



Las siete normas básicas para no correr riesgos en el control de las temperaturas

03-02-2019

Para asegurar la calidad en la elaboración de comidas, y que éstas sean seguras, es necesario mantener bajo control varios factores con el objetivo de evitar los peligros microbiológicos. Uno de los más significativos es la temperatura. En este artículo, extraído del libro 'Diseño y gestión de cocinas', de Eduardo Montes, se explican las siete normas básicas para no correr riesgos.

En general los alimentos, desde las materias primas hasta las comidas, pasando por los semielaborados, requieren de un control de la temperatura para impedir el crecimiento de microorganismos o la aparición de toxinas. Buscando la seguridad, podemos hablar de un rango de prevención de entre 5°C y 65°C, una horquilla en la que por debajo, ninguna bacteria patógena se multiplica y por encima, ya muchas empiezan a morir.

Para alcanzar una correcta gestión de la temperatura en la elaboración de alimentos, es necesario cumplir una serie de condiciones básicas que describiremos a continuación.

En primer lugar hay que asegurar que los alimentos se almacenen y mantengan de forma continuada en un ambiente a temperatura regulada, salvo cuando se estén procesando. Hay que procurar que el tiempo de procesado sea el mínimo imprescindible. Una vez procesado, debe volver al ambiente de temperatura regulada. Por lo tanto, hay que evitar que permanezcan en espera de procesamiento en un ambiente a temperatura no regulada.

Durante los procesos asociados a la elaboración, se debe evitar que la temperatura en el interior del alimento se mantenga entre los 5-65°C, excepto durante el intervalo de tiempo en el que se pasa de un rango de temperatura a otro. Por lo tanto, ese periodo debe ser lo más corto posible. Se consigue mediante la aplicación de cocciones, calentamientos o enfriamientos energéticos. Ahora bien, existen comidas que, por criterios gastronómicos, se consumen a temperaturas entre los 5-65°C. En estos casos, no se almacenan, deben servirse inmediatamente después de su elaboración o calentamiento.

Para limitar el tiempo de permanencia de los alimentos en el intervalo de temperatura entre los 5 y 65°C, es necesario tener en

cuenta las siguientes normas generales:

- 1.- Hay que sacar los alimentos de las instalaciones a temperatura regulada de manera fraccionada, para evitar que permanezcan fuera de ellas, en espera de procesado.
- 2.- La descongelación debe hacerse de tal manera que se garantice una temperatura controlada.
- 3.- Sólo pueden permanecer los alimentos en las zonas de preparación o cocción cuando se vayan a procesar. Para lograrlo es necesario planificar con antelación el encendido de las instalaciones de cocción, evitando la presencia de partidas de materias primas o alimentos semielaborados en espera que dichas instalaciones alcancen la temperatura adecuada.
- 4.- Tras las operaciones de preparación de alimentos fríos, éstos sólo pueden tener tres destinos: consumo, mantenimiento en frío o cocción. Al igual que en el caso anterior, cuando se vayan a mantener en frío, las instalaciones frigoríficas se deben conectar con la antelación necesaria para que alcancen la temperatura adecuada antes de que se deposite el alimento.
- 5.- Durante las cocciones se deben superar las temperaturas a las cuales puede ocurrir el crecimiento de microorganismos, y tienen que mantenerse el tiempo necesario para alcanzar un adecuado grado de destrucción de esos microorganismos.
- 6.- Tras la cocción, o después de la preparación de alimentos calientes, los alimentos sólo pueden tener tres destinos: consumo, mantenimiento en caliente o enfriamiento. Como ya se ha comentado, si se van mantener en caliente, las instalaciones caloríficas (baños maría, mantenedores abiertos para fritos, etc.) deben estar conectadas con antelación para que alcancen la temperatura adecuada antes de que se deposite el alimento.
- 7.- Los alimentos elaborados mediante salazonado, fermentación, escabechado, o similares, se deben mantener en refrigeración. Esto también se aplica a cremas o rellenos de pastelería, y a alimentos sumergidos en capas gruesas de aceite.

Existen alimentos a los que no se les aplica la obligación de mantenerlos fuera del intervalo entre 5-65°C. Esto se justifica porque presentan unas características que permiten su mantenimiento a temperatura ambiente. También los hay con una normativa que hace posible establecer otros intervalos de temperatura. Ejemplos de estas excepciones son: la miel (por sus altas concentraciones de azúcar), la mayoría de las frutas (debido a su acidez elevada), pan y galletas (al presentar baja humedad).

Para asegurar la correcta higiene alimentaria, las pautas descritas son tareas básicas a aplicar en la cocina. Además, deben ir acompañadas del autocontrol para vigilar que las instalaciones de almacenamiento y mantenimiento a temperatura controlada, se encuentran funcionando de forma continua a la temperatura correcta, y que las temperaturas de cocción, enfriamiento, calentamiento y descongelación son las adecuadas.

Noticias Relacionadas

- [Publicada la tercera edición, revisada y ampliada, de 'Diseño y gestión de cocinas'](#)
- [El diseño de cocinas hospitalarias. Principios genéricos \(parte 1\)](#)
- [Criterios para el diseño de una cocina profesional bajo el enfoque de la bioseguridad](#)
- ['El libro negro de la seguridad alimentaria', un manual imprescindible en todas las cocinas](#)