

ARTICULO ORIGINAL / ORIGINAL ARTICLE

Evaluación de las prácticas de higiene y su impacto en la prevención de enfermedades transmitidas por alimentos en restaurantes de Panamá

Evaluation of Hygiene Practices and Their Impact on the Prevention of Foodborne Illness in Panamanian Restaurants

Shasira de Gracia*, Ayitbell Menotti, John Smith Morris, Diana C. Rodríguez J., Jorge L. Valencia S., Brenda Mulá, Betzabé González, Dianeliz Gil, Esteban Ureña

Fundación Social Educativa y Cultural del Claustro Gómez, Panamá.

Article history:

Received November 08, 2023
Received in revised form
November 08, 2023
Accepted November 19, 2023
Available online
February 10, 2024

* Corresponding author:

Shasira de Gracia
Electronic mail address:
academica@claustrogomez.org
ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-1490-4073>

Author history:

Contribución original de expertos en ciencias naturales, exactas y de la salud, proveniente del cuerpo estudiante del Diplomado en Salud Pública y Epidemiología ofrecido por el Instituto de Altos Estudios de Ciencias de la Salud de la Fundación Social Educativa y Cultural del Claustro Gómez.

RESUMEN

Los manipuladores de alimentos deben conocer varios métodos de prevención para minimizar los riesgos potenciales. La higiene es una de las formas más importantes de prevención del procesamiento de alimentos. La higiene en la manipulación de alimentos se refiere a diversos aspectos entre ellos: salud, adecuada higiene personal, vestimenta de trabajo y prácticas de higiene directamente relacionadas con los alimentos. Los microorganismos suelen transmitirse a través de la boca, las manos, las membranas mucosas y los intestinos. Por eso la higiene personal es tan importante a la hora de ir a trabajar. Esta higiene incluye, como mínimo, ducharse con agua y jabón, cepillarse el cabello, cepillarse los dientes y limpiar y cortar las uñas. Las enfermedades transmitidas por los alimentos (ETA) constituyen un importante problema de salud a nivel mundial. Son provocados por el consumo de agua o alimentos contaminados con microorganismos o parásitos, o bien por sustancias tóxicas que aquellos producen. La preparación y manipulación de los alimentos son factores clave en el desarrollo de estas enfermedades, por lo que la actitud de los consumidores resulta muy importante para prevenirlas. De hecho, las estadísticas indican que prácticamente el 40% de los brotes de ETA reportados ocurren en el hogar. Enfermedades transmitidas por el agua y alimentos en Panamá: 1. Diarrea, 2. Hepatitis A, 3. Fiebre tifoidea: los sistemas de distribución de agua no siempre son seguros), 4. Listeriosis: cuidar la higiene y preparación en el consumo de quesos y lácteos, 5. Brucelosis: principal agente de *Brucella* y *B. suis* y 6. Cisticercosis: distribuida principalmente en el centro del país (provincia de Herrera y Veraguas).

Palabras clave: Alimentos, Manipulación, Higiene, Preparación de comidas

ABSTRACT

Food handlers must be familiar with various prevention methods to minimize potential risks. Hygiene is one of the most important forms of food processing prevention. Hygiene in food handling refers to various aspects, including health, proper personal hygiene, work attire, and hygiene practices directly related to food. Microorganisms are often transmitted through the mouth, hands, mucous membranes, and intestines. That's why personal hygiene is crucial when going to work. This hygiene includes, at a minimum, showering with water and soap, brushing hair, brushing teeth, and cleaning and trimming nails. Foodborne diseases (FBD) constitute a significant global health problem. They are caused by the consumption of water or food contaminated with microorganisms or parasites, or by toxic substances produced by them. The preparation and handling of food are key factors in the development of these diseases, making consumer attitudes crucial for prevention. In fact, statistics indicate that nearly 40% of reported FBD outbreaks occur at home. Water and foodborne diseases in Panama include: 1. Diarrhea, 2. Hepatitis A, 3. Typhoid fever: water distribution systems are not always safe, 4. Listeriosis: careful

hygiene and preparation in the consumption of cheeses and dairy products, 5. Brucellosis: the main agents are *Brucella* and *B. suis*, y 6. Cysticercosis: primarily distributed in the central part of the country (Herrera and Veraguas provinces).

Keywords: Foods, Handling, Hygiene, Meal Preparation

RESUMO

Os manipuladores de alimentos devem estar cientes de vários métodos de prevenção para minimizar os riscos potenciais. A higiene é uma das formas mais importantes de prevenção no processamento de alimentos. A higiene na manipulação de alimentos refere-se a vários aspectos, incluindo saúde, higiene pessoal adequada, vestimenta de trabalho e práticas de higiene diretamente relacionadas aos alimentos. Os microorganismos geralmente são transmitidos pela boca, mãos, membranas mucosas e intestinos. Por isso, a higiene pessoal é tão importante na hora de ir trabalhar. Essa higiene inclui, no mínimo, tomar banho com água e sabão, pentear o cabelo, escovar os dentes e limpar e cortar as unhas. As doenças transmitidas por alimentos (DTA) constituem um importante problema de saúde global. Elas são causadas pelo consumo de água ou alimentos contaminados com microorganismos ou parasitas, ou por substâncias tóxicas que eles produzem. A preparação e manipulação dos alimentos são fatores-chave no desenvolvimento dessas doenças, tornando a atitude dos consumidores crucial para preveni-las. Na verdade, as estatísticas indicam que quase 40% dos surtos de DTA relatados ocorrem em casa. Doenças transmitidas por água e alimentos no Panamá: 1. Diarreia, 2. Hepatite A, 3. Febre tifoide: os sistemas de distribuição de água nem sempre são seguros, 4. Listeriose: cuidado com a higiene e preparação no consumo de queijos e laticínios, 5. Brucelose: principal agente é a *Brucella* e *B. suis*, y 6. Cisticercose: distribuída principalmente no centro do país (províncias de Herrera e Veraguas).

Palavras chave: Alimentos, Manipulação, Higiene, Preparação de Refeições, Restaurantes

INTRODUCCIÓN

El cuerpo humano es una de las principales fuentes de contaminación de los alimentos. Por naturaleza, los humanos estamos constantemente expuestos a diversos tipos de bacterias que pueden transferirse a los alimentos si no se manipulan adecuadamente. La Organización Mundial de la Salud plantea que la mayoría de las contaminaciones de alimentos que generan enfermedades transmitidas por alimentos ocurren por problemas sanitarios y de manipulación, dentro del hogar y en sitios en donde se elaboran para la venta.

Los alimentos corren el riesgo de contaminación durante el proceso de producción, almacenamiento y consumo, y pueden llegar a producir enfermedades transmitidas por alimentos, las cuales constituyen un problema importante de salud pública. Las buenas prácticas de higiene y cuidado personal por parte de los manipuladores de alimentos son esenciales para evitar la contaminación cruzada y prevenir la propagación de virus y otras enfermedades transmitidas por los alimentos.

Toda empresa o sector de la industria alimentaria tiene la obligación de concienciar a los manipuladores de alimentos sobre las buenas prácticas de cuidado e higiene personal y aumentar su conciencia sobre la importancia de su trabajo.

Los riesgos de prácticas inadecuadas de higiene personal en los establecimientos de alimentación pueden tener graves consecuencias para la salud de los consumidores.

Los empleados que trabajen con alimentos en cualquier etapa de su producción, distribución o comercialización deben prestar especial atención a la higiene y la salud personal, ya que son responsables de mantener la seguridad alimentaria y garantizar el bienestar de los consumidores. El aspecto personal y la higiene de los manipuladores de alimentos deberán ser impecables en todo momento. Es importante lavarse con frecuencia y mantener el cabello, las manos y las uñas limpios y bien cuidados. Esto es necesario porque la suciedad y las bacterias tienden a acumularse debajo de las uñas, en la piel y entre el cabello.

Una buena higiene personal de los manipuladores de alimentos puede reducir el riesgo de propagación y contaminación de bacterias y virus durante la manipulación de alimentos. Por lo tanto, los manipuladores de alimentos siempre deben estar bien arreglados y presentados en el trabajo.

Objetivo

Evaluar o identificar las malas prácticas de higiene en restaurantes y su impacto en las ETA.

METODOLOGÍA

Se realizará una investigación cualitativa que nos permitirá la investigación de documentos narrativos y descriptivos en donde se mencionan los resultados de los datos obtenidos de la investigación previa.

RESULTADOS

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura y Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud Washington, D.C., 2017 Las enfermedades transmitidas por alimentos (ETA) son uno de los problemas de salud pública más comunes en la vida diaria de las personas. La causa de las ETA puede ocurrir en diferentes etapas de la cadena alimentaria, desde la producción primaria hasta la mesa.

Independientemente de la fuente de contaminación, cuando este alimento llega a los consumidores tiene consecuencias para la salud pública y graves daños económicos a las instituciones involucradas en su preparación y distribución. Ambos acontecimientos pueden provocar pérdida de confianza y fracaso empresarial. Afortunadamente, las medidas para evitar la contaminación de los alimentos son sencillas y pueden ser aplicadas por cualquier persona que manipule alimentos aprendiendo reglas sencillas de higiene.

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura realiza una guía con el objetivo de dotar a los manipuladores de alimentos, de los conocimientos necesarios para que les resulte más fácil aplicar las correctas instrucciones en su trabajo diario. Sumado a lo anterior, tiene como objetivo brindar información básica sobre seguridad alimentaria para que los países de América Latina y el Caribe (ALC) puedan adaptar los conocimientos expresados en la guía a las necesidades específicas de cada país.

(Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, 2017).

Los manipuladores de alimentos son aquellos que manipulan directamente alimentos envasados o sin envasar, equipos alimentarios y recipientes o superficies que entran en contacto con los alimentos y que, por tanto, están sujetos a requisitos de higiene alimentaria. Manipular alimentos es algo que hacemos todos los días, independientemente de nuestro trabajo. O como profesional de la alimentación en nuestro hogar, o como operario de una fábrica de alimentos. Por ello, hay muchas personas que pueden contribuir con su esfuerzo y trabajo diario a que los alimentos que ingerimos sean saludables y así podamos evitar a toda costa los peligros de las ETA.

Según el autor Reinier Ayola (2023) El aspecto personal y la higiene de los manipuladores de alimentos deberán ser impecables en todo momento. Es importante lavarse con frecuencia y mantener el cabello, las manos y las uñas limpios y bien cuidados. Esto es necesario porque la suciedad y las bacterias tienden a acumularse debajo de las uñas, en la piel y entre el cabello. Una buena higiene personal de los manipuladores de alimentos puede reducir el riesgo de propagación y contaminación de bacterias y virus durante la manipulación de alimentos. Por lo tanto, los manipuladores de alimentos siempre deben estar bien arreglados y presentables en el trabajo. Es importante que los tenderos recuerden las siguientes pautas:

- No use joyas.
- Pueden fomentar la acumulación de bacterias y dificultar el lavado adecuado de las manos.
- No utilice lociones ni perfumes ya que la comida absorberá el aroma.
- Las uñas siempre deben estar cortas, limpias y sin pulir.
- Lávese las manos frecuentemente con abundante agua y jabón.

También los autores Carrasco, M. Et all, estudian la necesidad de proporcionar a los consumidores alimentos seguros y nutritivos que satisfagan sus necesidades rápidamente significa que cada vez más consumidores recurren a los mercados, restaurantes o mercados de agricultores. Por lo tanto, el funcionamiento normal de estas instalaciones es supervisado por las autoridades, como el Ministerio de Salud, que es responsable de las instalaciones, y el municipio, que es responsable de su funcionamiento. Los resultados muestran que las personas, independientemente del género y la edad, realizan esta actividad y tienen la responsabilidad de proporcionar a los consumidores alimentos saludables.

Para ello, se les capacita para que puedan desarrollar prácticas sobre cómo manipular y almacenar materias primas y cocinar adecuadamente. Se espera que el cumplimiento de las BPF reduzca el riesgo de ETA en los grupos de alimentos preparados. En general, las respuestas correctas en la evaluación de conocimientos de BPM se completan después de la capacitación y dos meses después, lo que permite a los gerentes que participan en la capacitación obtener cierta comprensión del tema y retenerlo durante mucho tiempo.

Sin embargo, hay algunas habilidades que requieren más atención para reforzarse en el entrenamiento. En la evaluación posterior a la capacitación, las preguntas con una tasa de respuesta correcta cercana o inferior al 80% pueden considerarse preguntas críticas. Es importante entender cómo se produce la contaminación cruzada, ya que la falta de conocimiento puede conducir a la contaminación de los alimentos con microorganismos patógenos a través de los alimentos, utensilios y superficies, facilitando así la propuesta de un acuerdo de libre comercio. Además, entender su papel como manipulador de alimentos y entender qué es una ETA son dos conceptos sumamente importantes. Las enfermedades transmitidas por los alimentos (ETA) son un problema que debe ser considerado

en un ámbito de carácter social, tecnológico, económico, cultural y político. Por ser un problema recurrente en los países en vías de desarrollo, las autoridades e instancias gubernamentales y otras instituciones afines, tanto en sector público como privado deberían dirigir campañas de vigilancias y asistencia continua a fin de prevenir o corregir situaciones que puedan ser muy peligrosas y que puedan afectar adversamente la salud de la población. Es necesario solucionar estos problemas que en muchos casos se pueden volver endémicos y que sin duda tienen una influencia negativa en el desarrollo socio económico y un impacto directo sobre la salud de la población.

Diez restaurantes en el área de Colón, donde se evaluarán las diferentes BPM:

- Manipuladores (indumentaria correcta, carne de salud, carné de manipuladores, lavado de manos)
- Procedimientos de limpieza y desinfección en equipos de restaurantes
- Conservación de alimentos cocidos y crudos
- Manejo inadecuado de control de plagas

DISCUSIÓN

La higiene de los alimentos tiene como objetivo mantener la seguridad alimentaria además de las propiedades sensoriales. Además, la higiene es fundamental para los manipuladores de alimentos. Si las condiciones son las adecuadas, las bacterias tienden a multiplicarse sin control, muchas de las cuales son perjudiciales para los consumidores. Las causas más probables de la contaminación de los alimentos son la aplicación inadecuada de las normas a lo largo de la cadena alimentaria y la falta de prácticas adecuadas de higiene de los alimentos por parte de los manipuladores de alimentos. En este sentido, los procesadores de alimentos deben ser conscientes de cómo manejar adecuadamente estos aspectos. Por muy buena que sea la higiene

personal de los manipuladores de alimentos, no es suficiente. Debe adaptarse al desarrollo de sus actividades laborales.

Por ello, además de los hábitos de limpieza personal, se deben considerar otros elementos de higiene alimentaria para evitar que las intoxicaciones alimentarias estén en el punto de mira. Según la Organización Panamericana de la Salud, una buena manipulación higiénica de los alimentos debe utilizarse en primer lugar como una actitud responsable y la forma más segura de evitar que los consumidores enfermen.

Sin embargo, existen normas sanitarias para que los establecimientos garanticen el cumplimiento de las normas de manipulación higiénica de los alimentos. Para las empresas que producen, preparan o distribuyen alimentos, estas normas se refieren al cumplimiento de las llamadas buenas prácticas de fabricación, que deben entenderse como precauciones simples y aplicadas periódicamente.

Para los comerciantes, estas normas establecen los requisitos para la profesión de procesamiento de alimentos, incluido el requisito de completar un curso de manipulación higiénica de alimentos. Aprender y poner en práctica conocimientos sobre la prevención de enfermedades provocadas por una manipulación inadecuada de los alimentos durante la cocción no sólo ayudará al gerente a evitar estas enfermedades, sino que también evitará que tire los alimentos por deterioro o deterioro. Las ETA constituyen un importante problema de salud pública debido al incremento en su ocurrencia, el surgimiento de nuevas formas de transmisión, la aparición de grupos poblacionales vulnerables, el aumento de la resistencia de los patógenos a los compuestos antimicrobianos y el impacto socioeconómico que ocasionan. La incidencia de estas enfermedades es un indicador directo de la calidad higiénico-sanitaria de los alimentos, y se ha demostrado que la contaminación de éstos puede ocurrir durante su procesamiento o por el empleo de materia prima contaminada, pues algunas bacterias patógenas para el hombre forman parte de la flora normal de aves, cerdos y ganado. La detección y la

investigación de los brotes de ETA constituyen uno de los principales retos para el Sistema de Salud Pública, pues requiere obtener, de manera oportuna y eficaz, información médica (datos personales, síntomas).

CONCLUSIÓN

Mantenerse saludable es esencial en cualquier tipo de trabajo, pero es especialmente importante cuando se trabaja con alimentos, ya que las enfermedades infecciosas pueden transmitirse a los consumidores a través de los alimentos que se manipulan.

Las causas más probables de la contaminación de los alimentos son la aplicación inadecuada de las normas a lo largo de la cadena alimentaria y la falta de prácticas adecuadas de higiene de los alimentos por parte de los manipuladores de alimentos.

Las medidas para evitar la contaminación de los alimentos son muy sencillas y pueden ser aplicadas por cualquier persona que manipule los alimentos, aprendiendo simples reglas para su manejo higiénico, para ello, se recomienda el reforzamiento de programas de capacitación para los manipuladores de alimentos, el fortalecimiento de los sistemas de inspección y vigilancia, y la aplicación de sanciones a los establecimientos que incumplan las normas sanitarias.

Las enfermedades transmitidas por los alimentos (ETA) son uno de los problemas de salud pública que se presentan con más frecuencia en la vida cotidiana de la población.

El estudio "Evaluación de las prácticas de higiene y su impacto en la prevención de enfermedades transmitidas por alimentos en restaurantes de Panamá" evaluó el cumplimiento de las buenas prácticas de higiene (BPH) en restaurantes de la ciudad de Panamá. Los resultados del estudio sugieren que la mejora de las prácticas de higiene en los restaurantes de Panamá podría contribuir a

reducir la incidencia de enfermedades transmitidas por alimentos.

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no mantiene conflicto de interés que puedan afectar los resultados y conclusiones presentadas en este artículo.

REFERENCIAS

1. Ayola, R. (2023). Importancia del aseo e higiene personal en manipuladores de alimentos. Recuperado el 09 de noviembre de 2023, de file:///D:/Downloads/Importancia%20del%20aseo%20e%20higiene%20personal%20en%20manipuladores%20de%20alimentos.pdf
2. Carrasco, M., Guevara, B., & Falcón, N. (2013). Conocimientos y buenas prácticas de manufactura en personas dedicadas a la elaboración y expendio de alimentos preparados, en el distrito de Los Olivos, Lima Perú. Recuperado el 09 de noviembre de 2023, de file:///D:/Downloads/document.pdf
3. Martínez, C. (2014). Higiene y seguridad para la manipulación de alimentos. Recuperado el 09 de noviembre de 2023, de file:///D:/Downloads/9788490770177.pdf
4. Ministerio de salud dirección general de salud pública. (mayo de 2011). Capacitación en higiene para manipuladores de alimentos guía metodológica y práctica. Recuperado el 09 de noviembre de 2023, de file:///D:/Downloads/Guia_Cap_Manipuladores_Alimentos-guia_Metdol.pdf
5. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2017). Manual para manipuladores de alimentos. Recuperado el 09 de noviembre de 2023, de file:///D:/Downloads/i7321s.pdf
6. Rangel, A. (2023). Evaluación de las prácticas de higiene en restaurantes de Panamá y su impacto en la prevención de enfermedades transmitidas por alimentos. Recuperado el 09 de noviembre de 2023, de file:///D:/Downloads/Evaluación%20de%20las%20prácticas%20de%20higiene%20.pdf
7. Ministerio de Salud de Panamá (2023) guía metodológica y práctica, para la capacitación en higiene para manipuladores de alimentos en Panamá.
8. Instituto Nacional de Salud. Sistema de Vigilancia Epidemiológica (SIVIGILA). Colombia, 2007. Fecha de consulta: 13 de febrero de 2008. Disponible en: <http://www.ins.gov.co>



AMESalud

Mexican Academy of Health Education A.C.

Membership: Our commitment is to keep professionals and students in training updated in this constantly evolving area. If you are interested

in being part of our community and accessing exclusive benefits. The first step is to obtain your membership. Join us and stay up to date with advances in health education.

MEMBERSHIP SUBSCRIPTION IS FREE.

Request your membership to the <https://forms.gle/kVYBYRdRnYZff14y9>

