

1



2

3

4

“GUÍA DE BPM PARA LA OFERTA DE ALIMENTOS LIBRES DE GLUTEN EN ESTABLECIMIENTOS Y SERVICIOS GASTRONÓMICOS”

5

6

7

8

9

CONSTRUCCIÓN COLECTIVA

10

11

12

13

14



15	
16	PRESENTACIÓN
17	SIGLAS Y ACRÓNIMOS
18	Módulo 1. INTRODUCCIÓN
19	1.1. Enfermedad Celíaca: síntomas, diagnóstico y tratamiento
20	1.2. Gluten: cereales que lo contienen
21	1.3. Alimentación libre de gluten
22	1.4. Listado Integrado de ALG
23	1.5. Marco Normativo
24	1.6. Puntos claves
25	Módulo 2. RESPONSABILIDAD DE OFRECER ALG
26	2.1. Compromiso del sector gastronómico
27	2.2. Capacitación
28	Módulo 3. INFRAESTRUCTURA Y EQUIPAMIENTO
29	3.1. Infraestructura
30	3.2. Almacenamiento
31	3.3. Equipamiento
32	Módulo 4. DISEÑO DEL MENÚ LIBRE DE GLUTEN
33	4.1. Clasificación de ingredientes
34	4.2. Definición del menú a ofrecer
35	Módulo 5. ELABORACIÓN DEL MENÚ LIBRE DE GLUTEN
36	5.1. Compra y recepción de ingredientes
37	5.2. Manejo durante el almacenamiento
38	5.3. Elaboración
39	5.4. Emplatado
40	Módulo 6. SERVICIO
41	6.1. La carta
42	6.2. Toma del pedido
43	6.3. Servicio en salón
44	6.4. Distribución - Reparto a domicilio
45	Módulo 7. LIMPIEZA y DESINFECCIÓN
46	Glosario
47	Anexo 1. Modelo de Receta/Comanda
48	Anexo 2. Rótulo
49	Anexo 3. Procedimiento de Limpieza y Desinfección (L+D) de mesadas de uso compartido
50	
51	Anexo 4. Modelo de registro de L+D
52	Lecturas recomendadas

53 **Bibliografía de consulta**

54

55

56

57

58

59 PRESENTACIÓN

60

61 La Enfermedad Celíaca (EC) es una enfermedad sistémica autoinmune producida por la
62 intolerancia permanente al gluten en individuos genéticamente predispuestos¹.

63 En Argentina, se ha estimado que 1/167 personas adultas son celíacas² y 1/79
64 individuos en otro estudio realizado en niños³.

65 El único tratamiento consiste en una alimentación **exenta de gluten** de por vida, con lo
66 que se consigue la desaparición de los síntomas clínicos, de la alteración funcional y la
67 normalización de la mucosa intestinal. Además, se evitan las posibles complicaciones
68 tardías derivadas del consumo de gluten en un paciente celíaco.

69 En los últimos años, se han dado grandes pasos en materia de legislación destinada a
70 mejorar la calidad de vida de los celíacos en nuestro país. Esto se ve reflejado en la
71 sanción de la Ley N°26.588 y su decreto reglamentario N°528/2011, que declara de
72 interés nacional las distintas acciones sanitarias relacionadas con la Enfermedad
73 Celíaca y establece las obligaciones de la autoridad sanitarias de control de alimentos, y
74 la incorporación del art. 1383 y 1383 bis del Código Alimentario Argentino, en los que se
75 fijan los requisitos de los alimentos libres de gluten (ALG). Cabe mencionar también la
76 sanción de la Ley N° 27.196 en noviembre de 2015, por la cual se establece la
77 obligatoriedad de que los establecimientos y servicios gastronómicos ofrezcan al menos
78 una opción de alimentos o un menú libre de gluten.

79 Para continuar avanzando en el compromiso de garantizar a la comunidad celíaca el
80 acceso a más y mejores alimentos libres de gluten, se elabora la presente **Guía**, la cual
81 brinda recomendaciones y promueve prácticas seguras para la manipulación de menús
82 libres de gluten en el sector gastronómico de manera que exista una oferta variada y
83 segura.

¹ Ministerio de Salud de la Nación. Programa Nacional de Detección y Control de Enfermedad Celíaca. <http://www.msal.gob.ar/celiacos/que-es-la-enfermedad.html>

² Gómez JC, Selvaggio GS, Viola M, Pizarro B, la Motta G, de Barrio S, Castelletto R, Echeverría R, Sugai E, Vázquez H, Mauriño E, Bai JC. Prevalence of Celiac Disease in Argentina: Screening of an Adult Population in the La Plata Area. Am J Gastroenterol. 2001 Sep;96(9):2700-4. Disponible en: <http://www.nature.com/ajg/journal/v96/n9/full/ajg2001669a.html>

³ Mora M, Litwin N, Toca MC, Azcona MI, Solís Neffa R, Ortiz G, Wagener M, Olivera J, Rezzónico G, Marchisone S, Oropeza G, Bastianelli C, Solaegui M, González A, Battiston F. Prevalencia de enfermedad celíaca: Estudio multicéntrico en Población Pediátrica en cinco distritos urbanos de Argentina, Rev. Argent. Salud Pública; 2010; 1(4):26-31. Disponible en: <http://www.saludinvestiga.org.ar/rasp/articulos/volumen4/RASP4-AO4.pdf>

84 El proyecto se aborda desde una perspectiva colaborativa, participando de su
85 elaboración áreas de control de alimentos municipales y provinciales (PFCA) , referentes
86 del Programa Nacional de Detección y Control de Enfermedad Celíaca (MSAL), centros
87 de asistencia técnica y otros sectores vinculados a la temática⁴.

88

89

Aclaración

Esta publicación no pretende incluir todos los requisitos necesarios para el cumplimiento de las Buenas Prácticas de Manufactura en un establecimiento o servicio gastronómico, sino que aborda especialmente aquellos puntos relevantes a tener en cuenta para evitar la contaminación con gluten de los ALG.

90

91

92

93

94

⁴ Informe 1° Reunión Mesa de Trabajo Técnica de Expertos. Acceso disponible en: <https://goo.gl/nljzC6>

95

96

97 **SIGLAS Y ACRÓNIMOS**

98

99 ALG: Alimentos Libres de Gluten

100 ANMAT: Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica

101 BPM: Buenas Prácticas de Manufactura/ Elaboración

102 CAA: Código Alimentario Argentino

103 EC: Enfermedad Celíaca

104 INAL: Instituto Nacional de Alimentos

105 LG: Libre de Gluten

106 PFCA: Programa Federal de Control de Alimentos

107 POES: Procedimientos Operativos Estandarizados de Saneamiento

108 TACC: Trigo, Avena, Cebada, Centeno

109

110

111

112

113

Módulo 1

114

115 **INTRODUCCIÓN**

116

117 **1.1. Qué es la Enfermedad Celíaca: síntomas, diagnóstico y tratamiento**

118 La **Enfermedad Celíaca (EC)** es un enfermedad sistémica autoinmune producida por la
119 intolerancia permanente al gluten en individuos genéticamente predispuestos. Esta
120 intolerancia puede presentarse en cualquier momento de la vida desde la lactancia hasta
121 la adultez avanzada.

122 Dado que afecta la mucosa del intestino, puede conducir a una malabsorción de
123 nutrientes. Los **síntomas** más frecuentes de la EC suelen ser: pérdida de peso, diarrea
124 crónica, anemia, distensión abdominal, retraso en el crecimiento, alteraciones del
125 carácter, aparición de aftas bucales. Dependiendo de la sensibilidad individual, los
126 síntomas pueden ser moderados o incluso estar ausentes, lo que muchas veces dificulta
127 el diagnóstico de esta patología.

128 El **diagnóstico** de la Enfermedad Celíaca se realiza a través del análisis de anticuerpos
129 específicos en sangre, que aunque no sirve para confirmar la enfermedad permite iniciar
130 el proceso diagnóstico, que se completa con la biopsia intestinal.

131

132 El único **tratamiento** eficaz es la adhesión a una alimentación sin gluten que deberá
133 mantenerse a lo largo de la vida, dado que la lesión que se produce revierte con la
134 supresión de la ingesta de gluten y reaparece con la reintroducción del mismo. Con ella
135 se consigue la desaparición de los síntomas, la normalización de la serología y la
136 recuperación de las vellosidades intestinales. La alimentación sin gluten se basa en dos
137 premisas fundamentales:

- 138 - Eliminar todo producto que tenga como ingrediente trigo, cebada, avena y
139 centeno y sus derivados.
- 140 - Eliminar cualquier producto contaminado con estos cereales.⁵

141

142 **1.2. El gluten: cereales que lo contienen**

⁵ Administración Nacional de Alimentos, Medicamentos y Tecnología Médica (2013) Guía de Buenas Prácticas de Manufactura Establecimientos Elaboradores de Alimentos Libres de Gluten. Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/Alimentos/Guia_BPM_ALG_formato_Web.pdf

143 El gluten es un conjunto de proteínas que se encuentra en algunos cereales como el
144 trigo, la avena, el centeno y la cebada. Es el responsable de la elasticidad y
145 extensibilidad de la masa de harina y confiere la consistencia esponjosa de los panes y
146 masas horneadas. Resulta de la mezcla con el agua de proteínas individuales
147 clasificadas en dos grupos, las prolaminas y las glutelinas. (Figura 1)



Cereales con gluten:Trigo, Cebada,Centeno, Avena

148
149
150

151 La fracción del gluten perjudicial para los celíacos pertenece al grupo de las **prolaminas**
152 y recibe distintos nombres según el cereal del que provenga (Tabla 1).

Cereal	Tipo de Prolamina	Contenido (%)
Trigo	Gliadina	69
Cebada	Hordeina	46-52
Centeno	Secalina	30-50
Avena	Avenina	16

153
154
155

Tabla 1: Tipos de Prolaminas

156 1.3 Alimentación libre de gluten

157 La alimentación es uno de los componentes que influyen en el estado de salud por lo
158 que resulta fundamental incluir diariamente una variedad de alimentos que aporten todos
159 los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para vivir
160 saludablemente.

161 Las personas celíacas pueden comer todo tipo de productos no industrializados como
162 carnes, verduras, frutas y legumbres, ya que no contienen gluten en su composición
163 natural pero siempre que se seleccionen, manipulen y preparen cumpliendo con
164 prácticas seguras.



165 **IMPORTANTE: LA CONTAMINACIÓN CRUZADA OCURRE CUANDO UN**
166 **ALG ENTRA EN CONTACTO CON GLUTEN, AUNQUE SEA EN PEQUEÑAS**
167 **CANTIDADES.**

168

169 Los alimentos y bebidas **industrializados** pueden contener gluten en su **composición**,
170 ya sea como ingrediente o aditivo, formando parte de espesantes, colorantes,
171 aromatizantes, etc.

172 Por otra parte, en un alimento que no lo contiene puede **introducirse**
173 **involuntariamente** durante el proceso de industrialización, a través de superficies, aire,
174 equipos, entre otros. Por tal motivo, es recomendable que se consuman únicamente
175 aquellos alimentos que estén **autorizados como libres de gluten**. Para conocer si un
176 alimento presenta dicha condición, se consultará el **Listado Integrado de Alimentos**
177 **Libres de Gluten** disponible en la página web de la ANMAT⁶, o también, los listados
178 propios de las Autoridades Sanitarias Jurisdiccionales.

179

180 **1.4. Listado Integrado de Alimentos Libres de Gluten**

181 El Listado Integrado de Alimentos Libres de Gluten⁷ publicado por la ANMAT consiste en
182 una base de datos compuesta por los alimentos libres de gluten **autorizados para su**
183 **comercialización en todo el país**. Ésta se construye a partir de la información
184 proporcionada por las distintas provincias, el Instituto Nacional de Alimentos (INAL) y el
185 Servicio Nacional de Sanidad y Calidad Agroalimentaria (SENASA). Se recomienda
186 consultarlo periódicamente, ya que se **actualiza en forma permanente**.

187 Asimismo, las autoridades de control de alimentos provinciales publican sus propios
188 listados con los alimentos libres de gluten que se inscriben en su jurisdicción, los cuales
189 pueden ser autorizados para comercializarse en todo el territorio nacional o en una
190 determinada provincia.

191 **¿Cómo se verifica si un alimento se encuentra en el Listado Integrado de ALG?**

192 La búsqueda de un alimento en el Listado Integrado de ALG se realiza de forma on-line,
193 por lo que es rápida, sencilla y gratuita. Para conocer cómo realizar la consulta, se
194 sugiere ver el video, haciendo click en la siguiente imagen:

⁶ http://www.anmat.gov.ar/Enfermedad_Celiaca/principal.asp

⁷ http://www.anmat.gov.ar/Alimentos/libres_gluten/Alimentos_Libres_de_Gluten.asp

195

196

197 **1.5. Marco normativo**

198 El Código Alimentario Argentino, en el Capítulo XVII, define como **Alimento Libre de**
 199 **Gluten** “*el que está preparado únicamente con ingredientes que por su origen natural y*
 200 *por la aplicación de buenas prácticas de elaboración -que impidan la contaminación*
 201 *cruzada- no contiene prolaminas procedentes del trigo (...), de trigo duro, centeno,*
 202 *cebada, avena ni de sus variedades cruzadas. El contenido de gluten no podrá superar*
 203 *el máximo de 10 mg/Kg.”* Además, se establecen los requisitos de rotulación que deben
 204 reunir.

205 Para complementar la normativa, se han desarrollado herramientas tales como la **Guía**
 206 **de Buenas Prácticas de Manufactura para Establecimientos Elaboradores de**
 207 **Alimentos Libres de Gluten** (Resolución MSAL 2176/2013)⁸, la cual brinda directrices y
 208 recomendaciones para la implementación, adecuación y auditoría interna de las BPM
 209 para dichos establecimientos; las **Directrices para la Autorización de un Alimento**
 210 **Libre de Gluten**⁹, la cual define los requisitos sanitarios mínimos para el registro de los
 211 alimentos libres de gluten; y las **Directrices para la Realización de Auditorías a**
 212 **Establecimientos Elaboradores de Alimentos Libres de Gluten**¹⁰, que establece
 213 criterios armonizados y basados en el enfoque peligro-riesgo para la verificación de las

⁸ http://www.anmat.gov.ar/Alimentos/Guia_BPM_ALG_formato_Web.pdf

⁹ http://federal.anmat.gov.ar/page/docs_alimentos/Directrices_Autorizacion_ALG.pdf

¹⁰ http://federal.anmat.gov.ar/page/docs_alimentos/Directrices_Auditoria_ALG.pdf

214 BPM. Estas dos últimas publicaciones han sido recomendadas por la Comisión Nacional
215 de Alimentos (CONAL) en la Reunión Ordinaria N°106¹¹.

216 Por otra parte, la **Ley N°27.196**¹² que modifica a la Ley N° 26.588¹³ sobre Enfermedad
217 Celíaca, establece la obligatoriedad de que los establecimientos gastronómicos ofrezcan
218 al menos una opción de alimentos o un menú libre de gluten. A su vez, en los niveles
219 provinciales y municipales, se dispone de otras normativas que regulan acerca de esta
220 misma exigencia.

221 Por tal motivo, esta Guía se propone orientar y brindar recomendaciones al sector
222 gastronómico para la implementación de prácticas seguras que permitan mantener la
223 condición libre de gluten de los alimentos que se ofrecen a la comunidad celíaca.

224

225 1.6. Puntos claves

226 En esta sección, se sintetizan los aspectos primordiales a tener en cuenta en la
227 manipulación del menú LG para evitar la contaminación con gluten a lo largo de todo el
228 proceso de elaboración. Estas pautas se profundizarán en los módulos de la presente
229 Guía.

230



231

¹¹ http://www.conal.gov.ar/actas/Acta_106.pdf

¹² <http://www.infoleg.gov.ar/infolegInternet/anexos/255000-259999/255225/norma.htm>

¹³ <http://www.infoleg.gov.ar/infolegInternet/anexos/160000-164999/162428/norma.htm>

232
233
234
235

236

237

238

Módulo 2

239

240 **RESPONSABILIDAD DE OFRECER MENÚ ALG**

241 En este módulo, se destacan las responsabilidades y el compromiso de los trabajadores
242 de los establecimientos y servicios gastronómicos al ofrecer ALG, así como la
243 importancia de la capacitación como herramienta fundamental para una oferta segura.

244

245 **2.1. Compromiso del sector gastronómico**

246 Los establecimientos/servicios gastronómicos que incluyen un menú LG en su oferta
247 asumen un **compromiso colectivo** con la salud de la comunidad celíaca.

248 La oferta de una preparación LG segura requiere de la implementación de prácticas
249 adecuadas de higiene y manipulación y la aplicación de actividades/acciones de control
250 a lo largo de todas las etapas del proceso, de forma de minimizar el riesgo de
251 contaminación de los alimentos. Por ello, resulta fundamental que los trabajadores de
252 todas las áreas (administración - recepción- elaboración - servicio de mesa - reparto a
253 domicilio) estén involucrados y reciban la capacitación específica. También, se incluirá
254 al personal que realice el transporte de las materias primas, si es que pertenece al
255 establecimiento gastronómico. En caso de que el transporte esté a cargo de otra
256 empresa, se transmitirá la importancia de que reciban la capacitación sobre las prácticas
257 necesarias para desarrollar dicha actividad (ver sección 5.1 Compra y recepción de
258 ingredientes).

259

260 A fin de asegurar la inocuidad de los alimentos ofrecidos con la condición libre de gluten,
261 se designará un **responsable** que será el encargado de **verificar** la implementación de
262 las **medidas preventivas** y de **control** que han sido establecidas en el establecimiento.

263



264

265 IMPORTANTE: SE CONTARÁ CON UN RESPONSABLE DE
266 VERIFICAR LA IMPLEMENTACIÓN DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS Y DE
CONTROL DEFINIDAS EN EL ESTABLECIMIENTO.

267

268 **2.2. Capacitación**

269 La **capacitación** oportuna, continua, teórico- práctica es la medida **preventiva** por
270 excelencia que debe implementarse en todo establecimiento y servicio gastronómico
271 **para evitar la contaminación con gluten.**

272 La formación hará hincapié en la sensibilización, la concientización y entrenamiento de
273 **todo el personal** (contemplando a los nuevos ingresos), tanto fijo como transitorio e
274 incluirá también al titular de establecimiento. Todo el personal conocerá acerca de la
275 enfermedad celíaca, las características de los ALG y qué consecuencias podría
276 ocasionar a un comensal celíaco el consumo accidental de un alimento contaminado con
277 gluten.

278 La capacitación se contemplará **previo al inicio** y **durante** el desarrollo de las funciones
279 de cada trabajador. El entrenamiento y la evaluación quedará **documentado**, de forma
280 de evidenciar que el personal cuenta con entrenamiento en la temática.

281 La importancia de pautas y prácticas específicas para una correcta manipulación
282 tendrán una mirada transversal a todo el proceso de elaboración, desde la recepción
283 hasta el servicio, ya que los ALG pueden contaminarse a través de las manos y la
284 indumentaria del manipulador, el aire, utensilios y superficies de trabajo que contengan
285 residuos de harinas con gluten, entre otros. Asimismo, los trabajadores conocerán qué
286 acciones tomar en caso de detectarse alguna posible contaminación y serán alentados a
287 implementar acciones inmediatas.

288 Es recomendable emplear recursos de apoyo y cartelería con información que resulte de
289 ayuda de memoria en prácticas seguras, ya que en muchos casos puede ser necesario
290 modificar la organización de las actividades de elaboración de alimentos

291 A continuación, se sugieren temas específicos a incluir en el **plan de capacitación**:

- 292 ★ Generalidades sobre la enfermedad celíaca y su relación con la presencia de
293 TACC en alimentos.
- 294 ★ Menús que se ofrecen como LG en el establecimiento: ingredientes que lo
295 componen, modo de preparación y forma de identificación (ingredientes, menú,
296 utensilios y elementos a emplear).
- 297 ★ Rotulado de los ingredientes
- 298 ★ Contaminación cruzada directa e indirecta.
- 299 ★ **Procedimientos que implementa el establecimiento para el control y la**
300 **prevención** de la contaminación con gluten (higiene personal, lavado de manos,
301 indumentaria, prácticas de manipulación).
- 302 ★ Limpieza y desinfección de utensilios, equipos y superficies.
- 303 ★ Atención al cliente en establecimientos gastronómicos, contemplando la
304 explicación de la carta y el trato al comensal.

305
306



307 **IMPORTANTE: TODO EL PERSONAL SE CAPACITARÁ SOBRE LA EC Y**
308 **LAS PRÁCTICAS ESPECÍFICAS PARA PREVENIR LA CONTAMINACIÓN CRUZADA**
309 **CON GLUTEN**

310

311

312

313

314

315

316

317

Módulo 3

318 **INFRAESTRUCTURA Y EQUIPAMIENTO**

319 En este módulo, se establecen las estrategias que pueden adoptarse para la
320 organización de la elaboración de ALG. Además, se describen las pautas relacionadas
321 con la infraestructura de la cocina y sector de almacenamiento junto con las
322 recomendaciones sobre el equipamiento.

323

324 **3.1. Infraestructura**

325 Se recomienda realizar la elaboración del menú LG en un sector de la cocina dedicado
326 **exclusivamente** para tal fin. Esto puede lograrse adaptando el ambiente de elaboración
327 a través de una **separación física** por medio de una pared divisoria de material
328 sanitario, como por ejemplo: placas de yeso con una pintura lavable que permita su fácil
329 limpieza. A fin de evitar la contaminación a través de los polvos en suspensión, el
330 cerramiento será total (hasta el techo) y contará con puerta o cortina sanitaria de PVC.

331 En caso de que la opción planteada no resulte factible dadas las condiciones del
332 establecimiento, se puede establecer una adecuada **planificación** y **organización**
333 **cronológica de la elaboración**. Esto significa destinar un día/turno de la semana para
334 la elaboración del menú LG, o bien prepararlo al comienzo de la jornada laboral, previo a
335 los menús convencionales. Los platos estarán pre-elaborados por lo que se rotularán
336 como LG y se almacenarán previo a continuar con la preparación de los demás menús.
337 (ver sección 3.2 Almacenamiento).

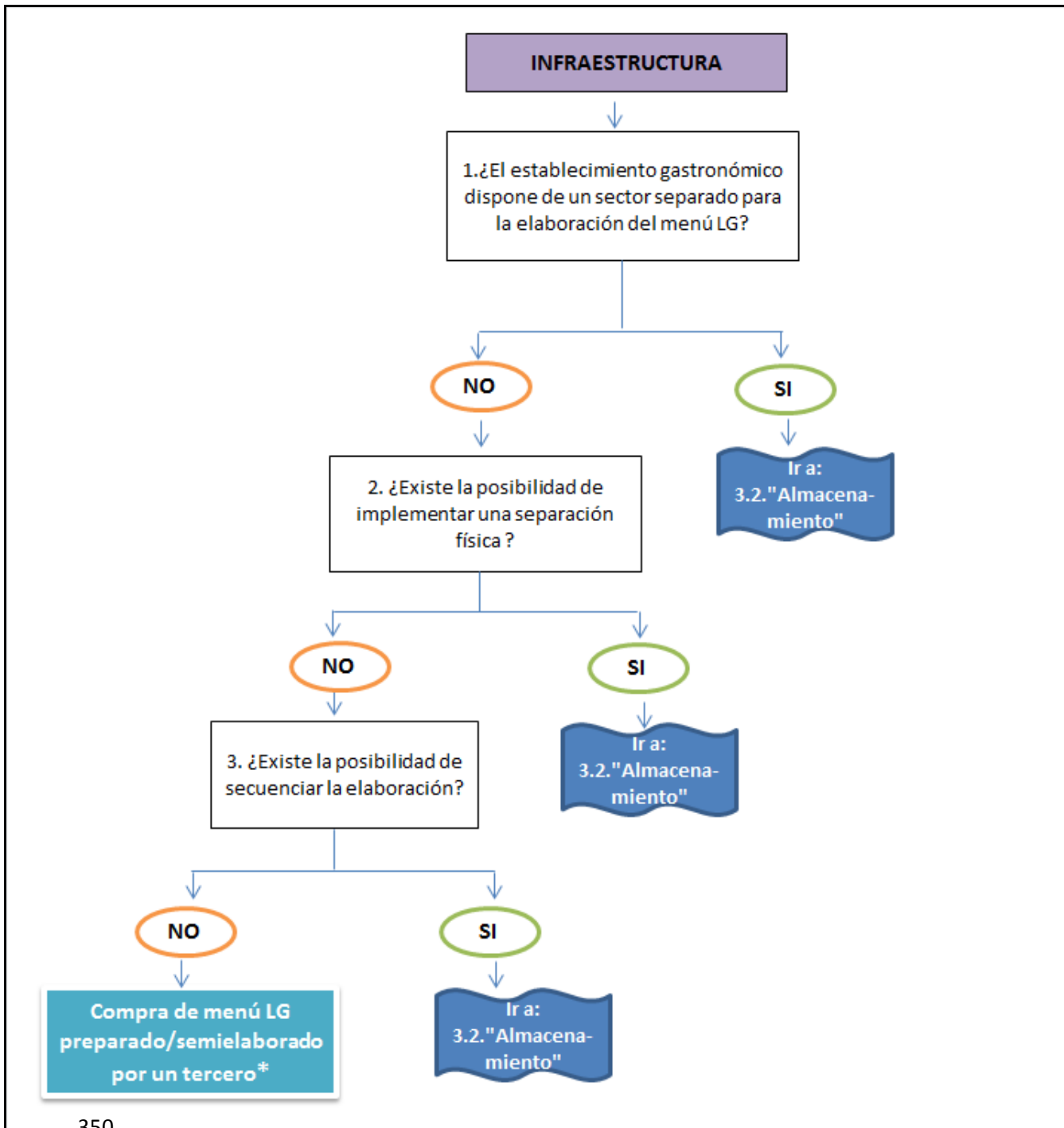
338 En todos los casos, la elaboración del menú LG se realizará luego de una correcta
339 **limpieza y desinfección** de las **instalaciones, equipos y utensilios** (ver *Módulo 7.*
340 *LIMPIEZA y DESINFECCIÓN*), de forma de minimizar el riesgo de una posible
341 contaminación con gluten .

342 En el caso de que no sea posible adoptar ninguna de las alternativas planteadas, se
343 recomienda ofrecer un **menú preparado/semielaborado** por un elaborador de ALG
344 autorizado por la Autoridad Sanitaria Jurisdiccional correspondiente (municipal o
345 provincial).¹⁴

¹⁴ http://www.anmat.gov.ar/listados/Listado_Autoridades_Sanitarias.asp

346 El siguiente diagrama esquematiza las diversas opciones mencionadas que pueden
347 adoptarse en los establecimientos y servicios gastronómicos para la oferta de un menú
348 LG.

349



350

351

352

353

354

355

3.2. Almacenamiento

356

Se recomienda destinar una alacena **exclusiva** para el almacenamiento de todos los ingredientes secos que se empleen en la preparación del menú LG.

357

358

Para los ingredientes/menú LG que requieren ser almacenados bajo condiciones de refrigeración/congelamiento, se recomienda destinar **heladeras y/o freezers exclusivos**. De no ser posible, otra alternativa consiste en colocar los ALG dentro de contenedores plásticos tapados herméticamente y ubicarlos en un **estante superior** de la heladera o freezer vertical. En el caso de los freezers horizontales, se puede delimitar un sector exclusivo para ALG colocando una placa divisoria de plástico o metal.

359

360

361

362

363

364

En todos los casos, los sectores y/o contenedores destinados para ALG se **identificarán** (por ejemplo: mediante carteles que indiquen “Libre de Gluten”), de forma de evitar confusiones.

365

366

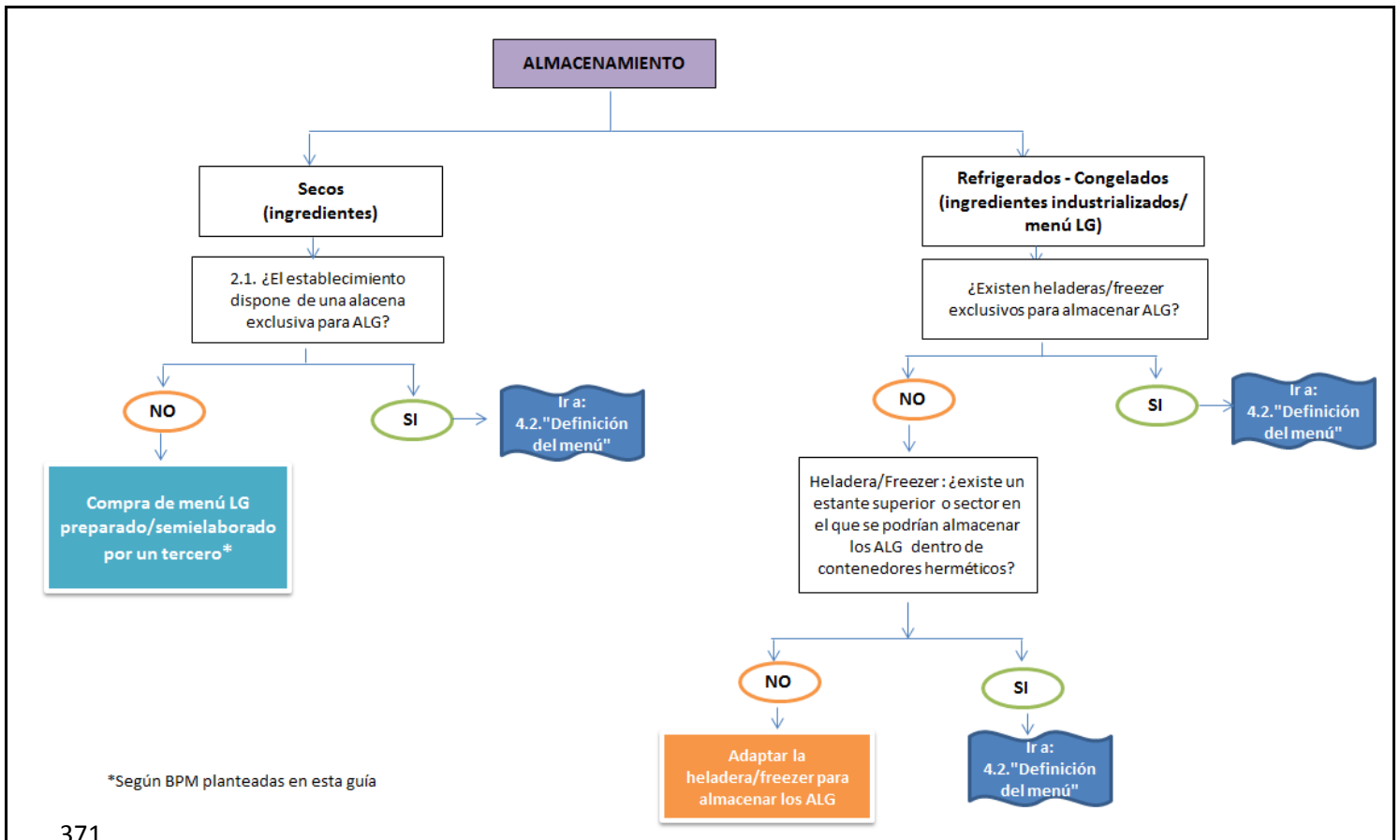
367

El siguiente esquema resume las opciones planteadas en relación al almacenamiento, que pueden implementarse en los establecimientos gastronómicos para la elaboración de un menú LG.

368

369

370



372

373 3.3. Equipamiento

374 Los equipos que sean de un material poroso o que cuentan con codos y partes
 375 inaccesibles resultan **difíciles de limpiar**, por lo que serán de **uso exclusivo para la**
 376 **preparación del menú LG**. En este grupo, se encuentran: amasadoras, batidoras,
 377 picadoras, freidoras, procesadoras, hervidores de pasta, entre otros.

378 En caso de equipos que se **compartan**, tales como hornos, microondas, hornos
 379 eléctricos, etc. una **adecuada limpieza** resulta una medida eficaz para evitar la
 380 contaminación con gluten (ver *Módulo 7. LIMPIEZA y DESINFECCIÓN*).

381 Por otra parte, la manipulación del menú LG se realizará con **utensilios de uso**
 382 **exclusivo**. En este grupo se contemplan: espumaderas, coladores, planchas, ollas,
 383 sartenes, tablas, tupperts, pinzas, etc.

384 Los equipos/utensilios destinados a la preparación del menú LG se **identificarán** de
 385 forma visible (etiquetas, color) y se **cubrirán** luego de su utilización y limpieza. Para ello,
 386 se puede emplear campanas protectoras, cobertores, films, entre otros. Se guardarán en
 387 recipientes o espacios cerrados (contenedores plásticos, alacenas), **separados del**

388 **resto** de los objetos de la cocina, de forma de evitar una posible contaminación con
389 gluten del ambiente (harina, migas de pan, pan rallado etc.)

390

391

392

393

394

395

396

Módulo 4

397

398 **DISEÑO DEL MENÚ LG**

399 El tipo de oferta gastronómica se encuentra sujeto a las posibilidades de cada
400 elaborador y a las cualidades del menú que se pretenda ofrecer. Asimismo, la definición
401 del menú determinará las prácticas diarias que será necesario implementar o modificar
402 en el proceso de elaboración, de forma de evitar la contaminación cruzada.

403

404 **4.1. Clasificación de ingredientes**

405 En vistas de que los diferentes ingredientes presentan características particulares según
406 su origen, el grado de manipulación, entre otros, la **selección** de los productos
407 adecuados para la preparación del menú LG resultará un aspecto primordial a tener en
408 cuenta.

409



410

**IMPORTANTE: UN MENÚ LG DEBE SER ELABORADO ÚNICAMENTE
CON ALIMENTOS LIBRES DE GLUTEN Y MEDIANTE LA APLICACIÓN DE
BUENAS PRÁCTICAS DE ELABORACIÓN QUE EVITEN LA
CONTAMINACIÓN CON GLUTEN A LO LARGO DE TODO EL PROCESO**

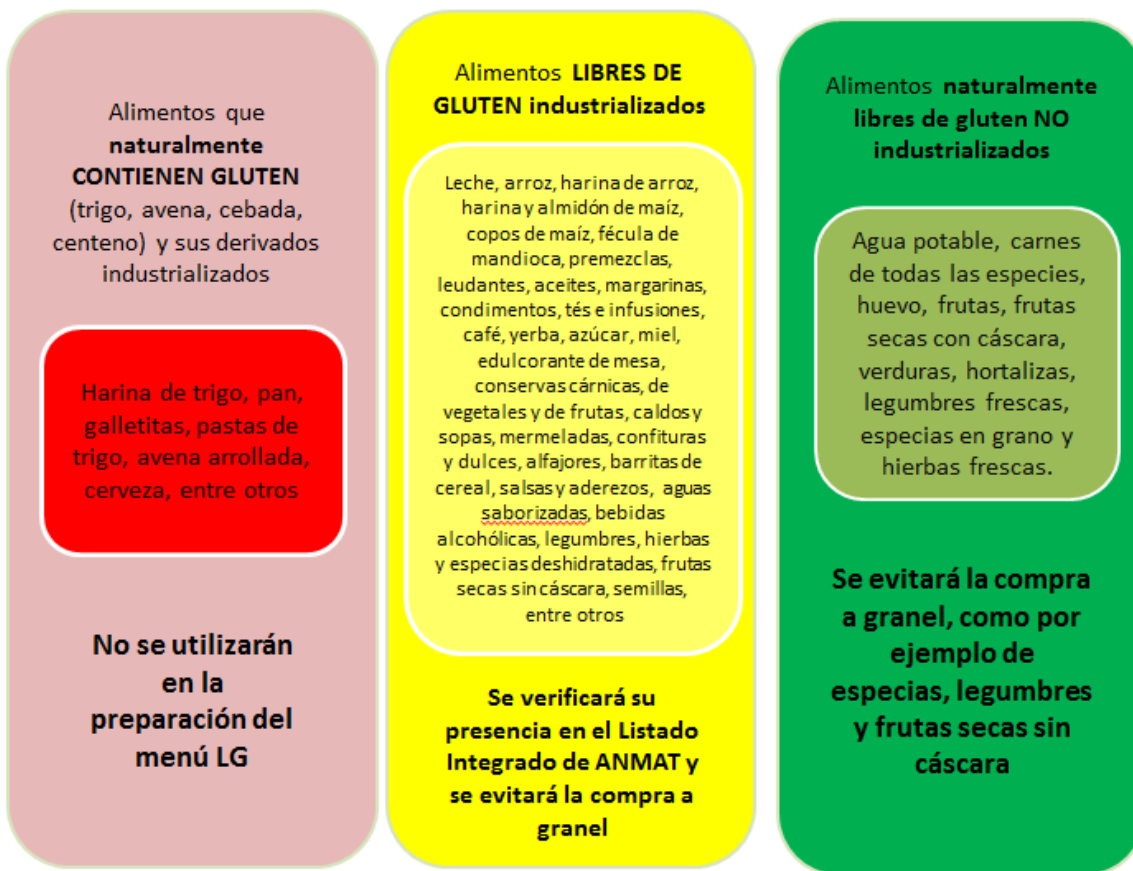
411

412

413

414

415 El esquema presentado a continuación, muestra los distintos tipos de ingredientes y las
416 recomendaciones para cada uno de ellos:



417

418

419 Dado que los alimentos **libres de gluten industrializados** (ver Glosario) durante el
 420 proceso de industrialización pueden exponerse al gluten, únicamente se tendrá certeza
 421 sobre el atributo libre de gluten cuando se encuentre **autorizado** como tal y figure en el
 422 **Listado Integrado de ALG** de ANMAT (ver sección 1.4) y/o los listados publicados por
 423 las autoridades de control de alimentos provinciales.

424

425 **4.2. Definición del menú a ofrecer**

426 La decisión sobre el tipo de menú contemplará no sólo las condiciones de *Infraestructura*
 427 y *Almacenamiento* evaluadas en las secciones 3.1. y 3.2., sino también, el tipo de
 428 ingrediente que se utilice en el menú a ofrecer.

429 A nivel general, las opciones de menú que se pueden ofrecer corresponden a:

430 **I. Compra de menú LG preparado y/o semielaborado:** se realizará la consulta sobre
431 su condición LG al área de control de alimentos del municipio o provincia
432 correspondiente.¹⁵

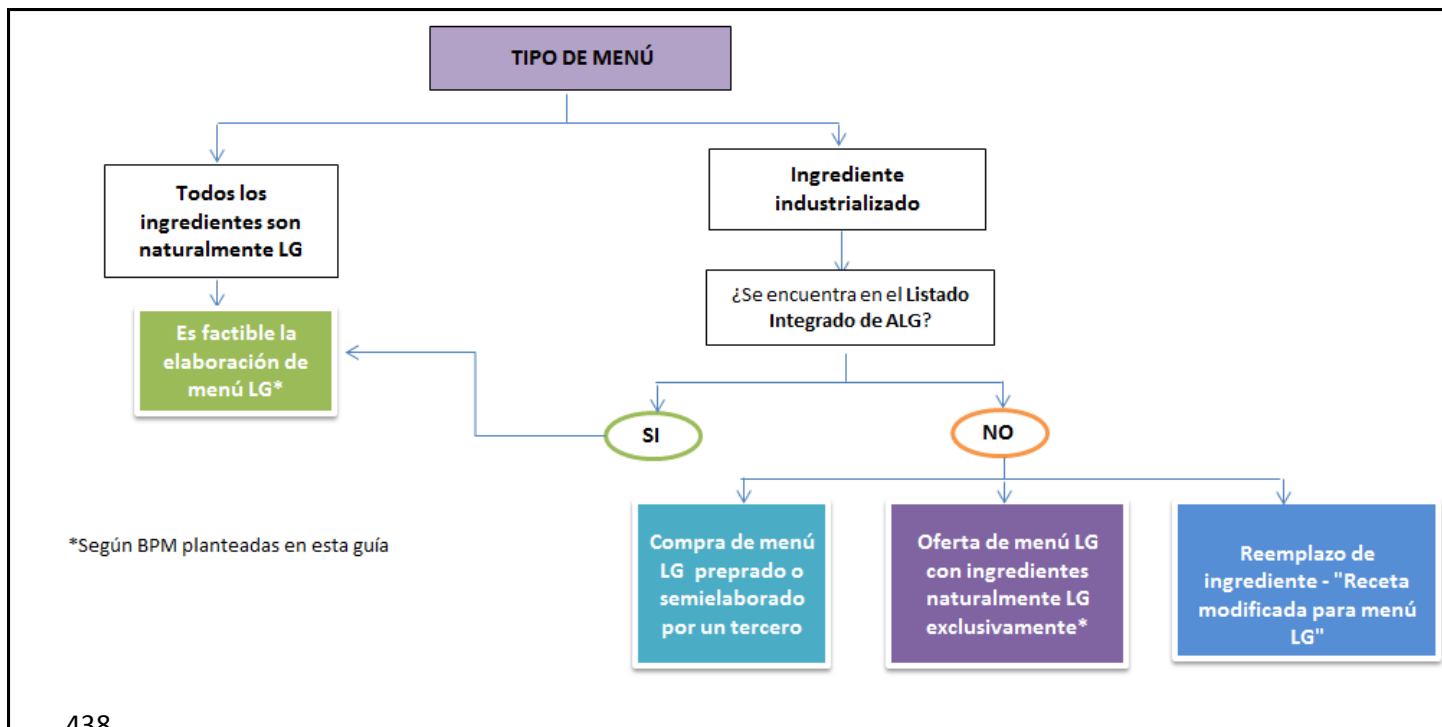
433 **II. Elaboración propia en el establecimiento:**

434 **Menú LG con alimentos naturalmente LG exclusivamente**

435 **Menú LG con algún alimento LG industrializado**

436

437

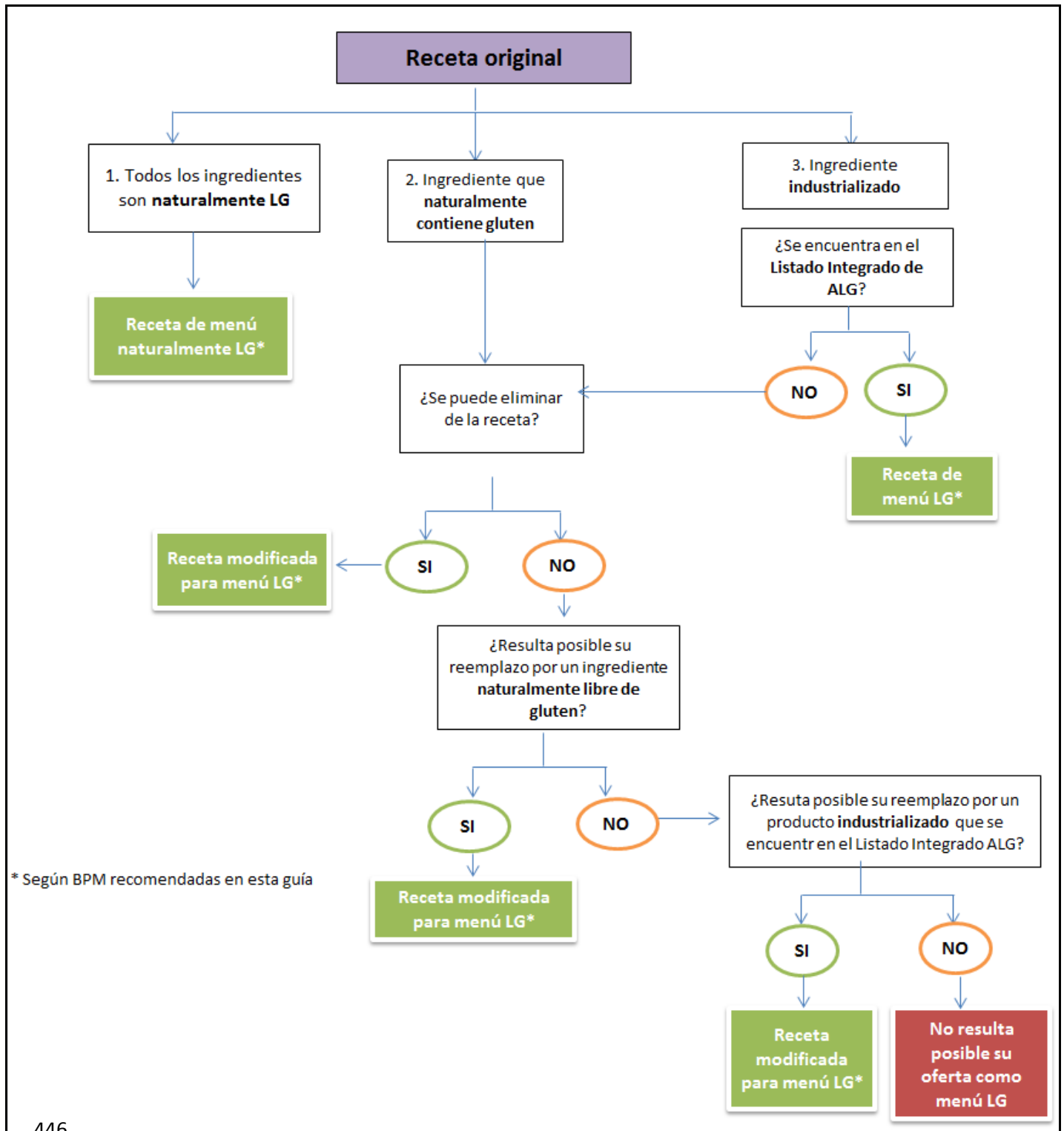


439 **IMPORTANTE: EN TODOS LOS CASOS, EL MENÚ LG SE MANIPULARÁ**
440 **TENIENDO EN CUENTA LAS PRÁCTICAS RECOMENDADAS EN ESTA GUÍA**

441

442 En caso que el menú LG a ofrecer sea **elaborado en el mismo establecimiento**
443 gastronómico, el siguiente paso consiste en definir si una receta habitual podría
444 ofrecerse como LG o si requerirá una adecuación previa. Para ello, se propone el
445 siguiente esquema que facilitará la decisión:

¹⁵ http://www.anmat.gov.ar/listados/Listado_Autoridades_Sanitarias.asp



446

447

448

449

450

451

452

453

454

455 ELABORACIÓN DEL MENÚ LG

456 En este módulo, se especifican las recomendaciones para evitar la contaminación
457 cruzada al momento de elaborar un menú LG. Las prácticas seguras de manipulación
458 están detalladas para cada etapa, desde la compra y recepción hasta la obtención del
459 plato terminado.



460

**461 IMPORTANTE: LAS PAUTAS Y RECOMENDACIONES DE ESTA GUÍA
462 SON ADICIONALES AL CUMPLIMIENTO DE LAS BUENAS PRÁCTICAS DE
463 MANIPULACIÓN PARA OBTENER ALIMENTOS INOCUOS.**

463



464

465 **Diagrama de Flujo de Elaboración de Menú**

466

467

468

469

470

471

5.1 Compra y recepción de ingredientes

472

En esta sección, se mencionan los prácticas que se tendrán en cuenta al momento de realizar la compra y recepción de los ingredientes que se utilizarán para la preparación del menú LG.

474

475

❖ Previo a realizar la compra, se **informará al proveedor** sobre la necesidad de que los ingredientes a utilizar cumplan con el atributo LG en cada una de las entregas.

476

477

❖ Para los ingredientes LG industrializados, se corroborará su presencia en el **Listado Integrado de ALG** (ver sección 4.1. Clasificación de ingredientes) y/o los listados publicados por las autoridades de control de alimentos provinciales.

478

479

480

❖ Se verificará que el **transporte** de ALG no sea en simultáneo con ingredientes en polvo que puedan contener gluten (harinas, premezclas), a menos que éstos dispongan de un envase secundario, por ejemplo: embalados con film stretch. En este caso, para realizar el traslado, se destinará, además, un espacio en la unidad de transporte alimenticio (UTA) separado de ingredientes en polvo con gluten.

481

482

483

484

485

❖ Los envases deberán estar herméticamente cerrados e íntegros. Ante la presencia de algún envase roto o que no proteja el ALG, éste será **rechazado**.

486

487

❖ En cada entrega, se verificará en el **rótulo** la presencia de “libre de gluten” en la denominación del producto, la leyenda “Sin TACC” y el logo oficial (ver anexo 2):

488



489

490

5.2 Almacenamiento

491

En este apartado, se mencionan algunos principios importantes a tener en cuenta durante la etapa de almacenamiento de los ingredientes, *tanto a temperatura ambiente como en condiciones de refrigeración y congelación*, mientras que los requisitos de infraestructura se describen en la sección 3.2.

492

493

494

495

❖ Los ingredientes que se empleen en la elaboración de menú LG se **identificarán y almacenarán bien cerrados** en el sector destinado para ALG. Es recomendable el uso de etiquetas, cartelera, código de colores u otros que resulten convenientes.

496

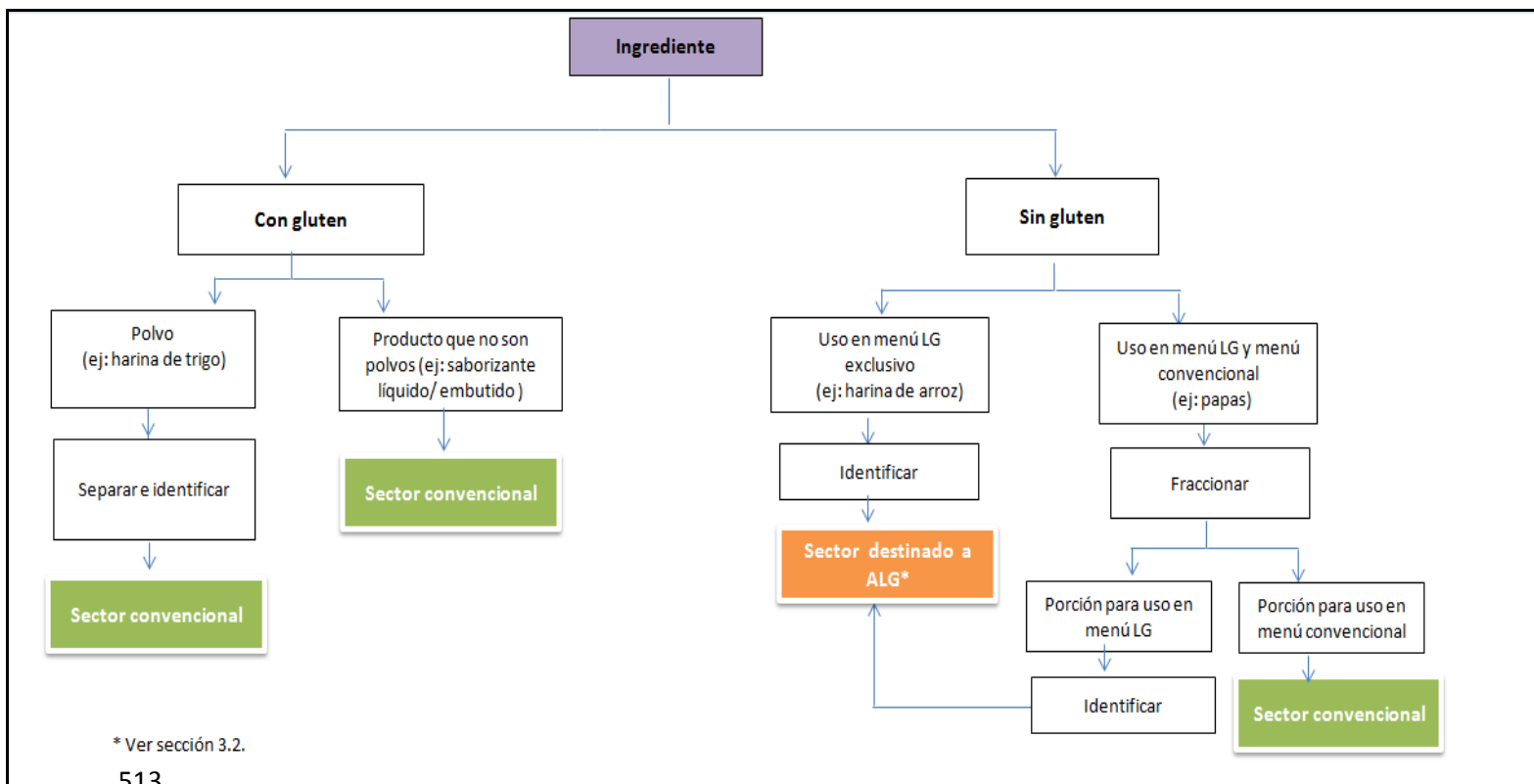
497

498

499
500
501
502
503
504
505
506
507
508
509
510
511

512

- ❖ Se mantendrá **especial cuidado** de proteger los ALG que se utilicen en menú LG de **ingredientes en polvo** que puedan contener **gluten** (harinas, pan rallado, etc.), dado que podrían dispersarse involuntariamente y generar una contaminación.
- ❖ Se **desecharán** los ALG cuyos envases se rompan o ya no los protejan.
- ❖ Cuando un mismo ingrediente se emplee tanto en la elaboración del menú LG como en el convencional (por ejemplo: harina de maíz, papa deshidratada en escamas o huevo en polvo o líquido), se dispondrá de **dos envases originales**: uno de ellos se **identificará** como **ingrediente sin gluten** y se **almacenará por separado**.
En caso de que se disponga de un solo envase del producto, durante la recepción se **fraccionará** (utilizando utensilios exclusivos) y se colocará en **envase hermético**, el cual se identificará como ingrediente sin gluten y se almacenará separadamente.



513
514
515

516 5.3 Elaboración del menú

517 A la hora de elaborar/manipular un menú LG, el manejo dentro de la cocina se realizará
518 siguiendo un flujo **ordenado** y **secuencial** del proceso, evitando la contaminación
519 cruzada desde la preparación de los ingredientes hasta la obtención del plato terminado.



IMPORTANTE: LAS RECOMENDACIONES QUE SE DETALLAN EN ESTA SECCIÓN APLICAN TAMBIÉN PARA MENÚS PRE-ELABORADOS

520
521

522

523 Planificación y Organización:

- 524 ● Disponer de **recetas/ fichas de producción escritas** (ver modelo de Receta en
525 anexo 1), actualizadas y disponibles para su consulta por parte del personal en
526 todo momento. Incluir todo el proceso que se desarrollará para preparar el plato,
527 señalando los puntos más críticos para evitar contaminaciones cruzadas.
- 528 ● Especificar claramente en las recetas/ fichas de producción que el menú es sin
529 gluten.
- 530 ● Revisar la receta y pensar la mejor manera de introducir los ingredientes en el
531 momento que corresponda en la cocina.

532

533 Pautas sobre la higiene:

- 534 ● **Limpiar** el **área** donde se elaborará el menú (ver Módulo 7. LIMPIEZA y
535 DESINFECCIÓN)
- 536 ● **Lavarse las manos** con agua y jabón, y secarse preferentemente con toallas de
537 papel descartable:
- 538 ○ antes de comenzar la elaboración del menú LG.
539 ○ después de la manipulación de alimentos con gluten y de equipos/ utensilios que
540 hayan entrado en contacto con ellos.
- 541 ● Comprobar que la vestimenta del personal involucrado en la elaboración del menú
542 se encuentre limpio y no haya entrado en contacto con gluten (restos de
543 harina/pan). En caso de ser necesario, cambiarlo por otro, o bien utilizar
544 **delantales descartables**.

545

546 Preparación:

- 547 ● **Apartar e identificar** los utensilios y vajilla a utilizar.
- 548 ● Designar e identificar **sal, aceite, vinagre, condimentos, etc.** que se utilicen para
549 la preparación únicamente del menú LG, ya que pueden contaminarse con gluten
550 durante su manipulación.
- 551 ● Para el **pesado** y **fraccionado** de alimentos, utilizar sus envases originales o
552 contenedores con tapa claramente identificados. Limpiar la balanza antes y
553 después de cada uso.
- 554 ● Si se requiere **descongelar** alimentos, se mantendrán separados de los alimentos
555 convencionales, en envases o recipientes cerrados.

- 556 ● **Rotular como LG** las elaboraciones total o parcialmente listas para utilizar y/o
557 servir (ejemplo: canelones de verdura) que se mantienen refrigeradas/congeladas.
558 Almacenarlas en el **sector** de la **heladera/ freezer** destinado para los **ALG** (ver
559 sección 3.2. Almacenamiento)
- 560 ● **Retirar** de la zona de elaboración todos aquellos alimentos/ preparaciones en los
561 que se sospeche una **posible contaminación con gluten**. Separar e identificar de
562 inmediato. Éstos pueden servirse en el menú convencional.
- 563 ● **No retirar el ingrediente con gluten de un plato ya preparado**. Por ejemplo:
564 nunca se sacarán los croutons de una ensalada o una crema, ya que puede ser
565 que haya restos que no se ven a simple vista pero que podrían ser perjudiciales
566 para el comensal celiaco.
567



568 **IMPORTANTE: ANTE LA DUDA DE SI UN INGREDIENTE O MATERIA**
569 **PRIMA PUEDE CONTENER GLUTEN, ES MEJOR NO UTILIZARLO.**

570

571 Cocción o calentamiento:

- 572 ● Microondas: **tapar** el plato sin gluten o cubrirlo con papel film apto para cocción.
573 ● Horno: no colocar en la misma bandeja ALG junto con alimentos con gluten. Es
574 aconsejable no cocinar/calentar en simultáneo platos convencionales y platos LG.
575 Sin embargo, cuando se empleen hornos de gran capacidad y se cocinan/calientan
576 platos en el mismo horno, resulta necesario proteger el producto libre de gluten de
577 la contaminación, manteniéndolo cubierto (con papel de aluminio, bolsas para
578 horno) y colocándolo en la **parte superior**.
- 579 ● Parrilla (planchas o parrillas): si se ha cocido un alimento con posibilidades de
580 contener gluten, se **limpiará previamente**.
- 581 ● En líquido o por inmersión: utilizar agua, caldos, aceites u otros **sólo para ALG** y
582 de **primer uso**. Utilizar freidoras exclusivas para ALG.
- 583 ● Tostado: contar con una tostadora/ sandwichera exclusiva para pan sin gluten.
584

585

586 Emplatado

- 587 ● **Identificar el plato final** para que el personal encargado del servicio distinga
588 claramente cuál es el destinado al comensal celiaco. Para ello pueden emplearse
589 adhesivos en el borde del plato, banderitas, vajilla de diferente color o forma.
- 590 ● Cuando fuera necesario limpiar los bordes del plato, utilizar papel de cocina de **un**
591 **solo uso** o un **trapo rejilla limpio y exclusivo**. Nunca se utilizará el mismo que
592 para el resto de los platos.
- 593 ● Si hubiera que esperar un tiempo entre el emplatado y el servicio, cubrir el plato
594 con una **campana protectora** (tapa-platos o papel de aluminio), de forma de evitar

595 la contaminación desde otros platos. De no contar con campanas protectoras,
596 mantenerlo apartado del resto.

- 597 ● En caso de que se sospeche una **posible contaminación cruzada** de un plato,
598 **separarlo** e **identificarlo** de inmediato. Éste podrá servirse en el menú
599 convencional.
- 600 ● Cuando se envase un menú LG para su distribución debe identificarse como tal y
601 asegurar su sellado o cierre hermético para garantizar que el producto no se
602 contamine posteriormente al envasado.

603
604
605
606
607
608
609
610
611
612
613
614
615
616
617
618
619
620
621
622

623

624

625

626 **SERVICIO**

627 En esta sección, se especifican las pautas para realizar el servicio de menú LG
628 minimizando el riesgo de contaminación cruzada con gluten, contemplando desde la
629 toma del pedido hasta la distribución o reparto a domicilio, si lo hubiere.

630 En los establecimientos y servicios con **autoservicio** (por ejemplo: tenedores libres,
631 salad bar o buffet de hoteles) la modalidad utilizada para la exhibición/mantenimiento de
632 los alimentos aumenta considerablemente la probabilidad de contaminación cruzada con
633 gluten. Esto hace que sea muy difícil asegurar que las prácticas de manipulación
634 del menú LG por parte de los comensales sean las adecuadas (por ejemplo: puede
635 suceder que por error un comensal utilice los utensilios del menú LG para el menú
636 convencional). Es por ello que no resulta recomendable la oferta de ALG en estos
637 servicios, a menos que se ofrezcan únicamente menús libre de gluten.

638



639

IMPORTANTE: NO SE RECOMIENDA EL AUTOSERVICIO DE ALG EN ESTABLECIMIENTOS NI SERVICIOS GASTRONÓMICOS DE ELABORACIÓN MIXTA.

640

641

642

643 **6.1. La carta**

644 A fin de que los comensales celíacos puedan identificar fácilmente las alternativas de
645 menús LG disponibles en la carta, es recomendable colocar al lado del plato LG el logo
646 oficial o la leyenda "SIN TACC".

647

648 **6.2. Toma del pedido**

649 Al momento de tomar el pedido de una mesa donde se encuentre una persona celíaca,
650 se recomienda indicar claramente cuáles son los platos que serán sin gluten a fin de
651 evitar confusiones. Para ello, se sugieren las siguientes opciones:

- 652 ● Anotarlo en una comanda por separado.
- 653 ● Usar una lapicera de otro color para los pedidos LG.
- 654 ● Realizar una marca distintiva al lado del pedido LG.
- 655 ● Utilizar adhesivos siempre del mismo color y forma para el pedido LG.

656 En caso de utilizarse comandas electrónicas, puede incluirse la opción “plato LG” en el
657 sistema.

658

659 **6.3. Servicio en salón**

660 Para el servicio de mesa del menú LG, se tendrán en cuenta las siguientes criterios:

- 661 ○ **Designar e identificar** claramente la vajilla (platos, vasos, cubiertos) que se utilice
662 para los clientes celíacos, mediante el uso de etiquetas, código de colores,
663 números, etc. Almacenarla **separada** del resto, en un lugar alejado de donde se
664 almacena o corta el pan, y colocar cartelera indicativa.
- 665 ○ Fajinar la vajilla antes del servicio con una solución de **alcohol etílico al 67%** (ver
666 modo de preparación en Módulo VII), utilizando papel descartable.
- 667 ○ Verificar que la **mantelería** se encuentre en condiciones de higiene y no presente
668 migas.
- 669 ○ Disponer de **paneras exclusivas** para servir pan sin gluten. Identificarlas y
670 guardarlas en lugares distintos de las paneras convencionales.
- 671 ○ Antes de servir un menú LG, el personal encargado del servicio se lavará
672 correctamente las manos.
- 673 ○ Servir **productos para untar** (mantequilla, mermeladas, mayonesa, etc). en
674 contenedores separados, dado que al untar pan con algunos de estos ingredientes
675 pueden contaminarse fácilmente con restos de migas de pan con gluten.
- 676 ○ Utilizar **pinzas, cucharas y utensilios** diferentes para servir ALG.
- 677 ○ **Transportar** los platos LG tapados e identificados o por separado de los
678 convencionales.

679

680

681 **6.4. Exhibición de alimentos LG**

682 En los establecimientos/ servicios gastronómicos que cuenten con equipamiento para la
683 exhibición de los ALG, tales como heladeras exhibidoras o mostradores, se seguirán las
684 pautas enumeradas a continuación:

- 685 ● Almacenar los alimentos libres de gluten en un **sector destinado a ALG**,
686 separados de los convencionales. Para ello se destinará el **estante superior**, tanto
687 de la heladera exhibidora como del mostrador.
- 688 ● Identificar el sector destinado a ALG
- 689 ● **Identificar** de forma clara que el menú es LG (ver sección 5.3. Emplatado)
- 690 ● Mantener **tapado** el menú LG, ya sea envuelto con film stretch o campanas
691 protectoras exclusivas.

692

693

694 **6.5. Distribución - Reparto a domicilio**

695 Para los establecimientos/servicios de comidas que cuenten con distribución o reparto a
696 domicilio, se tendrán en cuenta las siguientes consideraciones:

- 697 ● Los **envases** para la conservación del menú LG (cajas de cartón, papel de
698 envoltorio, recipientes de plástico, papel de aluminio, film, etc.) se almacenarán por
699 separado y/o protegidos de contaminaciones cruzadas.
- 700 ● El personal encargado de realizar la distribución deberá poder **diferenciar el**
701 **menú LG** para evitar confusiones. Por ese motivo, es recomendable utilizar algún
702 tipo de identificación que ayude a diferenciar el atributo del alimento, tales como
703 cajas o bolsas de diferente color, etiquetas, símbolos, leyenda.
- 704 ● El menú LG puede transportarse en la misma unidad transportadora junto con
705 alimentos convencionales, siempre que se tomen las precauciones de manera de
706 evitar la contaminación cruzada por derrame. Para ello, se empleará un **empaquete**
707 **secundario o terciario** que cumpla la función de barrera de protección, como por
708 ejemplo **film stretch o bolsa hermética**. La ubicación en la unidad transportadora
709 de alimentos se llevará a cabo colocando en primer lugar los alimentos
710 convencionales y, luego, el menú LG.

711

712

713

714

715

716

717

Módulo 7

718

719

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

720

La **higiene** de las instalaciones, equipos y utensilios constituye un etapa **fundamental** para asegurar que los alimentos sean **inocuos**. La elaboración de un menú LG no sólo requiere realizar una limpieza y desinfección correctas y en la frecuencia adecuada, sino también la implementación de **prácticas específicas** para evitar la contaminación con gluten, ya que por ejemplo un ALG puede contaminarse por un utensilio/superficie que se limpió de manera deficiente.

726

La limpieza permite **eliminar restos de alimentos** que podrían contener gluten, restos de polvo, grasa, capas de suciedad, entre otros, mientras que la **desinfección** como etapa posterior a la limpieza contribuye a reducir la carga de microorganismos.

727

728



729

IMPORTANTE: TODA SUPERFICIE QUE ESTÉ EN CONTACTO CON ALIMENTOS SE ENCONTRARÁ LIMPIA Y DESINFECTADA ANTES DE COMENZAR LA ELABORACIÓN DEL MENÚ.

730

731

732

733

A fin de asegurar que se implementen las prácticas esenciales para el mantenimiento de la higiene de acuerdo a lo planificado en el establecimiento/servicio gastronómico, independientemente de quién realice la tarea, es fundamental disponer de **Procedimientos Operativos Estandarizados de Saneamiento (POES)**. Éstos describen las operaciones de limpieza y desinfección a realizarse antes, durante y después de la elaboración. Se sugiere que el procedimiento de limpieza y desinfección incluya:

740

- descripción de la tarea

741

- áreas, superficies, equipos y utensilios que deberán limpiarse y desinfectarse

742

- momento en que se debe llevar a cabo la tarea y frecuencia

743

- elementos a utilizar y modo de uso

744

- responsable

745

Asimismo, es necesario mantener actualizados **registros de limpieza y desinfección** (ver modelo de planilla en anexo 4) que evidencien que se están llevando a cabo dichos procedimientos y que se implementan acciones correctivas ante algún desvío.

746

747

748

Se verificará la ausencia de restos visibles de residuos de alimentos, suciedades, tanto en las instalaciones como en las superficies de contacto (equipos, utensilios, etc).

749

750

Fundamentalmente, se corroborará la **ausencia de partículas de polvo**, que pudieran

751 contener gluten. En caso de que luego de este proceso se aprecie suciedad, se limpiará
752 nuevamente.

753

754

755 Pautas generales:

756 ★ **La cocina** se mantendrá **limpia** durante **todo** el **proceso de elaboración**.

757 ★ La limpieza se realizará en forma **húmeda**, dado que resulta más efectiva que la
758 limpieza en seco. Se evitará la utilización de agua a presión/mangueras, a fin de
759 impedir la dispersión de gluten en el ambiente.

760 ★ Los **equipos** que se empleen para la elaboración se **desmontarán** de forma
761 completa, de manera de facilitar su limpieza.

762 ★ El lavado de los **utensilios, equipos y vajilla** se realizará con agua caliente y
763 detergente.

764 ★ Se utilizará **agua segura** para el lavado y preparación de soluciones de limpieza y
765 desinfección.

766 ★ Las superficies y elementos se **enjuagarán correctamente** luego de la aplicación
767 de productos de limpieza.

768 ★ Se emplearán **productos rotulados** en los que se pueda visualizar las
769 instrucciones de uso, las cuales se respetarán al momento de su utilización.

770 ★ Los **trapos rejillas** y demás elementos a emplear se mantendrán en **buenas**
771 **condiciones**.

772 ★ Los **contenedores de residuos** ubicados en la cocina se encontrarán **tapados** y
773 se **limpiarán y desinfectarán** todos los días.

774 ★ Los **productos de limpieza** se mantendrán **identificados** y almacenados en un
775 **sector separado** o en estantes inferiores para evitar contaminaciones de los
776 alimentos.

777 ★ Para la limpieza de los **vestuarios y baños**, se utilizarán elementos de limpieza
778 **diferentes** a los que se emplean para limpiar la sala de elaboración. Para facilitar
779 la identificación, puede implementarse el uso de cabos de colores o etiquetas con
780 leyendas de uso.

781

782 Pautas específicas adicionales para LG:

783 ★ Resulta fundamental **eliminar toda fracción de gluten** que podría encontrarse
784 presente en **vajilla, mesadas** y demás elementos que se utilicen de forma
785 compartida en la elaboración del **menú LG** y el **menú convencional**. Es por ello,
786 que luego de la etapa de desinfección se limpiarán con toallas de papel
787 descartables y **solución de alcohol etílico 67 %¹⁶**, pasándolo en una sola

¹⁶ Recomendación adoptada de la bibliografía actualmente disponible:

- "El método convencional de extracción de gluten en un alimento se realiza con alcohol/agua 60%" (Méndez, E. 2001. Problemas generales relacionados con la analítica del gluten (II). Revista Transferencia de Tecnología. Revista 4. Disponible en: <http://www.madrimasd.org/revista/revista4/transferecia/transferecias.asp>.)

- 788 dirección. También se llevará a cabo este procedimiento en la **mesa** del
789 comensal antes de servir el menú LG.
- 790 ★ El **secado** de los elementos se realizará en un espacio alejado de la zona de
791 preparación de alimentos con gluten. El escurrido de los utensilios, equipos y
792 vajilla se realizará boca abajo y luego, se realizará el secado con **repasadores**
793 **exclusivos limpios** o **toallas de papel descartables**.
- 794 ★ La preparación de las soluciones de L+D se realizarán utilizando jarra medidora.



795

796

797

798

799

800

801 GLOSARIO

802 **Alimento:** toda sustancia o mezcla de sustancias naturales o elaboradas que
803 ingeridas por el hombre aporten a su organismo los materiales y la energía necesarios
804 para el desarrollo de sus procesos biológicos. La designación "alimento" incluye además

- "La solubilidad máxima de la gliadina se alcanza con una solución de etanol al 70% aproximadamente" (Osborne, T.B. 1907. The proteins of the wheat kernel. Carnegie Institute of Washington Publ 84, 108–110. Disponible en: https://drive.google.com/file/d/0B_fuxwpV-dLSXp0WnZwRWRyUDQ/view)

805 las sustancias o mezclas de sustancias que se ingieren por hábito, costumbres, o
806 como coadyuvantes, tengan o no valor nutritivo¹⁷.

807 **Alimento industrializado:** alimento que ha sido sometido a algún proceso de
808 transformación y que tengan autorización sanitaria para su comercialización.¹⁸

809 **Alimento libre de gluten:** es aquel alimento que está preparado únicamente con
810 ingredientes que por su origen natural y por la aplicación de buenas prácticas de
811 elaboración —que impidan la contaminación cruzada— no contiene prolaminas
812 procedentes del trigo, de todas las especies de Triticum, como la escaña común
813 (Triticum spelta L.), kamut (Triticum polonicum L.), de trigo duro, centeno, cebada, avena
814 ni de sus variedades cruzadas. El contenido de gluten no podrá superar el máximo de
815 10mg/Kg¹⁹.

816 **Buenas Prácticas de Manufactura/Elaboración:** procedimientos necesarios para
817 lograr alimentos inocuos, saludables y sanos.²⁰

818 **Comida preparada lista para consumo:** elaboración culinaria resultado de la
819 preparación con o sin cocción de uno o varios productos alimenticios de origen animal o
820 vegetal, con o sin adición de otras sustancias autorizadas para el consumo. Podrá
821 presentarse envasada o ser fraccionada a la vista o no del consumidor en el momento
822 de ser dispensada, y estar dispuesta para el consumo directamente, o bien tras su
823 calentamiento.²¹

824 **Contaminación cruzada:** se produce cuando un producto libre de gluten pierde su
825 condición por entrar en contacto con el gluten durante cualquier etapa de la elaboración,
826 y puede ocurrir a través de las manos del manipulador, utensilios y equipamiento, como
827 consecuencia de la aplicación deficiente o nula de BPM.

828 **Desinfección:** proceso que consiste en eliminar o reducir, mediante el uso de agentes
829 químicos o métodos físicos adecuados, microorganismos patógenos que puedan estar
830 presentes en la estructura del edificio (paredes piso), instalaciones, maquinarias y
831 utensilios, a un nivel que no dé lugar a contaminación del alimento que se elabora.

832 **Establecimiento gastronómico:** ámbito en el cual se llevan a cabo un conjunto de
833 operaciones y procesos para la elaboración de menús con fines comerciales.
834 Asimismo, puede incluir la distribución de los alimentos a otros establecimientos.
835 Ejemplos: restaurantes, empresas de catering, locales de comida rápida, cocinas de
836 alojamiento, etc²².

¹⁷ Código Alimentario Argentino. Capítulo I. Artículo 6º.

¹⁸ Elaboración propia

¹⁹ Código Alimentario Argentino. Capítulo XVII. Artículo 1383.

²⁰ Resolución GMC N°080/96. Anexo I.

²¹ Código Alimentario Argentino. Capítulo III. Artículo 156tris.

²² Elaboración propia

837 **Gluten:** fracción proteica del trigo, centeno, cebada, avena que comprende una porción
838 soluble en alcohol (prolaminas) y otra insoluble en alcohol (glutelinas). Ambas proteínas
839 (prolaminas y glutelinas) en contacto con agua y sometidas a un proceso de amasado
840 forman una red viscoelástica que constituyen el gluten.²³

841 **Inocuidad:** garantía de que los alimentos no causarán daño al consumidor cuando se
842 elaboren y/o consuman de acuerdo con el uso al que se destinan.²⁴

843 **Limpieza:** Es la eliminación de tierra, restos de alimentos, polvo, u otras materias
844 objetables.²⁵

845 **Local de comida rápida:** tipo de servicio gastronómico en el que se ofrece comida de
846 preparación simple y que, generalmente, no dispone de servicio de mesa. Incluye:
847 hamburguesería, panchería, crepería, pizzería.

848 **Menú:** conjunto de preparaciones culinarias que constituyen una comida y que son
849 ofrecidas en establecimientos o servicios gastronómicos.²⁶

850 **Menú LG preparado/semielaborado:** menú elaborado y comercializado por un tercero,
851 que puede requerir o no un calentamiento o cocción en el servicio gastronómico. Por
852 ejemplo: pastas, tartas, empanadas crudas congeladas.²⁷

853 **Servicio gastronómico:** ámbito en el cual se llevan a cabo un conjunto de operaciones
854 y proceso con la finalidad de ofrecer un menú a las personas que residen o asisten a
855 una institución.²⁸

856 **Utensilios:** conjunto de herramientas que se utilizan para la elaboración del menú. Por
857 ejemplo: ollas, espumaderas, asaderas, coladores, tablas, etc.²⁹

858 **Vajilla:** conjunto de elementos que se destinan al servicio de la mesa. Por ejemplo:
859 platos, fuentes, vasos, tazas, cubiertos, etc.³⁰

860

861

862

²³ Ministerio de Salud de la Nación. Programa Nacional de Detección y Control de Enfermedad Celíaca. Cuadernillo para nutricionistas. Disponible en:

http://www.msal.gov.ar/celiacos/pdf/2014-01-22_guia-nutricionistas.pdf

²⁴ Codex Alimentarius. Código Internacional Recomendado de Prácticas - Principios Generales de Higiene de los Alimentos. Disponible en: <ftp.fao.org/docrep/fao/005/Y1579S/Y1579s.pdf>

²⁵ Resolución GMC N°080/96. Anexo I.

²⁶ Elaboración propia

²⁷ Elaboración propia

²⁸ Elaboración propia

²⁹ Elaboración propia

³⁰ Elaboración propia

863

864

865

866

867 **Anexo 1 - Modelo de receta**

868

Ensalada verde

Menú LG

Ingredientes:

- Lechuga mantecosa
- Lechuga morada
- Rúcula
- Espinaca
- Queso de rallar - **Libre de Gluten**
- Pan - **Libre de Gluten**
- Aceite de oliva- **Libre de Gluten**
- Vinagre - **Libre de Gluten**

Preparación:

- 1) Cortar los vegetales, previamente lavados y desinfectados.
- 2) Tostar el pan LG en cubitos en una sartén con aceite de oliva LG.
- 3) Mezclar en un bow los ingredientes.
- 4) Terminar con el agregado de queso de rallar LG.
- 5) Aderezar

**PREPARAR SEGÚN LAS PRÁCTICAS
RECOMENDADAS PARA LA ELABORACIÓN DE
MENÚ LG**

869

870

871

872

873

874

875 ANEXO 2 - RÓTULO

876 El rótulo/etiqueta de los alimentos brinda información sobre las características del
877 producto, su elaborador, los ingredientes que lo conforman, su vida útil, entre otros.

878 En el siguiente esquema³¹ se visualiza la información que debe figurar en el rótulo de los
879 alimentos libre de gluten:



880

881

³¹ ANMAT. Guía de Buenas Prácticas de Manufactura para Establecimientos Elaboradores de ALG. Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/Alimentos/Guia_BPM_ALG_formato_Web.pdf

882

883

884 **Anexo 3 - Procedimiento de L+D de mesadas de uso compartido**

885

886 **PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN - MESADAS DE USO** 887 **COMPARTIDO**

888

889 **1. Objetivo:** establecer un procedimiento operativo estandarizado de limpieza y
890 desinfección de mesadas.

891

892 **2. Alcance:** se aplicará a las mesadas de uso compartido para la preparación de
893 alimentos convencionales y alimentos libres de gluten.

894

895 **3. Responsable:** personal encargado de la limpieza del establecimiento o servicio
896 gastronómico.

897

898 **4. Frecuencia:** previa a la elaboración de menús libres de gluten

899

900 **5. Materiales:**

901

- Agua segura

902

- Espátula, cepillo, esponja,

903

- Trapos rejilla, toallas de papel descartables.

904

- Atomizador

905

- Jarra medidora

906

- Detergente

907

- Lavandina 55 g Cl/ litro (verificar la etiqueta del producto)

908

- Solución de alcohol 67%

909

910 **Dosificación de productos químicos**

911

- Detergente: puro o según indicaciones del producto.

912

- Solución alcohol 67%: medir 700 ml de alcohol 96° y completar con agua hasta 1 litro.

913

914

- Lavandina: diluir 240 ml en 5 litros de agua o según indicaciones del producto para desinfección general de superficies.

915

916

A continuación, se brindan las equivalencias para preparar menores cantidades de solución:

917

Lavandina (ml)	Agua (L)
240	5
50	1
25	0,5

918

919

920

6. Medidas de seguridad:

921

- Antes de iniciar las tareas, asegurarse de que no haya elaboración de alimentos.

922

- Manipular el detergente y el desinfectante con precaución, usando delantal, guantes y lentes de seguridad, evitando en todo momento el contacto de los productos con piel, mucosas y ojos.

923

924

925

- No mezclar detergente con lavandina, ya que ambos productos reaccionan químicamente desprendiendo vapores tóxicos.

926

927

928

7. Descripción:

929

- a. Retirar de la mesada todos los utensilios, equipos y alimentos.

930

- b. Remover con espátula y/o cepillo los residuos sólidos que se encuentren depositados/adheridos a la superficie de la mesada.

931

932

- c. Pasar la esponja embebida en **detergente y agua** (ver punto 5. “Dosificación de productos químicos”).

933

934

- d. Enjuagar con abundante agua, hasta que no se observen restos de residuos ni de detergente.

935

936

- e. Rocíar o pasar un trapo rejilla con la solución de **lavandina** (ver punto 5. “Dosificación de productos”) y dejar actuar el tiempo que se recomiende en las instrucciones de la etiqueta del producto.

937

938

939

- f. Enjuagar con abundante agua.

940

- g. Secar con trapo rejilla de uso exclusivo o toallas de papel descartables.

941

- h. Rocíar con la solución de **alcohol 67%** (ver punto 5. “Dosificación de productos químicos”).

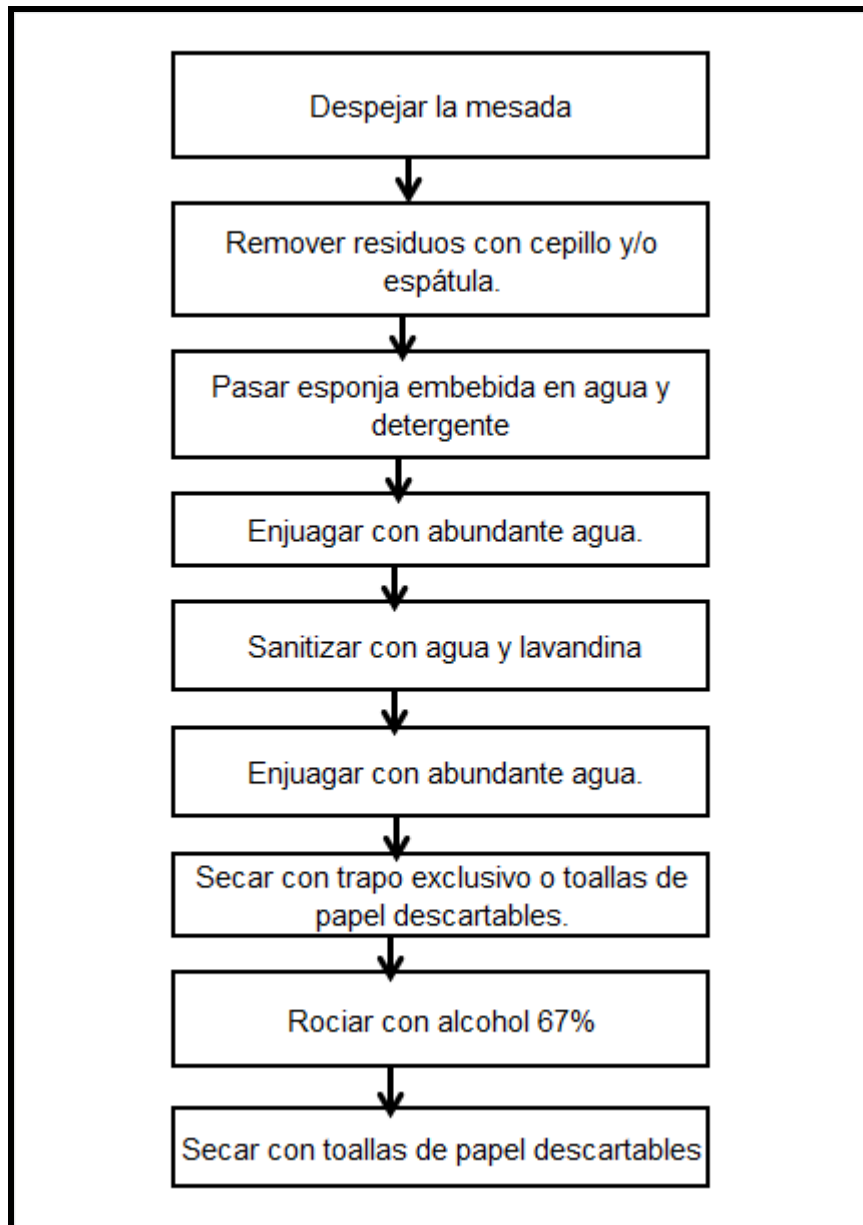
942

943

- i. Secar empleando **toallas de papel descartables**, pasándolas en una sola dirección.

944

945



946
947
948
949
950
951
952
953

8. Registros:

- [Registro de limpieza y desinfección \(L+D\) del sector cocina](#)


954

955

956

957 **Anexo 4 - Modelo de registro de L+D**

958 A continuación, se presenta un modelo de planilla que podría emplearse para registrar la
 959 realización de las actividades de limpieza y desinfección del sector cocina, adaptándola
 960 a las particularidades del establecimiento. En azul, se ejemplifica la forma en que podría
 961 completarse.

		Registro de limpieza y desinfección (L+D) del sector cocina										Revisión 01	
												12/2/2016	
Semana- Mes:	<i>5 al 11 de diciembre de 2016</i>	Frecuencia	L	Ma	Mi	J	V	S	D	Observaciones	Acción implementada	Verificado por	
Estructuras	Techo	Semanal							HL			LM	
	Paredes	Semanal							HL			LM	
	Ventanas	Semanal							HL			LM	
	Pisos	Diario	AG	AG	AG	AG	AG	HL	HL			LM	
	Desagües	Diario	AG	AG	AG	AG	AG	HL	HL			LM	
	Mesadas	Diario	AG 1	AG	AG	AG	AG	HL	HL	1. Se realizó la limpieza para eliminar el gluten y luego se elaboró el menú LG		LM	
Equipos	Horno	Semanal							HL			LM	
	Microondas	Semanal							HL	El microondas tenía restos de comida	Se limpió nuevamente	LM	
	Campanas	Semanal							HL			LM	
												

***Notas para completar la planilla**

Semana- Mes: período en el que se completa el registro

Frecuencia: acorde a la establecida por el plan de limpieza del establecimiento

L/Ma/Mi/J/V/S/D: la persona encargada de la L+D marcará con sus iniciales la casilla correspondiente al día en que realiza las actividades

Observaciones: breve descripción de l desvío detectado o aclaración que necesite realizar sobre la tarea, ej: limpieza para ALG

Acción implementada: solución adoptada para solucionar el desvío detectado

Verificado por: iniciales de l responsable de comprobar la correcta realización de las actividades de L+D

962

963

964

965 **Lecturas recomendadas**

966

967 Para profundizar sobre diversos ejes temáticos, se sugieren los siguientes documentos:

968 ❖ ANMAT. BPM: Portafolio educativo en temas claves en control de
969 inocuidad de los alimentos. Acceso: Noviembre 2015. Disponible en:

970 http://www.anmat.gov.ar/portafolio_educativo/index.html

971 ❖ Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca de la Nación.
972 Recomendaciones generales para la aplicación de BPM en Servicios de Comidas:
973 Guía de Buenas Prácticas de Manufactura para Servicios de Comidas. Acceso:
974 Noviembre 2015. Disponible en:

975 http://www.alimentosargentinos.gov.ar/contenido/publicaciones/calidad/bpm/bpm_ser_viciocomida_2011.pdf

977 ❖ Agencia Santafesina de Seguridad Alimentaria. Manual de Buenas
978 Prácticas de Manufactura. Capítulo V- Procedimiento de Limpieza y Desinfección.

979 Disponible en: https://drive.google.com/open?id=0B_fuxwpV-dLsTXpYTGc3NWFpdVU

981

982

983

984

985

986

987 **Bibliografía de consulta**

988 Ley N° 26.588. Declárase de interés nacional la atención médica, la investigación clínica
989 y epidemiológica, la capacitación profesional en la detección temprana, diagnóstico y
990 tratamiento de la enfermedad celíaca. Acceso: Noviembre 2015. Disponible en:

991 <http://www.infoleg.gov.ar/infolegInternet/anexos/160000-164999/162428/norma.htm>

992 Ley N° 27.196 Enfermedad Celíaca (modificatoria de la Ley N° 26.588). Acceso:
993 Noviembre 2015. Disponible en:

994 <http://www.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/255000-259999/255225/norma.htm>

995 Norma del CODEX relativa a los alimentos para regímenes especiales destinados a
996 personas intolerantes al gluten. CODEX STAN 118 - 1979. Acceso: Noviembre 2015.
997 Disponible en:

998 http://www.codexalimentarius.org/download/standards/291/CXS_118s_2015.pdf

999

1000 Código Alimentario Argentino. Capítulo XVII - Alimentos de Régimen o Dietéticos.
1001 Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/alimentos/codigoa/CAPITULO_XVII.pdf

1002 ANMAT. Guía de Buenas Prácticas de Manufactura Establecimientos Elaboradores de
1003 Alimentos Libres de Gluten. Aprobada por Res. MSAL N°2176/2013. Acceso:
1004 Noviembre 2015. Disponible en:

1005 http://www.anmat.gov.ar/Alimentos/Guia_BPM_ALG_formato_Web.pdf

1006 ANMAT. Directrices para la realización de auditorías a establecimientos elaboradores de
1007 alimentos libres de gluten. Aprobadas por Disposición N°10408/2015. Acceso:
1008 Noviembre 2015. Disponible en:

1009 http://federal.anmat.gov.ar/page/docs_alimentos/Directrices_Auditoria_ALG.pdf

1010 ANMAT. Directrices para la autorización de un alimento libre de gluten. Aprobadas por
1011 Disposición N°10410/2015 Acceso: Noviembre 2015. Disponible en:

1012 http://federal.anmat.gov.ar/page/docs_alimentos/Directrices_Autorizacion_ALG.pdf

1013 Secretaría de Turismo de Entre Ríos-Asociación de Celíacos de Entre Ríos (ACER).
1014 Manual de manipulación de alimentos para celíacos destinado a establecimientos
1015 gastronómicos en servicios turísticos. Acceso: Noviembre 2015. Disponible en:

1016 [http://www.entrierios.gov.ar/msalud/wp-content/uploads/2014/05/Manual-
1017 Celiaqu%C3%ADa.pdf](http://www.entrierios.gov.ar/msalud/wp-content/uploads/2014/05/Manual-Celiaqu%C3%ADa.pdf)

- 1018 Fundació Alícia y Associació Celíacs de Catalunya. Restauración sin gluten. Acceso:
1019 Noviembre 2015. Disponible en:
1020 <http://www.celiacscatalunya.org/pdfs/manual%20corregido%20castell.e.pdf>
- 1021 Ministerio de Salud Pública de Uruguay. Pautas para la elaboración de alimentos libres
1022 de gluten en servicios de alimentación colectiva. Acceso: Noviembre 2015. Disponible
1023 en: [http://www.msp.gub.uy/marco-normativo/pautas-para-la-elaboraci%C3%B3n-de-](http://www.msp.gub.uy/marco-normativo/pautas-para-la-elaboraci%C3%B3n-de-alimentos-libres-de-gluten-en-servicios-de)
1024 [alimentos-libres-de-gluten-en-servicios-de](http://www.msp.gub.uy/marco-normativo/pautas-para-la-elaboraci%C3%B3n-de-alimentos-libres-de-gluten-en-servicios-de)
- 1025
- 1026
- 1027