

Curso de Manipulador de Alimentos

Formación completa para manipuladores de alimentos

INSTRUCCIONES

Para comenzar, lee el siguiente CURSO COMPLETO, accede al **EXAMEN ONLINE** y tras aprobar, guárdalo con tus datos para solicitar tu Certificado + Carnet

El certificado emitido por nuestra entidad cumple la normativa vigente según lo establecido en el Real Decreto 109/2010 y el Reglamento Europeo 852/2004

1. Introducción a la Manipulación de Alimentos

Conceptos básicos sobre la manipulación segura de alimentos, importancia de la higiene alimentaria y normativa aplicable.

Manipulador de Alimentos: Definición

Se define como toda aquella persona que, por su actividad laboral, tiene contacto directo con los alimentos durante su preparación, fabricación, transformación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte, distribución, venta, suministro y servicio.

Deberes de las empresas

Según el Reglamento CE 852/2004, las empresas, a través de sus Planes Formativos, deben asegurarse que los manipuladores de alimentos reciban una formación continuada y periódica en materia de Higiene Alimentaria.

Deberes de los manipuladores de alimentos

- Respetar y proteger la salud de los consumidores mediante una manipulación cuidadosa de los alimentos.
- Adquirir conocimientos sobre prácticas correctas de higiene.
- Acreditar documentalmente su Certificado de Formación.

Importancia de la Normativa

La formación en manipulación de alimentos está regulada por normativas europeas y nacionales que garantizan la seguridad alimentaria. Es fundamental conocer y aplicar estas normativas para proteger la salud de los consumidores.

2. Peligros Alimentarios

Tipos de peligros: biológicos, químicos y físicos. Contaminación cruzada y medidas preventivas.

Tipos de Contaminación

Contaminación Biológica

Bacterias, virus, parásitos y hongos que pueden multiplicarse en los alimentos.

Contaminación Química

Sustancias químicas como pesticidas, productos de limpieza o metales pesados.

Contaminación Física

Objetos extraños como vidrios, piedras, pelos o fragmentos metálicos.

La Contaminación Cruzada

La Contaminación Cruzada: Se produce cuando los alimentos entran en contacto directo con sustancias nocivas para la salud debido a una manipulación inadecuada, como es el caso de la contaminación por contacto directo con otros alimentos crudos, contaminados o con alérgenos, o por el simple hecho de compartir utensilios o superficies de trabajo.

Medidas Preventivas

- Separar alimentos crudos de los cocinados
- Usar utensilios y tablas de cortar diferentes
- Mantener una correcta higiene de manos
- Lavar y desinfectar las superficies de trabajo
- Almacenar correctamente los alimentos

Tipos de Alimentos

Alimento Inocuo

Garantiza ausencia de factores perjudiciales

Alimento Contaminado

Contiene sustancias o microorganismos nocivos

Alimento Perecedero

Requiere condiciones especiales de conservación

Alimento Alterado

Ha sufrido variaciones en sus características

Control de Temperatura

Importante: La temperatura es el factor más importante a controlar en la cadena alimenticia de los alimentos.

- Por encima de los 70 °C la mayoría de microorganismos mueren
- Por debajo de 5 °C se inactivan y permanecen latentes
- Entre 5 °C y 65 °C: Zona de peligro donde los microorganismos se multiplican rápidamente

3. Higiene Personal

Normas de higiene personal, uso de ropa de trabajo, lavado de manos y hábitos higiénicos.

Lavado de Manos

Es fundamental la limpieza regular de las manos, que deberá realizarse de forma correcta, con agua y jabón líquido abundante, usando un cepillo de uñas y secando con papel de un solo uso.

¿Cuándo lavarse las manos?

- Antes de comenzar cada jornada laboral
- Tras las pausas
- Al cambiar de tarea
- Después de tocar alimentos crudos
- Al realizar tareas de limpieza
- Al salir del baño
- Tras toser o estornudar
- Después de tocar dinero o animales

Normas Básicas de Higiene

- Se debe evitar, en la medida de lo posible, tocar cualquier tipo de alimento con las manos, se recomienda usar siempre pinzas, tenacillas o cucharas.
- La ropa ha de ser de color claro, de muda diaria y procurar que sea de uso exclusivo para el trabajo (incluidos los zapatos).
- Se deben usar gorros, cubrecabezas y mascarillas en el caso de tener barba.

- Mantener las uñas cortas y limpias
- No llevar joyas, relojes ni maquillaje excesivo
- Evitar tocarse la cara, nariz, boca u orejas durante la manipulación

¿Cómo actuar en caso de enfermedad?

En caso de notar cualquier indicio de enfermedad no se deben manipular alimentos. Y ante la aparición de los primeros síntomas, el personal manipulador de alimentos deberá comunicarlo inmediatamente a su responsable y acudir al médico de cabecera.

4. Limpieza y Desinfección

Procedimientos de limpieza, desinfección y sanitización de instalaciones y equipos.

Conceptos Clave

- **LIMPIEZA:** Eliminación de la suciedad y restos orgánicos mediante agua y detergentes.
- **DESINFECCIÓN:** Consiste en eliminar las bacterias que no vemos. Siempre se realiza después de la limpieza y sólo se usarán desinfectantes debidamente autorizados.
- **SANITIZACIÓN:** Proceso que reduce el número de microorganismos a niveles seguros.

Normas Generales

- Se efectuará únicamente cuando no se estén manipulando alimentos
- Usar métodos apropiados y productos autorizados
- Realizar inspecciones diarias de las condiciones higiénico-sanitarias
- Las instalaciones serán de fácil desinfección y limpieza, con paredes lisas, impermeables y de color claro
- Los equipos han de ser desmontables para facilitar su limpieza
- La iluminación, ventilación, tomas de agua y desagües deberán ser adecuados

Materiales y Superficies

- Superficies y útiles serán de materiales lisos, lavables y no tóxicos
- Las tablas de cortar deben ser de polipropileno (nunca de madera)
- Los suelos deben ser impermeables, antideslizantes
- Lavamanos de agua fría / caliente
- Secado de mesas con paño de un solo uso

Cámaras Frigoríficas

- La limpieza se hará en ausencia completa de alimentos
- Evitar la luz solar y el acceso de insectos y roedores
- Disponer de termómetro de fácil lectura
- No sobrecargarlas para evitar deficiente circulación del aire
- Los almacenes han de tener palets (no de madera) que permitan aislar los alimentos del suelo al menos 10 cm
- Prohibido barrer en seco

5. Conservación de Alimentos

Técnicas de conservación, temperaturas de almacenamiento, cadena de frío y rotación de productos.

Control de Temperatura

- Temperatura ambiental de trabajo, entre los 22° y 25 °C
- Para alejarnos de la zona de peligro, debemos mantener las comidas bien en la zona fría (<10° C) o en la zona caliente (>65° C)
- No descongelar nunca a temperatura ambiente, siempre en cámara de refrigeración
- Los alimentos elaborados se situarán separados de los alimentos crudos
- Etiquetar las comidas con su fecha de elaboración

Transporte y Almacenamiento

Temperaturas de conservación en transporte

- **Congelados:** < -18°C
- **Refrigerados:** Entre 0°C y 8°C, según producto
- Pescado y marisco: 0-3°C
- Comidas refrigeradas: 0-4°C
- Carnes y productos cárnicos: 0-7°C
- Productos lácteos: 0-8°C

Normas Especiales

- Los helados son muy sensibles, habrán de conservar los -18° C. Si presentan descongelación parcial, deben ser rechazados (prohibido volver a congelarlos)
- En la preparación de mayonesas y salsas, se sustituirá el huevo por ovoproductos pasterizados. Está PROHIBIDO elaborar mayonesas con huevos frescos
- Los platos o salsas elaborados con mayonesa serán mantenidos en refrigeración (4 °C) hasta el momento de su consumo y desechados a las 24 horas de su elaboración
- Las verduras dirigidas a consumo en crudo se desinfectarán usando lejía de uso alimentario

Tipos de conservación

Mediante calor, frío, deshidratación, por irradiación, envasado o mediante el uso de aditivos.

6. Alérgenos Alimentarios

Identificación de alérgenos, etiquetado, prevención de contaminación cruzada.

Normativa Europea de Alérgenos

En el año 2014 entró en vigor el Reglamento Europeo 1169/2011, que regula la información que se le proporcionará al consumidor en materia de etiquetado y productos o sustancias susceptibles de causar alergias o intolerancias alimentarias.

Los 14 Alérgenos de Declaración Obligatoria

1. Cereales que contengan gluten (trigo, centeno, cebada, avena)

2. Frutos de cáscara (almendras, nueces, avellanas)

3. Cacahuetes y productos a base de cacahuetes

4. Altramuces y productos a base de altramuces

5. Granos de sésamo y productos a base de sésamo

6. Soja y productos a base de soja

7. Mostaza y productos derivados

8. Apio y productos derivados

9. Huevos y productos a base de huevo

10. Leche y sus derivados

11. Pescado y productos a base de pescado

12. Moluscos y productos a base de moluscos

13. Crustáceos y productos a base de crustáceos

14. Dióxido de azufre y sulfitos

La Prevención de Riesgos Alimentarios relacionados con los Alérgenos implica una gestión adecuada del suministro y almacenaje de los alimentos, adecuar los procesos de trabajo con el fin de prevenir las contaminaciones cruzadas e informar adecuadamente a los consumidores.

Manipulador de Alimentos



7. Sistema APPCC

CONTENIDO DEL CURSO

[1. Introducción](#) [2. Peligros](#) [3. Higiene](#) [4. Limpieza](#) [5. Conservación](#)

[6. Alérgenos](#) [7. APPCC](#) [8. Legislación](#) [EXAMEN ONLINE](#) [DESCARGAR PDF](#)

establecerse Medidas Preventivas y garantizar que los riesgos para la salud han sido eliminados o reducidos a unos niveles aceptables.

Principios del APPCC

1. Identificar los peligros
2. Determinar los Puntos de Control Crítico (PCC)
3. Establecer los límites críticos
4. Establecer un sistema de vigilancia de los PCC
5. Establecer las medidas correctoras
6. Establecer un sistema de verificación
7. Crear un sistema de documentación

El APPCC es obligatorio en todas las empresas alimentarias y constituye la base del sistema de control oficial de seguridad alimentaria.

8. Legislación Alimentaria

Marco legal, normativas europeas y nacionales, responsabilidades del manipulador.

Normativa Europea

- **Reglamento CE 852/2004:** Higiene de los productos alimenticios
- **Reglamento UE 1169/2011:** Información alimentaria al consumidor
- **Reglamento CE 183/2005:** Requisitos de higiene de los piensos

Normativa Nacional

- **Real Decreto 109/2010:** Modificación de reales decretos en materia sanitaria
- **Ley 17/2011:** Seguridad alimentaria y nutrición
- **Código Alimentario Español:** Normativa nacional aplicable

Responsabilidades del Manipulador

- Garantizar la seguridad alimentaria
- Cumplir con las normas de higiene
- Comunicar cualquier incidencia
- Mantener la formación actualizada
- Colaborar con las inspecciones sanitarias

En caso de inspección, esta formación deberá ser acreditada mediante el correspondiente Certificado o Carné de Manipulación de Productos Alimenticios.

Manual PDF Completo

Descarga el manual completo del curso en formato PDF

[Descargar PDF](#)

[Realizar Examen](#)

¿Listo para realizar el Examen?

Accede al examen online gratuito y obtén tu certificado oficial

[Realizar Examen Ahora](#)

Normativa Aplicable

- Real Decreto 109/2010
- Reglamento CE 852/2004
- Normativa UE 1169/2011

[Ver más información →](#)

Manual PDF

Descarga gratuita del manual completo del curso en formato PDF

[Descargar PDF](#)

Enlaces

- [Curso](#)
- [Examen](#)
- [Preguntas Frecuentes](#)

Información

- [Contacto](#)

Legal

- [Política de Privacidad](#)
- [Cookies](#)
- [Términos y Condiciones](#)

Certificación

Certificados emitidos conforme al Real Decreto 109/2010 y Reglamento CE 852/2004.

© 2025 Curso Manipulador Alimentos España. Todos los derechos reservados.