



@ Altro.

La importancia de la luz en la cocina: claves para diseñar un buen sistema de iluminación

20-03-2019

La iluminación en una cocina profesional tiene más importancia de la que en un principio se podría pensar. Utilizar una correcta cantidad de luz y tenerla adecuadamente colocada, facilita el trabajo, disminuye el cansancio de la vista y favorece la higiene alimentaria al poder detectar mejor los rincones sucios. Además, no debemos olvidarnos de incluir a los elementos de iluminación dentro del trabajo y la documentación de los planes de limpieza y desinfección.

Una de las cuestiones a tener en cuenta en el diseño y gestión de cocinas, es la iluminación. Utilizar una correcta cantidad de luz y tenerla adecuadamente colocada, facilita el trabajo y la higiene.

Por todos es conocido que una correcta cantidad de luz tiene unas ventajas entre las que se pueden destacar los tres puntos siguientes:

1. Se fomenta el orden y limpieza.
2. Disminuye la fatiga y el cansancio de la vista.
3. Facilita la visualización de lugares sucios.

Pero no debemos dejar pasar por alto otros detalles de vital importancia a la hora de diseñar el sistema de iluminación de una cocina industrial, como por ejemplo, el hecho de que la luz sea blanca, para que no nos confunda en nuestro proceso productivo (por ejemplo la 'caramelización' de la leche, si la iluminación es con luz amarilla).

Hay que tener en cuenta también que las fuentes de luz estén encastradas y no suspendidas para evitar cúmulos de suciedad ambiental y que estén protegidas, para que no sean origen de peligro físico; por último deben estar distribuidas de forma general y uniforme por toda la zona de manipulación de alimentos.

Lo ideal es tener diferentes intensidades de iluminación en función de las diferentes zonas o dependencias de la cocina. Por ejemplo,

aquellas zonas en las que se requiera una mejor visión (zonas de elaboración y cocinado, zonas de inspección, etc) necesitan una luz mejor. A este respecto, podemos indicar unos parámetros recomendables de índices lumínicos:

- Zonas de bodegas, almacén, despensas: de 50 a 100 luxes.
- Zonas de vestuarios, accesos, pasillos, cuartos de loza: de 100 a 150 luxes.
- Zonas de lavado, *office* y otras áreas similares: 200 luxes.
- Zonas de elaboración y preparación de alimentos y zona de cocina: de 300 a 400 luxes.
- En mesas concretas se pueden alcanzar los 500 luxes.

No podemos olvidarnos de la luz de emergencia, que es obligatoria y se debe colocar allí donde facilite la señalización de evacuación y con fuentes de energía independientes del sistema de alumbrado general.

Por último, tampoco debemos olvidarnos de incluir a los elementos de iluminación dentro del trabajo y la documentación de los planes de limpieza y desinfección.

Noticias Relacionadas

- Necesidad de un buen diseño higiénico, también en los elementos utilizados para limpiar
- La contaminación acústica en las zonas de lavado de las cocinas profesionales
- Importancia de la figura del 'prescriptor de cocina industrial' al afrontar un proyecto nuevo
- Criterios para el diseño de una cocina profesional bajo el enfoque de la bioseguridad



Félix Martínez licenciado en Veterinaria. Experto en formación en inocuidad e higiene de los alimentos y en gestión de la calidad. Especialista en restauración colectiva y divulgador. Es autor de 'El libro negro de la seguridad alimentaria', editado por RCBooks. @: felmargar@gmail.com. (Todos los artículos).