



©www.yoguitos.com

En los campamentos infantiles, relajémonos con todo menos con la seguridad alimentaria

11-07-2018

Tras un curso extenuante llega el verano y con él las colonias y campamentos para los niños y niñas; un periodo de relax y diversión donde los profesionales responsables de la alimentación no deben descuidar las condiciones higiénico-sanitarias ni bajar la guardia en ningún momento. Recuperamos para todos, este artículo publicado el año pasado por estas mismas fechas.

En estas fechas, con la llegada del calor, se ponen en marcha gran cantidad de campamentos de verano y colonias infantiles. Estas actividades son una manera de mantener ocupados y entretenidos a los niños y niñas, pero también un instrumento indispensable para la conciliación de la vida laboral de las familias.

Los menús que se preparan para estos periodos deben seguir siendo variados y equilibrados, ajustándose a las condiciones climatológicas de la estación y el desgaste de la actividad física de los niños. Se deben cuidar las ingestas de grandes cantidades de alimento, así como las digestiones difíciles.

Por otro lado, se deben asegurar unas condiciones higiénico sanitarias que garanticen la inocuidad de los alimentos que se van a consumir, de la misma manera que hacemos durante el resto del año. Sin embargo, hay que tener en cuenta que las altas temperaturas favorecen el crecimiento microbiano, por lo deberemos extremar todavía más, si cabe, las medidas preventivas para evitar que las comidas que preparamos puedan llegar en mal estado a los comensales. En todo momento se deben seguir las indicaciones contempladas en el manual de análisis de peligros y puntos de control crítico (APPCC) sin relajarnos ni por el menor número de comensales ni por la flexibilidad propia de este servicio. Todos los manipuladores deberán disponer del certificado que acredite la formación en materia de seguridad alimentaria.

En el caso de que se cocine *in situ*, intentaremos elaborar la comida con poca antelación para que no transcurra mucho tiempo desde que se ha cocinado hasta que se sirva y si se sirven platos fríos o ensaladas, conservaremos el alimento en refrigeración

hasta su consumo, a menos de 4°C, manteniendo la cadena de frío en todo momento. Si las elaboraciones son para consumo en caliente, nos aseguraremos de que en el tratamiento térmico se alcancen los 65°C, y se mantenga esta temperatura hasta el servicio.

Si no se cocina donde se va a consumir la comida, se debe asegurar un transporte a temperatura adecuada. Si es línea fría, habrá una regeneración posterior, donde la comida debe alcanzar una temperatura superior a 65°. Si es línea caliente, se debe mantener durante el transcurso de esta etapa por encima de este mínimo.

Por otra parte, al ser jornadas lúdicas, la comida puede darse al aire libre en forma de bocadillo o *picnic*. En este caso, se deben garantizar las mismas condiciones higiénicas por parte de los manipuladores, y las mismas condiciones en la elaboración así como en el mantenimiento de las temperaturas, elaborando con la menor antelación y manteniendo el alimento refrigerado, si es necesario.

Consejos básicos a tener en cuenta:

- **Hidratar a los niños y protegerles del sol.** Evitar exponerles al sol en las horas de más calor, así como las comidas copiosas con digestiones pesadas o indigestiones, especialmente si van a meterse en la piscina.
- Es importante el **consumo de fruta y verduras**, con alto contenido en agua, vitaminas y minerales. En forma de ensaladas o platos fríos, como gazpacho.
- Todas las personas en contacto con los niños deben conocer las **alergias, intolerancias y dietas especiales** que deben suministrar, incluidos los monitores que dirigen las actividades.
- Las **instalaciones y equipos deben ser adecuados** para la actividad de elaboración/manipulación y servicio de las comidas.

En definitiva, aunque la tensión del curso escolar decrece en verano, no debemos relajar las medidas higiénico-sanitarias de elaboración, transporte y servicio de las comidas elaboradas, pues la salud de nuestros comensales depende de ello.

Noticias Relacionadas

- Campamentos de verano, una buena oportunidad para inculcar buenos hábitos
- Colonias de verano y alergias alimentarias; la clave está en prevenir, planificar e integrar
- Las alergias alimentarias en los campamentos de verano: ¿cómo actuar?
- La alimentación segura en las colonias, un reto para las entidades de tiempo libre



Ana Sanz es técnica de los alimentos con experiencia en auditorías del sistema APPCC, control de calidad y nutrición. Trabaja de nutricionista y técnica de seguridad alimentaria en **ShC**, donde desarrolla diversas funciones en la elaboración y adaptación de menús escolares así como en la realización de auditorías de seguridad alimentaria y gestión ambiental, entre otras. @: nutricion@servicioshosteleros.com