

## Seguridad del paciente desde la cocina hospitalaria

### Resumen

Un cuerpo mal alimentado o destruido se expone a una bajada de defensas y el organismo estará vulnerable a las enfermedades. Además, tardará más en recuperarse de las enfermedades e, incluso, están más expuestos a sufrir demencia debido a la deshidratación y falta de nutrientes en su cerebro. Quizás la medicina más importante para un paciente es una correcta alimentación.

En la práctica, los dirigentes y el personal de gestión, son los que encargan de planificar los menús, comprar los ingredientes y supervisar todo el proceso. Los jefes como el personal de cocina se encargan de que todo vaya bien. Estos servicios profesionales también lo hacen con equipos que aportan una gran productividad a la labor que realizan teniendo como resultado una comida de gran valor nutricional sin renunciar a lo gastronómico.

#### Palabras clave:

paciente, alimentos, seguridad, cocina.

## Safety of the patient from the hospitable kitchen

### Summary

A poorly badly fed or malnourished is exposed vulnerable to the diseases. In additin, it will take longer to recover from illnesses and are even more exposed to suffer dementia due to dehydration and lack of nutrients in the brain. Perhaps the medicine more important for a patient is a correct feeding.

In the practice, the leaders and the personal of management, are which is responsible of plan them menus, buy them ingredients and supervise all the process. The heads as the personal of kitchen is in charge of that all go well. These professional servicies also do it with teams that give the work resulting in a food of hig nutritional value without renouncing the gastronomic high productivity.

#### Keywords:

patient, food, safety, kitchen.

#### AUTORES

Aitor Gabriel Márquez García  
Ayudante de Cocina

Tamara García Maldonado  
Pedagoga

Thais Maria Nieto Perez  
Ayudante de Cocina

Luna Márquez García  
Estudiante de Grado de Enfermería

Se ha presentado como Comunicación en:

II Jornadas Nacionales Virtuales sobre La Seguridad Del Paciente

## Servicio Andaluz de Salud (SAS)

**6.944 Plazas** *¡Próxima convocatoria!*  
**OPE 2016 + 2017**

Aprobadas en mesa sectorial las plazas para la convocatoria de la oferta de empleo 2017. Pendiente de su publicación en el BOJA.

  
**Rodio**  
ediciones  
Formación para el empleo

## INTRODUCCIÓN

Tradicionalmente la comida en los hospitales no ha gozado de buena fama. Un hándicap al que se enfrentan quienes tienen que dar de comer a personas enfermas es precisamente la falta de apetito que habitualmente sufren a causa de la enfermedad, pero para que se restablezcan y recuperen la salud cuanto antes, que éstos sigan una buena alimentación es un requisito esencial.

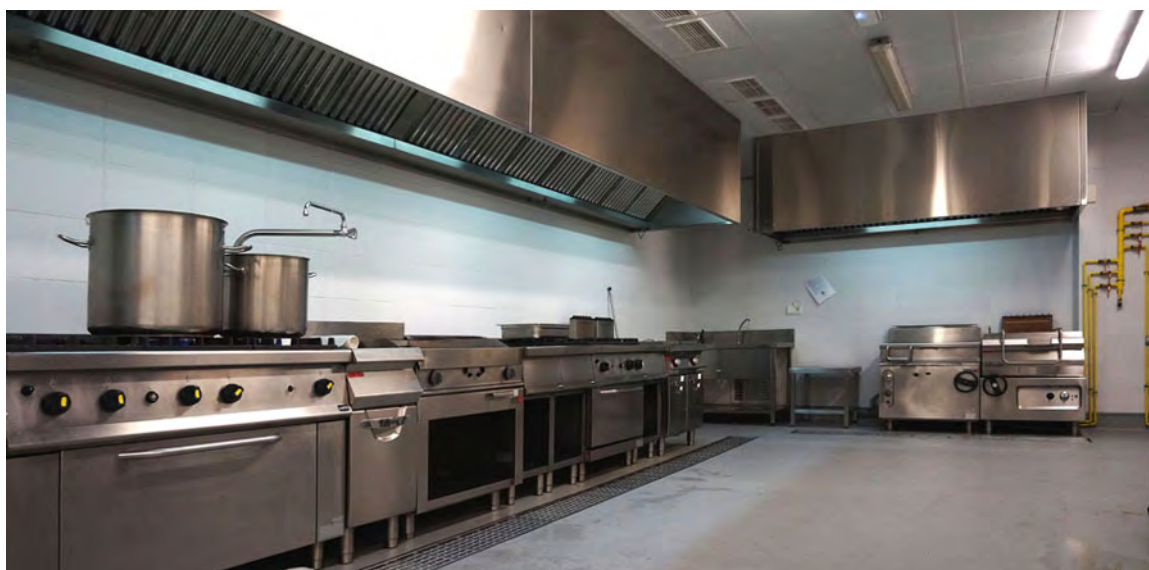
Por eso, los menús que se sirven en los hospitales no solamente pasan rigurosos controles de calidad alimentaria, sino que además exigen de un largo proceso de planificación para garantizar que cada paciente reciba los nutrientes que necesita, evitando aquellos alimentos o aditivos alimentarios que perjudican a su salud y disfruten del bienestar que aporta el momento de la comida. Son muchos los detalles que hay que cuidar en la cocina y el servicio de menú de los enfermos. Las dietas deben ser higiénicamente seguras; sería una irresponsabilidad por nuestra parte que a través de los alimentos generáramos una toxiinfección, intoxicación... La seguridad alimentaria en los hospitales se establece la implantación actual que poseemos de certificación de calidad ISO 9001/2008, el sistema de autocontrol APPCC (Análisis de Procesos y Puntos de Control Críticos) y la formación continuada a todo el personal implicado en la elaboración diaria de nuestros menús. Además, los hospitales necesitan hacerlo con presupuestos reducidos, cuentan con un servicio de profesionales con un software que vigila la calidad alimentaria, siendo la solución ideal para ofrecer a los pacientes las mejores atenciones y ahorrar en costes.

## CONTENIDOS

Un cuerpo mal alimentado o desnutrido se expone a una bajada de defensas importante y, en este estado, el organismo será incapaz de combatir las agresiones quedando vulnerable a las enfermedades. Si ya de por sí la persona se encuentra delicada de salud, su sistema inmunitario no podrá realizar las funciones habituales, entre ellas, la de defensa inmunitaria. La medicina más importante para un paciente es la correcta alimentación. Solo a las evidencias hay que remitirse: los ancianos que se alimentan bien viven más y enferman menos. Mientras que aquellos otros que tienen una dieta deficiente, envejecen más prematuramente, sufren roturas de huesos, tardan más en recuperarse de las enfermedades e, incluso, están más expuestos a sufrir demencia debido a la deshidratación y falta de nutrientes en su cerebro.

En estas labor participan un grupo de expertos como son los dirigentes y el personal de gestión, que se encargan de planificar los menús, comprar los ingredientes y supervisar todo el proceso, desde el cocinado hasta el servicio del plato al enfermo; los jefes y encargados de cocina que velarán porque todo salga conforme a lo previsto y no haya fallos en la elaboración y servicio de los menús y, finalmente, los cocineros, pinches y el personal auxiliar que se encargan de cocinar los alimentos, de servirlos y de mantener la higiene de la cocina.

El servicio es completo. Abarca desde la adquisición de los suministros hasta la elaboración de los menús, pasando por el control de las dietas y la medición de las cantidades, el servicio de los alimentos en un plazo de tiempo correcto, la calidad de los platos



Cocina (Ferrer Arquitectos)

y su aspecto y que estos conserven su temperatura ideal hasta el momento de ser consumidos. Además, también deben cuidar el presupuesto destinado a su función y al servicio completo, teniendo en cuenta que deben dar cobertura a todos los pacientes ingresados durante todo el año sin suponer un gasto desorbitado al hospital. La profesionalidad y formación del personal implicado son las bases del éxito.

### El equipamiento habitual en los servicios de restauración hospitalaria

Además de invertir en alimentos de calidad y variados, estos servicios profesionales también lo hacen en equipos que aportan una gran productividad a la labor que realizan:

- Cocedores a vapor: para verduras, pescados, etc., que cocinan sin grasa y conservando los nutrientes y frescura de los alimentos en pocos minutos.
- Hornos mixtos de convección-vapor: tienen la ventaja de que permiten cocinar varias clases de alimentos a la vez sin mezclar sabores ni olores, lo cual facilita la preparación de muchas raciones al mismo tiempo.
- Freidoras continuas: permiten grandes producciones y programar el tiempo y la temperatura del aceite.
- Aparatos mixtos basculantes-marmitas: para ahorrar espacio, aceite, tiempo, etc.

### Autoclaves de cocción

Para evitar enfriamientos se usan armarios calientes, hornos y el baño maría. Con el fin de aumentar la productividad y la eficacia, los sistemas más habituales en la cocina hospitalaria son: cocinar-refrigerar, cocinar-congelar y cocción al vacío.

El trabajo en equipo y coordinado garantizará los buenos resultados del servicio. Por eso es imprescindible contar con una empresa profesional que utiliza un programa especial para clínicas y hospitales que gestione este servicio de manera centralizada y cualificada, que conseguirá, en base a su experiencia, coordinar al personal cualificado para que realice una buena labor en todo momento, evitando los trastornos que podría ocasionar el gestionar a un gran número de empleados que, en diferentes momentos, presentasen problemas o desencanto con su trabajo. También resulta necesario conseguir alimentos a buen precio y aprovecharlos evitando la pérdida de dinero y el desperdicio de comida, adquirir y reponer equipos de alta productividad y su mantenimiento a lo largo del tiempo, cuidar el consumo de energía, y aprovechar los espacios.

Son reglas básicas a la hora de proceder a la elaboración de los menús: mantener y registrar las temperaturas adecuadas, tener elevados controles de higiene y usar ingredientes de primera calidad. También es esencial cuidar los alimentos que puedan provocar alergias o intolerancias alimentarias. Se evitarán, en mayor medida, los alimentos crudos que son susceptibles de contener microorganismos.

### ¿Qué ventajas aporta contar con un servicio de preparación de alimentos?

Además de todas las ventajas expuestas, la colaboración de un servicio de preparación de alimentos especializado consigue una mayor variedad y selección de alimentos, mejorar los estándares, aumentar el valor nutritivo de los alimentos y ofrecer el servicio integral aunque parte del personal se ausente. Todas ellas son ventajas para el consumidor. Para llevar a buen término el trabajo, se cuenta con un plan organizado de menús, fichas técnicas de preparación y tiempos de los menús, de rendimiento y capacidad de los abastecedores de temperatura. También es importante asegurarse de que el personal esté disponible, así como contar con el material necesario y el tiempo suficiente para la preparación de los diferentes menús.

### Los pacientes y su alimentación

Presentar un menú hospitalario tiene varios objetivos, además de garantizar su correcta nutrición. La alimentación tiene como fin curar o ayudar a reforzar las defensas del enfermo y satisfacer sus necesidades nutricionales, pero además persigue romper la sensación de aislamiento del enfermo, permitiéndole participar en la elección de su menú y optar por un plato de su preferencia dentro de la oferta que su estado de salud le permite. Los alimentos se escogerán por el personal especializado en función de su coste, del coste de su elaboración, de si pueden ser preparados dentro de las instalaciones y de que permitan su distribución sin perder la calidad. Otro requisito es que se trate de alimentos aceptados por los enfermos.

### Menús personalizados, alergias y otros trastornos

Los menús hospitalarios están orientados a cada paciente y sus necesidades, hasta el punto de que, muchas veces, las dietas forman parte del tratamiento médico en aras de su recuperación. Los alimentos deben prepararse en relación al estado de salud de las personas, cuidando las cantidades de grasa, sal, azúcar y otros elementos que influyan en su organismo. Pacientes con diabetes, celíacos, hipertensos o

alérgicos deben ser tratados con especial cuidado. En otros casos, el médico determinará si un enfermo necesita una dieta especial, como por ejemplo le puede suceder a los enfermos hepatópatas o con otras alteraciones digestivas. Tampoco será la misma necesidad en cuanto a ración y valores nutricionales la de aquellos pacientes que han salido de una intervención quirúrgica o la de los que van a someterse a la misma. La alimentación hospitalaria es un asunto de cuidado que exige estar en manos de profesionales que aseguren el mejor trato y atención a los enfermos.

## Sistema de emplatado y distribución

**Emplatado:** como norma general debe hacerse siempre centralizado en Cocina y controlado por un dietista. Regla de oro: la sincronización entre el acabado (cocción) y el emplatado.

Lo importante no es la velocidad del emplatado, sino el tiempo transcurrido desde que el producto sale del fuego hasta que sea ingerido por el enfermo,

Es, por tanto, preferible un emplatado más lento pero sin tiempos de espera entre producción y emplatado.

### Distribución:

1. Cadena caliente (dos posibilidades):
  - Con emplatados en office de plantas (sistema tradicional).
  - Con emplatado centralizado en cocina, la temperatura se conserva:
    - \* Mediante plato normal y carro caliente.
    - \* Mediante plato normal y carro mixto (caliente neutro).
    - \* Mediante termo-plato y carro neutro.
    - \* Mediante bandeja isotérmica y carro neutro.



Bandeja Isotérmica (Grupo Crisol)

2. La cadena fría como sistema de distribución:

Los alimentos subirán fríos y se regenerarán en plantas (en los offices, en los pasillos o en la propia habitación del enfermo -microondas-). Dado que los cambios de temperatura no favorecen la calidad del producto, en principio debe prevalecer la distribución en caliente (más calidad y menor coste).

## Lavado de vajillas y bandejas

1. El personal de planta introduce las bandejas vacías en los carros y las bajas a cocina.
2. El personal de cocina efectúa el lavado en un lavavajillas adecuado.

El lavado centralizado nos permite:

1. Calidad de Limpieza.
2. Garantía de higiene (aclorado a 90 °).
3. Ahorro considerable de coste.

## Higiene de la cocina

Los suelos y superficies se limpiarán después de cada turno de comidas, y siempre que sea preciso. Con lejía al 5% diluida al 1/100.

## Higiene del material y utensilios

- Mesas de trabajo: se limpiarán, después de cada uso, con papel desechable. Posteriormente, se desinfectarán con un paño limpio impregnado en agua clorada (lejía 5% diluida al 1/100).
- Utensilios (vajillas, cubiertos, batidoras, etc.): lavado con abundante agua caliente y detergente; y enjuagado a chorro con abundante agua caliente (temperatura igual o mayor a 76° C).
- Máquinas lavavajillas, tren de lavado: limpieza y secado después de su utilización, según las indicaciones del fabricante y revisando especialmente:
  - La permeabilidad de los conductos del agua cada día.
  - La limpieza diaria de los filtros.
  - La limpieza de las cortinas de plástico para evitar acumulación de suciedad.
  - El control de la temperatura en cada procedimiento.
- Cinta de emplatado: se limpiará antes y después de su utilización, haciendo especial esfuerzo en las zonas en las que ha habido derrame de alimentos en la distribución, para evitar plagas.
- Tablas de cortar: deberán ser de cualquier material no poroso, plástico duro o mármol, que permitan la limpieza fácil. Se limpiarán con agua caliente y detergente, enjuagándose a chorro en abundante agua caliente (76° C).
- Carros de baño María: limpieza y secado de los mismos después de su utilización.
- Carros de comidas: se limpiarán, después de servir cada comida, con papel desechable y se desinfectarán con un paño limpio humedecido con agua clorada, secándose con un paño limpio y seco.



Carros de Comidas (El Mundo).

- Vitrinas de protección: limpieza diaria con papel desechable y desinfección con un paño humedecido con agua clorada (lejía 5% diluida al 1/100).
- Neveras: limpieza semanal, vaciándolas previamente, con agua con bicarbonato. Controles según cronograma de hostelería.
- Congeladores: se vaciarán y descongelarán y se limpiarán con agua con bicarbonato cada 2-3 meses, si no se precisara antes por derrames de alimentos o exceso de hielo, aprovechando un momento en que haya pocos alimentos congelados y puedan trasladarse a otra cámara.
- Plancha: limpieza con productos desengrasantes.
- Fogones, hornos y mostradores: limpieza tras su utilización con los productos que seleccione Hostelería, conjuntamente con Medicina Preventiva.
- Las marmitas no podrán contener ningún alimento tras finalizar la jornada.
- El baño María se rellena sin haber vaciado el resto del anterior y sin limpiarlo de la actividad del día anterior. Los carros de baño María se limpiarán y secarán al final de su utilización.
- El personal deberá lavarse las manos después de utilizar el servicio, de limpiarse la nariz, de peinarse, etc.
- No se podrán preparar salsas ni postres con huevo crudo, debiendo presentar mayonesas comerciales.

El servicio de Medicina Preventiva realiza los controles alimentarios para comprobar la idoneidad de los productos elaborados en cocina

## RESULTADO

La cocina o restauración hospitalaria tiene un objetivo claro: conseguir que el paciente se recupere antes y mejor de su enfermedad. Tan importante como los ingredientes utilizados en la elaboración de los platos, es el método de elaboración y el cuidado escrupuloso para tratar que los alimentos conserven al máximo sus nutrientes, al mismo tiempo que resulten apetitosos.

Por todo ello, es imprescindible diseñar, implementar, verificar y evaluar los requisitos reglamentarios de los sistemas de autocontrol, demostrar su conformidad con los requisitos legales y reglamentarios aplicables en materia de higiene e inocuidad de los alimentos.

### Olvidos más frecuentes debidos a la rutina

- No se puede fumar durante la elaboración de alimentos.
- No se puede comer chicle durante la elaboración de alimentos.
- Evitar toser en dicha zona.
- No se deben probar los alimentos cocinados sin cubiertos y éstos se limpiarán posteriormente antes de reutilizarlos.

## CONCLUSIONES

El principal objetivo de una dieta de cocina hospitalaria es el valor nutricional sin excluir ni renunciar a otros como los gastronómicos, culturales etc....

La seguridad alimentaria resulta asegurada con la implantación actual que poseemos de certificación de calidad ISO 9001/2008, el sistema de autocontrol APPCC (Análisis de Procesos y Puntos de Control Críticos) y la formación continuada de todo el personal implicado.

La cocina hospitalaria o, como más nos gusta denominar, el "Servicio de Alimentación" es el responsable de la alimentación de los pacientes-usuarios del hospital, atendiendo siempre los compromisos nutricionales, gastronómicos e higiénicos.

Para llevar a cabo tal responsabilidad tenemos una plantilla de mujeres y hombres que realizan sus tareas en las instalaciones adecuadas para tal fin.

## CONCLUSIONS

*The main objective of a hospital diet is the nutritional value without forgetting the cultural or gastronomic aspect.*

*The food safety is guaranteed by the quality certification ISO 9001/2008, the auto control system APPCC (Process analysis and critical point of control) and the continues us training of the full staff.*

*The food service is the responsible of the patient is feeding, taking always into account nutritional, gastronomic hygienic aspects...*

*To carry out this responsibility we count with a team of workers who work in specialised installations.*

## BIBLIOGRAFÍA

- Francisco Javier Guelbenzu Morte y Pedro Luis Dueñas Álvarez. Organización de cocina y alimentación en centros sanitarios. Madrid: Instituto Nacional de la Salud; 1990.
- Dra. Gloria Mato Chaín. Guía de higiene hospitalaria. España: Math printer; 2004.

**¡Este es tu año!**

**OPOSICIONES**

**2017**

**Una plaza  
te espera**



**Ahora es el momento  
de emprender una carrera  
profesional en la  
Administración Pública**

*Te ofrecemos el mejor material  
para superar con éxito  
las pruebas selectivas:*

**Cuerpos de Seguridad**

**Servicios de Salud**

**Comunidades Autónomas**

**Corporaciones Locales**

**Administración del Estado**

**Temarios Generales**

**Rodio**

*Formación para el empleo*



[www.temariosoposiciones.com](http://www.temariosoposiciones.com)