásticas de cortar/picar, bandejas, coladores, rodillos, ollas, sartenes, espátulas, estufas, hornos, batidoras, licuadoras, moladoras, freidoras, planchas, tostadoras, sierras eléctricas o manuales y otros más.

6.1. Recomendaciones sobre la higiene de los utensilios y el equipo

Los equipos y utensilios deben higienizarse inmediatamente después de cada jornada, para evitar la proliferación microbiana y atraer alimañas (moscas, hormigas, cucarachas, lagartijas, roedores) que son fuente de contaminación de los alimentos.

6.2. Procedimientos para el lavado de utensilios

El lavado de utensilios en un establecimiento de manipulación de alimentos se puede realizar de dos maneras: manual o con máquina lavaplatos.

- a. **Lavado manual:** Cuando el método utilizado es el manual, el lavado se debe realizar en un fregador de tres compartimientos, de conformidad con lo ordenado en la legislación nacional (Decreto 382 de 12 de agosto de 1964).

Antes de lavar los utensilios, deben removerse los residuos orgánicos (comida) con una esponja o brocha hacia un basurero provisto con bolsa plástica.

Los restos inorgánicos como plástico, vidrio, lata, papel, cartón, deben depositarse por separado en otro basurero, también provisto de bolsa plástica.

Esto es particularmente importante para un adecuado manejo dentro de las instalaciones, hasta el momento en que sean recolectados y trasladados hacia el relleno sanitario o vertedero. Seguidamente se procede al lavado, como sigue:

Primer compartimiento: Se hace el lavado con agua y detergente.

Segundo compartimiento: Se hace el enjuague correcto del utensilio con agua corriente potable a temperatura ambiente.

Tercer compartimiento: En este compartimiento se debe realizar desinfección, y puede ser de dos maneras:

- Con bactericida
- Con agua caliente 77° C (170° F), se deja sumergido los utensilios por dos (2) minutos.

Para desinfectar los utensilios con bactericida, se debe utilizar una (1) cucharadita de solución de hipoclorito de sodio al 5.25% por cada litro de agua (50 ppm), sumergir los mismos en el tercer compartimiento durante dos minutos (Decreto 382 de 1964).

Escurrido de los utensilios: el sistema de lavado y desinfección culmina con el escurrido de los utensilios el cual debe estar previamente desinfectado y debe estar ubicado al lado derecho del fregador.

b. Lavado a máquina:

- Los restos de alimentos deben primeramente retirarse manualmente.
 - Efectuar un pre-enjuague con agua a chorro en la misma máquina.
 - No sobrecargar las bandejas de la máquina en que se coloca la vajilla; disponer ésta en forma que permita el contacto con las regaderas limpiadoras.
 - Debe disponerse de suficientes bandejas para que el trabajo sea continuo, y disponerlas de forma que sea fácil devolverlas desde la salida a la entrada de la máquina sin que se ensucien o contaminen.
 - La temperatura del agua no debe ser inferior a 77°C (170°F) y debe mantenerse constante.
 - El tiempo mínimo de pasaje en la lavadora de platos ha de ser de dos minutos.
- Es obligatorio el llevar un registro de controles de limpieza.

7. Requisitos para los manipuladores de alimentos

Carnés de manipulador de alimentos (carné blanco y carné verde) del Ministerio de Salud.

7.1. Certificado de buena salud

El certificado de buena salud conocido como el "*carné blanco*", es un documento que indica que la persona se ha realizado los exámenes básicos de laboratorio, fue examinado por el odontólogo, el médico y goza de buena salud. De forma secundaria, permite detectar alguna condición infecciosa que pudiera contaminar los alimentos, y por ende también la salud de los consumidores.

Es un documento obligatorio para todas las personas que laboran tanto en establecimientos donde se manipulan alimentos (Decreto 94 del 8 de abril de 1997), como en los otros establecimientos de interés sanitario (Decreto 387 de 4 de septiembre de 1997). Solo lo expiden los Centros de Salud, aunque los análisis de laboratorio se puedan realizar en cualquier instalación oficial (CSS, hospitales estatales). Tiene duración de un año.

En los servicios de alimentación penitenciarios donde no exista el equipo de salud, corresponderá a la autoridad regional de salud asignar al personal para que brinde la atención al centro penitenciario.

7.2. Carné de capacitación ("carné de manipulador de alimentos")

Conocido como el "*carné verde*" o "*carné de manipulador*" es el documento que indica que la persona que labora en el servicio de alimentación ha sido capacitada académicamente, para manipular alimentos en forma higiénica y saludable, a través de un curso básico de higiene con énfasis en higiene de los alimentos que ofrece el Centro de Capacitación de Manipuladores de Alimentos y Operarios de Interés Sanitario. Este carné tiene duración de cinco años.

En el caso de los privados de libertad que manipulan los alimentos dentro de los centros penitenciarios, corresponderá al equipo de salud regional ofrecer la capacitación.

8. Medidas de bioseguridad:

El significado de la palabra bioseguridad se entiende por sus componentes: "*bio*" de bios (griego) que significavida y "*seguridad*" que se refiere a la calidad de ser seguro, libre de daño, riesgo o peligro.

Las medidas de bioseguridad durante la manipulación de alimentos incluye el desarrollo de un sistema de aseguramiento de la calidad.

En Panamá, desde el año 1997 se hace obligatoria la implementación del Sistema de Análisis de Peligros y Control de los Puntos Críticos (HACCP/ARPCC) y sus

prerrequisitos, los Procedimientos Estandarizados de las Operaciones de Saneamiento (SSOP/POES) y las Buenas Prácticas de Manufactura (GMP/BPM).

Las buenas prácticas de manipulación (o manufactura) incluyen, entre otros principios, la capacitación de los manipuladores de alimentos. Ya descritas en el punto 3, 4, 5, y 6 de esta sección.

Porciones de seguridad: la empresa contratista debe guardar de cada tiempo de comida, una muestra de seguridad de cada porción durante 48 horas debidamente refrigeradas y rotuladas indicando fecha y hora de servida a fin de ser analizada en caso de un brote infeccioso de ETAS.

9. Las 5 claves para mantener los alimentos seguros:

1. Utilice agua potable y alimentos seguros.
2. Mantenga la limpieza.
3. Manipule en forma separada las carnes, pescados y mariscos crudos del resto de los alimentos.
4. Cocine los alimentos correctamente.
5. Mantenga los alimentos a temperaturas seguras.

10. Otras Normas Generales:

1. Todos los servicios de alimentación deben ser fumigados cada dos (2) meses y mantener el certificado de fumigación en un lugar accesible a la auditoría (Decreto 386 del 4 de septiembre de 1998).
2. Todo servicio de alimentación debe contar con tanque de reserva de agua potable, a fin de garantizar el suministro de la misma (Decreto 352 de 10 de octubre de 2001).
3. Todos los servicios de alimentación deberán contar con la Constancia de Inspección Sanitaria expedida por el Ministerio de Salud, en un lugar accesible a la auditoría (Resolución 792 de 30 de julio de 2010).

REFERENCIAS:

1. Constitución Política de la República de Panamá.
2. Ley 66 de 10 de noviembre de 1947 (Código Sanitario).
3. Ley 55 de 30 de julio de 2003 que "Reorganiza el Sistema Penitenciario."
4. Ley 40 del 26 de agosto de 1999 "Régimen especial de Responsabilidad Penal para Adolescencia."
5. Decreto Ejecutivo 65 de 3 de mayo de 1941 (Trampa de grasa).
6. Decreto Ejecutivo 256 de 13 de junio de 1962 (Registro Sanitario de alimentos y desinfectantes).
7. Decreto Ejecutivo 382 de 24 agosto de 1964 (Normas sanitarias para establecimientos de interés sanitario).
8. Decreto Ejecutivo 94 de 8 de abril de 1997 (Manipuladores de Alimentos).
9. Decreto 386 de 4 de septiembre de 1998 (Fumigación).
10. Decreto 352 de 10 de septiembre de 2001 (Pre requisitos GMP/BPM, SSOP/POES).
11. Decreto 40 de 26 de enero de 2010 (Permiso Sanitario de Operación).
12. Resolución 792 de 30 de julio de 2010 (Constancia de Inspección Sanitaria).
13. Resolución 0521 de 14 de junio de 2011 (Guía de Higiene para Manipuladores de Alimentos).
14. Convenio de Cooperación Técnica entre el Ministerio de Gobierno y el Ministerio de Salud de 13 de julio de 2000.
15. Convenio de Gestión Interinstitucional entre el Ministerio de Salud y el Ministerio de Gobierno de 25 de agosto de 2009.
16. Normas Técnicas y Administrativas de Atención de Salud para la Población Adolescente y Adulta Privada de Libertad "Resolución No. 828 del 15 de septiembre de 2009.
17. Menchú, M., Torún, E., LG- Recomendaciones Dietéticas Diarias del INCAP. Segunda Edición. Guatemala: INCAP, 2012.

18. Montenegro C. et al. Alimentación diaria recomendada. Panamá: MINSA, 2014.
19. Guía metodológica y práctica para la capacitación en higiene para manipuladores de alimentos. MINSA, Panamá, 2011.
20. Guía metodológica y práctica para la capacitación en higiene para operarios de interés sanitario. MINSA, Panamá 2011.

ANEXOS
REGISTRO DEL MONITOREO

En cada servicio de alimentación debe asignarse un equipo de supervisores que de forma rotativa realicen el monitoreo de las operaciones. Este monitoreo lo realiza una persona diferente a la que realiza la operación propiamente dicha (manipulador). Por ejemplo, el trabajador que lava los utensilios y los equipos debe hacerlo bien en cada jornada. Sin embargo él mismo no debe realizar la verificación. Esta la realiza un supervisor, por ejemplo el administrador y/o sus asistentes.

Es muy conveniente que cada proceso a monitorear se realice en forma individual ya que la frecuencia varía de uno a otro. Por ejemplo, la verificación de la condición y aseo de las superficies de contacto con los alimentos (SSOP 2) debe realizarse al menos una vez por semana, mientras que el monitoreo de la limpieza de las estructuras (SSOP 3) puede realizarse una vez al mes.

Cada vez que un(a) supervisor(a) realiza el monitoreo de algún procedimiento, debe registrarlo en un cuadro u hoja de monitoreo, manteniendo un archivo de los mismos, los cuales serán monitoreado por personal del MINGOB y/o MINSA durante las visitas de supervisión a la empresa contratista o en el centro penal. En cada cuadro u hoja se describe el proceso monitoreado, el criterio a verificar, la frecuencia programada, la fecha y hora del monitoreo y el nombre del (la) supervisor(a).

Cuadros de registro de monitoreo

1. Formulario de supervisión de dietas (anexo 1) Los nutricionistas del MINGOB y/o MINSA en conjunto con los directores o administradores de los centros penitenciarios, serán los responsables llevar una supervisión del cumplimiento de las dietas ofrecidas a los privados de libertad, según lo establecido en la guía y los términos de referencia de la empresa contratista, ya sea en el centro penal o dentro de la empresa proveedora de los alimentos.
2. Cuadro del registro de control de temperaturas. (anexo 2) Los servicios de alimentación deben contar con un supervisor que monitoree las temperaturas de los aparatos de refrigeración a fin de asegurarse que los alimentos se mantienen a las temperaturas correctas según su tipo. Se debe mantener en registro de este control, el cual será monitoreado por el personal del MINSA en sus visitas de supervisión.
3. Cuadro de registro de control de entrada y salida de alimentos del depósito, con el fin de verificar fechas de vencimiento, etc. (anexo 3) El personal que recibe las materias primas en un servicio de alimentación debe verificar las condiciones sanitarias de las mismas incluyendo la fecha de vencimiento en el caso de los productos pre-empacados, a fin de utilizar prioritariamente a los que vencen primero. Se debe mantener en registro de este control, el cual será monitoreado por el personal del MINGOB o MINSA en sus visitas de supervisión.
4. Formulario de evaluación del servicio de alimentación (anexo 4) Se debe realizar en todo centro penal y en las empresas proveedoras de los alimentos, manteniendo un registro de los mismos en el lugar. Además los funcionarios del MINGOB y/o MINSA también harán evaluaciones generales de las condiciones de los servicios de alimentación durante el año.
5. Formulario de auditoría (anexo 5) Los funcionarios idóneos de las Instituciones gubernamentales (MINSA, MINGOB), durante sus visitas periódicas, son los encargados de realizar la auditoría de los registros presentados por los administradores de los Centros Penitenciarios y/ las empresas proveedoras de los alimentos. Una copia de la auditoría realizada, debe quedar en la administración del Servicio de Alimentación y MINGOB, la original en la región de salud.
6. Legislación sobre transporte de alimentos (anexo 6)

Anexo 1. Cuadro de supervisión de tipos de dietas.

FORMULARIO DE SUPERVISIÓN DE DIETAS
SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN DE CENTROS PENITENCIARIOS Y EMPRESAS
PROVEEDORAS

Centro

Penal

/Empresa

Contratista:

Fecha:

Dirección:

Calle

Ave.:

Corregimiento:

Distrito:

Provincia:

Tel:

Administrador(a):

Cédula:

Observación: Coloque un gancho (✓) si el criterio es adecuado o inadecuado.

TIPO DE DIETA	ADECUADA	INADECUADO
Dieta corriente		
Según menú establecido ¹		
Cantidad por ración servida ²		
Dietas especiales ³		
Según menú establecido		
Cantidad por ración servida		
Características de dietas para tuberculosis		
Características de dietas para VIH/SIDA		
Características de dietas para diabetes		
Características de dietas para hipertensión		
Características de dietas para obesidad		
Características de dietas para hiperlipidemia		
Características de dietas para cáncer		
Muestra de seguridad del día anterior ⁴		
Comentarios		

¹ Menú establecido según contrato.
² Cantidad servida según por grupo etario y tiempo de comida contemplado en la guía básica del servicio de alimentación para las personas privadas de libertad.
³ Características de las dietas especiales según las recomendaciones de dietas especiales establecidas en la guía.
⁴ Muestras de seguridad, se refiere a la porción de seguridad de los menús servidos en el día anterior.

Nombre nutricionista (MINS/MINGOB)Nombre encargado (Penal/Emp. Contratista)

Firma nutricionista (MINS/MINGOB)Firma del encargado (Penal/Emp. Contratista)



Anexo 2. Cuadro del registro de control de temperaturas.

MANUAL GNP/EMP

GMP 4: CONTROL DE LA PRODUCCIÓN Y PROCESOS

GMP4-A: CONTROL DE LAS TEMPERATURAS DE LOS ALIMENTOS

CRITERIO: CARNES, P O L L O , P E S C A D O S Y M A R I S C O S C O N S E R V A D O S A N O M Á S D E 5 ° C (4 2 ° F) . L E C H E S Y Q U E S O S : N O M Á S D E 7 ° C (4 5 ° F) .
FRUTAS Y VEGETALES A N O M Á S D E 1 0 ° C (5 0 ° F)

FRECUENCIA DEL MONITOREO: DIARIO

[illegible]

Anexo 3. Cuadro de registro de control de entrada y salida de alimentos del depósito, con el fin de verificar fechas de vencimiento, entre otros.

CONTROL DE ALIMENTOS DEL DEPÓSITO (ENTRADA Y SALIDAS)
SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN DE CENTROS PENITENCIARIOS

Lugar: _____

ALIMENTO	FECHA	CANTIDAD	ENTRADA	SALIDA	FIRMAS

Anexo 4. Formulario de evaluación del servicio de alimentación.

FORMULARIO DE EVALUACIÓN

SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN DE CENTROS PENITENCIARIOS Y EMPRESAS
PROVEEDORAS

Nombre del establecimiento: (solo comensal) _____ Fecha: ____/____/____

Dirección: Calle o Ave.: _____ Localidad: _____

Corregimiento: _____ Distrito: _____ Provincia: _____ Tel: _____

Administrador(a): _____ Cédula: _____

Observación: Coloque un xando (X) si el criterio es conforme, y una cruz (C) si no lo es.

A. SALUD DEL PERSONAL: Cantidad de manipuladores:		D. INSTALACIONES Y FACILIDADES:	
1. Manipuladores con certificado de salud vigente:		1. Área para el almacenamiento de materias primas (depósito, almacén)	
2. Manipuladores con carnet de capacitación sanitaria:		2. Área para preparación de alimentos separada y limpia (cocina)	
3. Vestimenta adecuada (mangas, delantal, gorro o redicilla):		3. Área suficiente para el lavado de equipos y utensilios	
4. Vestimenta limpia:		4. Área adecuada para los comensales (comedor)	
5. Manos y rostro sin heridas infectadas		5. Lavamanos para personal de cocina (jabón desinfectante y papel toalla)	
6. Sin prendas de joyería, esmalte de uñas o audífonos		6. Lavamanos para los comensales con jabón y papel toalla	
7. Calzado cerrado y limpio:		7. Servicios sanitarios separados según sexo (damas y caballeros)	
8. Buenos hábitos de higiene (lavado de manos y otros)		8. Cuarto vestidor para los manipuladores equipado con armarios	
9. Botiquín de primeros auxilios		9. Área para que los manipuladores consuman sus alimentos	
10. Registros del monitoreo de la higiene del personal		10. Iluminación adecuada (suficiente)	
B. HIGIENE DE LOS ALIMENTOS:		11. Lámparas debidamente protegidas	
1. Materias primas en buen estado sanitario (vigentes, embalajes)		12. Ventilación adecuada, suficiente	
2. Provedores autorizados (factura de compra)		13. Pisos adecuados, sin grietas, impermeables, limpios	
3. Almacenamiento adecuado (refrigeración, anaqueles, tarimas)		14. Paredes adecuadas, sin grietas, impermeables, limpias	
4. Equipos de refrigeración en buen estado, suficientes, limpios		15. Techo (cielo raso) adecuado, limpio, sin grietas	
5. Equipos de refrigeración equipados con termómetros		16. Puertas adecuadas, limpias, de material resistente, cierre completo	
6. Tarimas separadas del piso al menos 30 centímetros		17. Ventanas adecuadas, protegidas contra entrada de polvo y alimañas	
7. Alimentos cocidos debidamente separados de los crudos		18. Campana de extracción de aire caliente, humo y grasa	
8. Lavado y desinfección adecuada de vegetales que se sirven crudos		E. HIGIENE DEL AMBIENTE:	
9. Preparación correcta de la sol. desinfectante (1 cda. por litro de agua)		1. Fregador(es) conectado(s) a trampa de grasa	
10. Cocción adecuada de los productos		2. Trampa(s) de grasa adecuada según volumen de aguas servidas	
11. Control del aceite de freír (uso de las tina comparativas)		3. Limpieza adecuada de la(s) trampa(s) de grasa. Frecuencia	
12. Disposición final adecuada del aceite oxidado (Registros)		4. Aguas residuales conectadas al sistema de alcantarillado no pluvial	
C. HIGIENE DE EQUIPOS Y UTENSILIOS:		5. Adecuada separación de desechos sólidos (orgánicos/inorgánicos)	
1. De material adecuado (impermeable, inoxidable, fácil de limpiar)		6. Adecuada disposición temporal de desechos sólidos (basura)	
2. En cantidad suficiente para el volumen de alimento procesando		7. Extractor(es) de grasa de la campana equipado con filtro de grasa	
3. Limpieza satisfactoria (frecuencia, uso de agentes limpiadores)		8. Limpieza adecuada de los filtros de grasa del (los) extractor(es)	
4. Agua potable: en cantidad suficiente, tanque de almacenamiento		9. Chimenea de la campana de extracción de humos adecuada	
5. Tipo de desinfección: Agua caliente / químicos / ambos		10. Protección del establecimiento contra la entrada de alimañas	
6. Desinfectantes químicos adecuados (autorizados, concentración)		11. Instalación de trampas para plagas (insectos y roedores)	
7. Útiles de limpieza adecuados (esponjas, cepillos, escobillones)		12. Zócalos del piso despejados, limpios y resaltados con pintura	
8. Equipo adecuado para el lavado y desinfección (baldosa de 1 comp.)		13. Plan de Limpieza y Control Integral de Plagas (registros)	
9. Uso correcto del fregador de tres compartimientos		14. Letrero prohibiendo fumar en puertas de entrada (Ley 13 de 2008)	
10. Almacenamiento adecuado de utensilios limpios (protegidos)		15. Ausencia de restos y rastros de colillas de cigarrillo o tabaco	
11. Tina para el lavado de escobas, trapadores, escogedores		F. ACCIONES SUGERIDAS: 1. Autorización, 2. Retención	
12. Almacenamiento adecuado de útiles de limpieza (cepillos, trapadores)		3. Decomiso, 4. Destrucción, 5. Sanción, 6. Amonestación	
13. Registros de los procedimientos de saneamiento (SSOP)		7. Citación: ____/____/____ Hora: _____	
COMENTARIOS:			

Nombre claro y firma del(a) funcionario(a) _____

Nombre claro y firma del(a) encargado(a) _____

Anexo 5. Formulario de auditoria

HOJA DE AUDITORIA

Página 1

SERVICIOS DE ALIMENTACION DE LOS CENTROS PENITENCIARIOS Y DE CUSTODIA

Nombre del Establecimiento: (razon comercial) _____

Nombre del Propietario: (razon social) _____

Dirección: Calle o Ave _____ Localidad: _____

Corregimiento: _____ Distrito: _____ Provincia: _____

Administrador(a): _____ Cédula: _____ Telefono: _____

REGISTROS A AUDITAR	CONFORME	NO CONFORME
A. PROCEDIMIENTOS DE SANEAMIENTO (SSOP)		
1. Seguridad del Agua		
a. Fuente segura		
b. Presión suficiente		
c. Almacenamiento adecuado		
d. Análisis microbiológico		
e. Análisis físico químico		
2. Condición y Aseo de las Superficies de Contacto con los Alimentos		
a. Equipos limpios		
b. Utensilios limpios		
c. Manos limpias		
d. Desinfección adecuada (desinfectante aprobado, concentración adecuada)		
e. Frecuencia adecuada		
f. Secado adecuado (al aire)		
3. Prevención de la Contaminación Cruzada		
a. Ropas limpias		
b. Ventanas protegidas (malla anti polvo, anti moscas)		
c. Puertas protegidas (bien ajustadas, sin aberturas para entrada de alimañas)		
d. Lámparas protegidas (contra rupturas fortuitas)		
e. Pisos limpios		
f. Paredes limpias		
g. Manejo adecuado de desechos sólidos ("basura")		
4. Mantenimiento de las Areas de Lavado de Manos y Sanitarios		
a. Lavamanos funcional		
b. Lavamanos limpio		
c. Jabón desinfectante de manos (líquido y sin perfume)		
d. Papel toalla		
e. Servicio sanitario funcional (y suficientes)		
f. Servicio sanitario limpio		
g. Disposición de papel higiénico		
5. Protección de los Alimentos de Agentes Adulterantes		
a. Productos alimenticios adecuadamente protegidos		
b. Envases o embalajes debidamente protegidos		
c. Superficies de contacto debidamente protegidas		
d. Almacenamiento adecuado (en anaqueles o tarimas)		
6. Uso, Rotulación y Almacenamiento de Sustancias Tóxicas		
a. Productos químicos separados de los alimentos (en anaquel especial)		
b. Prod. quím. debidamente rotulados (ingred. activo, fecha venc., concent.)		
7. Salud del Personal		
a. Certificado de buena salud vigente ("carné blanco")		
b. Manos sin heridas infectadas		
8. Exclusión de Plagas		
a. Estructura de la edificación protegida contra entrada de alimañas		
b. Almacenamiento de productos y equipos adecuada (anaqueles o tarimas)		
c. Manejo adecuado de desechos sólidos ("basura")		
d. Disposición adecuada de aguas servidas		
e. Instalación de trampas para alimañas		
f. Fumigación y desratización vigente (cada dos meses)		

continúa

HOJA DE AUDITORIA (continuación)

Página 2

SERVICIOS DE ALIMENTACION DE LOS CENTROS PENITENCIARIOS Y DE CUSTODIA

[illegible]

NOMBRE Y FIRMA DEL (LA) AUDITOR(A)

FECHA

0000000000000000

Anexo 6. Legislación sobre transporte de alimentos

- Decreto 256 de 13 de junio de 1962, "Por el cual se aprueba el Reglamento para el Registro y Control de Alimentos y Bebidas" (Gaceta Oficial: 14,677 de 20 de julio de 1962):

Artículo 10: También serán objeto de inspección los vehículos destinados al transporte de las sustancias alimenticias, que no se hallen en envases perfectamente cerrados, así como los mostradores, canastos, cajas, cajones, vitrinas, etc. pertenecientes a los establecimientos que fabriquen, mantengan en depósito o expendan sustancias alimenticias o bebidas.

- Decreto Ejecutivo 94 de 8 de abril de 1997, "Por el cual se establecen disposiciones sobre la vestimenta y los Carné para Manipuladores de Alimentos y se conforman los Centros de Capacitación de Manipuladores de Alimentos". Gaceta Oficial: 23,266 de 15 de abril de 1997:

Artículo Décimo: El personal de carros de reparto de carnes, víveres en general y otros productos, deberán portar su Carné de Manipulador de Alimentos y el mismo debe ser presentado al inspector de Saneamiento Ambiental en el momento en que se le solicite.

Se exceptúa a los conductores y ayudantes de carros de repartos de alimentos y bebidas herméticamente cerrados.

- Decreto 352 de 10 de octubre de 2001, "Que reglamenta la aplicación obligatoria de los Procedimientos Estandarizados de las Operaciones de Limpieza y Desinfección, las Buenas Prácticas de Manufactura y el Sistema de Análisis de Peligros y Control de Puntos Críticos, en las plantas y establecimiento que sacrifican animales de abasto, procesen, transformen, distribuyan y expendan productos cárnicos, lácteos, pesqueros, huevos y productos diversos para consumo humano". (Gaceta Oficial 24411 de 17 de octubre de 2001).

Los vehículos que transportan productos alimenticios deben conservar las siguientes características:

1. Construcción de material resistente, de superficie lisa e impermeable, sin orificios o hendiduras, a fin de evitar entrada de polvo o agua lluvia.
2. En el compartimiento donde se colocan los alimentos no deben existir otros elementos contaminantes como llanta de repuesto y otros materiales no sanitarios que transfieran contaminación física, química o biológica.
3. Deben ser fumigados cada dos meses por agentes debidamente autorizados por el MINSA. (Decreto Ejecutivo 386 de 4 de septiembre de 1997).
4. Deben ser de uso exclusivo para el transporte de alimentos, es decir, no deben dedicarse a transportar, en ningún momento, sustancias contaminantes.
5. Las personas que conducen el vehículo, así como sus ayudantes, se consideran manipuladores de alimentos y, deben portar el certificado de buena salud ("carné blanco") y el carné de manipulador de alimentos ("carné verde"). (Decreto Ejecutivo 94 de 8 de abril de 1997).
6. Los vehículos dedicados al transporte de comidas en envases desechables deben ostentar la Constancia de Inspección Sanitaria expedida por el Ministerio de Salud, renovable cada año.

ARTÍCULO SEGUNDO: La presente Resolución deja sin efecto la Resolución 0849 de 27 de marzo de 2015 emitida por la Dirección General de Salud Pública.

ARTÍCULO TERCERO: La presente resolución empezará a regir a partir de su promulgación.

PUBLÍQUESE Y CÚMPLASE


DR. FRANCISCO JAVIER TERRIENTES
 Ministro de Salud

ES UNA COPIA DE SU ORIGINAL
