



# TALLERES WEB

## — EN S.S.T —

### *Amor y Amistad*

Factores Claves de Éxito en el Bienestar, la Salud y la Seguridad

# ALIMENTACIÓN EMPRESARIAL RESTAURANTES, CASINOS,

ALIMENTACIÓN EMPRESARIAL  
SALUDABLE - CATERING, CASINOS Y  
RESTAURANTES, RECOMENDACIONES  
PARA EL CUIDADO DE LA VIDA



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

**Mireya Delgadillo Sánchez**  
**Nutricionista – Dietista**  
**Magister en Alimentación y Nutrición**  
**Universidad Nacional de Colombia**  
**Pontificia Universidad Javeriana**



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

# OBJETIVO GENERAL

Dar a conocer los lineamientos, recomendaciones y restricciones que se deben tener en cuenta para una alimentación saludable en este tipo de establecimientos y en la cadena de producción, con el fin de preservar la vida.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

En este 2020 Positiva te acompaña  
con una estrategia en acción

NUESTRA ESTRATEGIA  
ES ACCIÓN  
POSITIVA

POSITIVA  
COMPANIA DE SEGUROS

POSITIVA EDUCA  
Pasando al 2



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## TABLA DE CONTENIDO

- Catering
- Restaurante empresarial
- Casinos



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

Una alimentación adecuada constituye un derecho humano básico y, sin embargo, a menudo ha sido ignorada en el contexto de los derechos del trabajo. Igualmente, es la base esencial de una **fuerza de trabajo productiva** y, no obstante, llama la atención la poca importancia que se le presta en el contexto de la mejora de la productividad y la competitividad empresarial.

Por otra parte, las medidas para asegurar una **fuerza de trabajo bien alimentada y saludable** son elementos indispensables de la protección social de los trabajadores, pero con frecuencia están ausentes de los programas para mejorar las condiciones de trabajo y seguridad y salud ocupacional.

'' Food at Work. Workplace solutions for malnutrition, obesity and chronic diseases que la OIT realizó en 2005''



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

La alimentación es un factor importante en las condiciones de salud de los trabajadores. El estudio de la OIT Food at Work. Workplace solutions for malnutrition, obesity and chronic diseases analizó en profundidad las buenas prácticas en el suministro de alimentos en el trabajo, mostrando que los programas que proporcionan un acceso cómodo a una alimentación saludable pueden contribuir a prevenir enfermedades crónicas, como obesidad, diabetes y cardiovasculares.

**Demuestra, además, que las inversiones en alimentación se recuperan por una reducción de los días de enfermedad, de los accidentes laborales y por un aumento de la productividad.**



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

# Alternativas en la alimentación laboral

## ➤ Catering



Se denomina catering al servicio de alimentación institucional o alimentación colectiva que provee una cantidad determinada de comida, bebida y presentaciones de diversa índole.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## Equipamiento:

mantelería, cristalería, cubiertos, vajilla, hielo, bebidas sin alcohol. El proveedor de **catering debe** ocuparse de la provisión y traslado de todos estos insumos, así como de asegurar que las bebidas lleguen frías, si corresponde. Coordinador, meseros, personal de armado, personal de cocina.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## Restaurante empresarial:



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

Un comedor o Restaurante empresarial, es el reflejo de una empresa bien operada, con las siguientes ventajas:

- Los trabajadores pueden recibir una comida decente en un ambiente placentero con sus compañeros de trabajo.
- Permite a los empleados descansar, alimentarse, liberar estrés y escapar de la monotonía o de los peligros laborales, aun cuando sea solamente durante 30 minutos.
- Son muy adecuados para lugares retirados (minas, fábricas), donde no existen opciones de comida local.
- Los comedores agradables ayudan a atraer y conservar a los empleados.
- La empresa puede establecer el precio y controlar la calidad y seguridad de los alimentos



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## Requisitos

. A menudo la inversión y los costos de mantenimiento son altos y requieren:

- Dedicación y un espacio físico amplio no siempre disponible.
- Debe ponerse especial atención a la inocuidad de los alimentos: entrega y almacenamiento, eliminación de desperdicios, cocinado, limpieza y mantenimiento. (prevención de intoxicaciones)
- Una empresa profesional en servicios de alimentación puede manejar adecuadamente estos riesgos.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## FACTORES DE RIESGO Y MEDIDAS PREVENTIVAS.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## Cortes y pinchazos

- Mantener las herramientas de cortes bien afiladas con mangos antideslizantes.
- Utilizar siempre los empujadores en la utilización de máquinas auxiliares.
- Desconectar de la corriente las máquinas en caso de atasco o procesos de limpieza.
- Usar Equipos de protección Individual (EPP) adecuados para cada operación como: guantes, mandiles de malla metálica, gafas de seguridad en operaciones de corte de piezas cárnicas y corte/ limpieza de pescado, etc.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico



## Riesgos biológicos

Debido a la continua manipulación de alimentos, en las cocinas se presentan riesgos que se pueden considerar contaminantes biológicos, tales como:

hongos, bacterias, virus, etc. y que pueden ser susceptibles de provocar efectos negativos en la salud del trabajador.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## Medidas preventivas



- Debe extremarse la higiene personal teniendo lavabos o duchas provistas de jabones desinfectantes.
- En los lugares de trabajo no se puede fumar, comer o beber.
- En el caso de producirse un corte o pinchazo hay que desinfectar la herida y colocar un apósito impermeable o guante en el caso de que se produzca en las manos.
- Será necesario el uso de EPP, tales como guantes, ropa desechable, mascarilla, gafas y botas de goma, de acuerdo a la Norma.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico



## Limpeza de cocinas

Existen una gran variedad de productos químicos para la limpieza de cocinas que por su composición implican una serie de riesgos para la salud, ocasionando quemaduras por contacto, salpicaduras y proyecciones a los ojos e inhalación de vapores nocivos.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## Medidas preventivas:

- Antes de utilizar el producto, lea detenidamente la etiqueta e indicaciones de peligro y cumpla todas las medidas de seguridad.
- Mantenga estos productos en su envase original siempre que sea posible y convenientemente cerrados.
- Almacenar los detergentes y desinfectantes alejados de los alimentos.
- Para manipular estos productos será necesario la utilización de los Equipos de protección Individual (Epp) como guantes, mascarillas y gafas de seguridad.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

# ALMACENAMIENTO



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## GRUPO DE ALIMENTOS :

**ALIMENTOS PERECEDEROS** Verduras sin procesar Frutas de mano  
Raíces, Tubérculos y Plátanos (papa, yuca, ñame, plátano)  
Productos de panadería (Pan, bizcochos, galletas)

**ALIMENTOS NO PERECEDEROS** Cereales (Arroz, harinas, avena,  
pastas) Leguminosas secas (Arveja seca, fríjol blanco, fríjol  
rojo, garbanzo, lenteja) Enlatados Encurtidos Aceites Azúcar  
Vinos Salsas (De tomate, mayonesa, mostaza, negra)

**ARTÍCULOS DESECHABLES** Vasos (4 oz, 10 oz, 12 oz)  
Portacomidas desechables Platos desechables Cubiertos  
desechables



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## CUARTO FRIO N° 1

**ALIMENTOS CÁRNICOS** Carne de res, Carne de cerdo, pollo, pescado. **EMBUTIDOS** Salchichas, chorizo, jamón, mortadela, tocineta. **HORTALIZAS Y VERDURAS** Tomate, Auyama, cebolla cabezona, habichuela, zanahoria, lechuga, pepino, pimentón, perejil, cilantro etc. **FRUTAS** Banano, Fresa, Granadilla, Limón, mango, manzana, naranja, uva, uchuva, papaya etc.

**ALIMENTOS PROCESADOS** Jugo natural, Gelatina y pudín, Sobrantes de alimentos procesados, tamal. **ALIMENTO PROTEICO** Queso crema, Queso fundido, Queso parmesano **GRASAS Y ACEITES** Margarina y Mantequilla



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## Recepción de alimentos



- Condiciones de asepsia.
- Utilización adecuada de EPP
- Inventarios y clasificación
- Utilización de recipientes adecuados.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## DISPOSICIÓN DE BASURAS Y ELIMINACIÓN DE RESIDUOS



**Bote Verde:** Cristal, vidrio y envases no retornables

**Bote azul:** Cartón y papel

**Bote amarillo:** Plástico, latas, conservas y todo que es tetra brick o tetra pack

**Bote gris:** Orgánicos, vegetales, carne, etc.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

- 1.- Toda la basura debe **retirarse** de las áreas de preparación de alimentos lo más pronto posible, esto evitará los malos olores, las plagas y la posible contaminación.
- 2.- **Nunca** poner la basura sobre la comida
- 3.- **Tapar** los recipientes de basura correctamente para evitar el goteo y la generación de plagas.
- 4.- **Coloca** fundas o bolsas a los basureros, para facilitar que sean retiradas con mayor facilidad.
- 5.- **Debes limpiar** los contenedores de basura de forma recurrente, mantenerlos tapados y alejados lo más posible de las áreas de preparación.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## Comida callejera



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## ALTERNATIVAS DE COMIDA EN LA EMPRESA

- 1- Tipo buffet
2. Servida único plato
3. Llevar y calentar



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## FIN ÚLTIMO

Como parte de las metas planteadas en ésta estrategia a nivel poblacional, con respecto a la alimentación (OMS, 2002), se presentan las siguientes:

- Lograr un equilibrio calórico y un peso saludable.
- Reducir la ingesta calórica procedente de las grasas, cambiar las grasas saturadas por las insaturadas y eliminar los ácidos grasos trans.
- Aumentar el consumo de frutas, verduras, legumbres, cereales integrales y frutos secos.
- Reducir la ingesta de azúcares libres.
- Reducir el consumo de sal (sodio), cualquiera que sea su fuente, y garantizar que la sal consumida esté yodada.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## Recuerden:

- Asegurarse que la producción de alimentos en su empresa se hace con todas la medidas de bioseguridad.
- Que el profesional que dirige el Servicio de alimentos, sea Catering o Restaurante este debidamente capacitado.
- Que los trabajadores de los servicios de alimentos estén completamente sanos y capacitados.
- Que se cumpla con la utilización adecuada de EPP
- Que la selección de alimentos que escoja sea la recomendada de acuerdo a sus requerimientos.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

En este 2020 Positiva te acompaña  
con una estrategia en acción

NUESTRA ESTRATEGIA  
ES ACCIÓN  
POSITIVA

POSITIVA  
COMPAÑIA DE SEGUROS

POSITIVA EDUCA  
Pasando al 4

MUCHAS GRACIAS



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

En este **2020 Positiva te acompaña**  
con una estrategia en acción

NUESTRA ESTRATEGIA  
ES **ACCIÓN**



# PREGUNTAS



# TALLERES WEB

## — EN S.S.T —

### *Amor y Amistad*

Factores Claves de Éxito en el Bienestar, la Salud y la Seguridad