



PERÚ

Ministerio
de Salud

Viceministerio
de Salud Pública

Dirección General
de Salud Ambiental
e Inocuidad Alimentaria

ORIENTACIONES SANITARIAS

Guía
Didáctica



para la recuperación de alimentos
en mercados de abasto
destinados a las ollas comunes

Prevenimos el cuidado de la comunidad
a través de la inocuidad de los alimentos

Créditos

**Dirección General de Salud Ambiental e Inocuidad Alimentaria-
DIGESA**

- **Blga. Carmen Elizabeth Cruz Gamboa**
Directora General
- **MV. Bertha Esther Muñoz Veneros**
Especialista en Higiene Alimentaria
- **Lic. David Borgoño Espinoza**
Especialista en Comunicaciones
- **Sr. Luis Miguel Fernández Prada Suárez**
Diseñador gráfico

Introducción

La situación de la pandemia por la Covid 19, así como el confinamiento obligatorio en protección de la vida y la salud, propició que las actividades económicas se vean afectadas en mayor o menor medida, impactando principalmente en los trabajos informales e independientes que generan el recurso económico para la alimentación diaria de las familias más vulnerables.

En este escenario, el acceso a alimentos por parte de las poblaciones más necesitadas se vio afectado, generándose un factor de alerta por la creciente dificultad para satisfacer con sus propios recursos las necesidades de alimentación diaria de las familias y de la comunidad. En respuesta, surgen las ollas comunes, las cuales en Lima alimentan a más de 250 mil personas de las cuales el 23% son niños menores de 5 años.

El obtener alimentos que sean inocuos, diversos y sin costo o a muy bajo costo, resulta para las ollas comunes una necesidad, identificándose como una fuente de provisión de alimentos a los mercados de abasto, que por lo general cuentan con remanentes de alimentos, que por diversos motivos no son comercializados, generándose pérdidas de estos alimentos que pueden ser aprovechables si reúnen las condiciones de calidad sanitaria para su consumo.

En este contexto, la DIGESA pone a disposición esta GUÍA DIDÁCTICA **“Orientaciones sanitarias para la recuperación de alimentos”** con el propósito de brindar un instrumento técnico para que personas líderes de ollas comunes, organizaciones civiles, voluntariado, asociaciones religiosas, entre otras, puedan recuperar alimentos de los mercados de abasto con calidad sanitaria que mejoren la oportunidad de alimentación de las poblaciones más vulnerables.

¿Qué es la recuperación de alimentos?

Es la recolección y selección de alimentos de establecimientos comerciales de expendio, tales como mercados de abasto y mayoristas, que por diversas razones (que no corresponden a motivos sanitarios), no se destinan a la comercialización.



La recolección consiste en recoger o reunir los alimentos que se reciben de los comerciantes de alimentos y la selección es elegir los alimentos recolectados, aquellos que reúnen las características de calidad sanitaria.

¿Cuál es el objetivo general?

Orientar sobre las condiciones sanitarias a tener en cuenta para la recuperación de alimentos en mercados de abasto, que permitan proteger la salud de la población en emergencia alimentaria que consume en las ollas comunes.



¿Cuál es

**el beneficio sanitario y social que cumple
la recuperación de alimentos?**

**Promover el cuidado alimentario de
personas vulnerables,**

a través de alimentos completos y seguros recuperados para
espacios de alimentación colectiva, como son las ollas comunes.



(Fuente: DIGESA)



(Fuente: Mesa de Seguridad Alimentaria
de la Municipalidad de Lima)

La recuperación de alimentos permite llevar más platos calientes a hogares

vulnerables, asegurando que estos están hechos con productos alimenticios que no ponen en riesgo la salud pública. El compromiso asumido por la DIGESA y por cada persona involucrada en la recuperación de alimentos, aporta a la sociedad en su cuidado protegiéndolos de una emergencia alimentaria y también en la prevención de enfermedades o intoxicaciones a causa de alimentos contaminados.

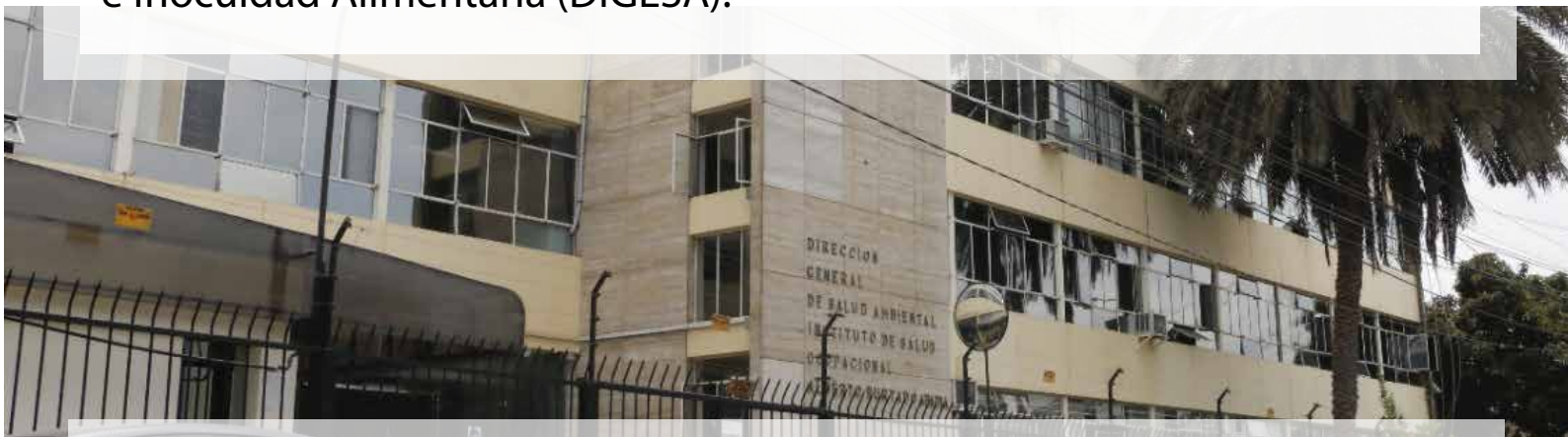


¿Quiénes tienen

la responsabilidad de difundir esta guía didáctica?

Entidades Públicas, tales como:

El Ministerio de Salud, a través de la Dirección General de Salud Ambiental e Inocuidad Alimentaria (DIGESA).



Las Direcciones o Gerencias Regionales de Salud (DIRESA/GERESA) o las que hagan sus veces, así como las Direcciones de Redes Integradas de Salud (DIRIS).



Las Municipalidades a través de sus diferentes programas.



¿Quiénes tienen

la responsabilidad de difundir esta guía didáctica?

Entidades Privadas, tales como:
Comerciantes de mercados, centros de
abasto, entre otros.



Organizaciones civiles, tales como:
ONGs, asociaciones religiosas, civiles,
voluntarias, diferentes organizaciones
sociales, entre otros.

¿Cuáles son **LOS ALIMENTOS QUE PUEDO RECUPERAR?**



Alimentos: **CARNES Y MENUDENCIAS**



DE ANIMALES DE ABASTO

Recuperable

Superficie brillante y húmeda, color rojo pronunciado, firme al tacto, olor característico, grasa blanca o ligeramente amarillenta.

RES



No recuperable

Superficie pegajosa, color oscuro, verdoso, olor ofensivo, masa muscular con quistes o larvas.

Recuperable

Superficie brillante y húmeda, color rosado subido, firme al tacto, olor característico, masa muscular sin presencia de granulaciones (quistes).



CERDO

No recuperable

Superficie pegajosa, color oscuro y viso verdoso, olor ofensivo, masa muscular con quistes o larvas.

Recuperable

Superficie brillante, firme al tacto, piel bien adherida al músculo, carne rosada, húmeda, olor característico.



AVE

No recuperable

Superficie pegajosa, coloración amoratada o verdosa, sanguinolenta, olor ofensivo, puntas de alas oscuras.

Recuperable

Color rojo oscuro (el pulmón es más bien rosado oscuro y de consistencia esponjosa), firme al tacto (el hígado y el bazo no son tan firmes, pero no debe desmenuzarse), superficie brillante y húmeda, olor característico.

**HÍGADO,
RIÑÓN, CORAZÓN,
BAZO, PULMÓN**



No recuperable

Superficie pegajosa, color oscuro y viso verdoso, olor ofensivo, masa muscular con quistes o larvas.

Alimentos: **PESCADOS Y MARISCOS**



Aportes de SANIPES (Oficio N° 472-2021-SANIPES/DSNPA)

Recuperable

Ojos prominentes y brillantes, pupilas pequeñas u ovaladas, agallas rojas y húmedas, escamas firmes, ligero olor a algas marinas, músculo firme y elástico con resistencia a la presión del dedo.



PESCADO

No recuperable

Ojos muy hundidos, opacos, agallas verdosas o grises con olor pútrido, escamas que se desprenden, presencia de parásitos o larvas textura blanda, gomosa.

Recuperable

Valvas enteras y cerradas ofrecen resistencia a ser abiertas; de estar abiertas, al contacto se cierran, carne húmeda, brillante. adherido a las valvas, liquido inter valvar cristalino, ligero olor a algas marinas. Cuentan con Declaración de Extracción (DER) .

CHOROS



No recuperable

Valvas rotas, abiertas no responden al contacto, coloración del líquido inter valvar amarillenta, olor rancio, ácido o pútrido. NO cuentan con Declaración de Extracción (DER)¹ .

Recuperable

Olor y color característico, piel brillante, carne firme al tacto, ligero olor a algas marinas.

POTA, PULPO, CALAMAR



No recuperable

Piel opaca sin brillo, decolorada con puntos naranjas o marrones, pegajosa, viscosa o lechosa, olor pútrido, textura suave o blanda.

Alimentos: **HUEVOS Y LÁCTEOS**



Recuperable

Color según especie del ave,
cáscara íntegra.



HUEVOS

No recuperable

Olor fétido, muy característico. La clara
o yema con puntos de turbidez,
colores o pigmentos extraños.

Recuperable

Color blanco cremoso, olor y color
característicos, costra limpia (si la
tiene).

QUESO FRESCO



No recuperable

Presencia de materias extrañas,
olor ofensivo, presencia de mohos.

Alimentos: **VEGETALES**



Recuperable

Enteros sin signos de putrefacción, en lo posible limpios sin presencia de insectos.



HORTALIZAS

consumo con
tratamiento
térmico

No recuperable

Aplastadas, pegajosas, en proceso de putrefacción, atacadas por insectos.

Recuperable

Enteras sin signos de putrefacción.

FRUTAS



No recuperable

Aplastadas, pegajosas, en proceso de putrefacción, atacadas por insectos.

TUBÉRCULOS, RAÍCES Y BULBOS



Recuperable

En sus cáscaras, firmes al tacto, sin brotes.

No recuperable

Con signos de putrefacción, mordidos por roedores, agusanados, con brotes, las papas no deben estar verdes.

Alimentos: **NO PERECIBLES**



Recuperable

Envases cerrados e íntegros, con registro sanitario vigente; estar dentro de su fecha de vigencia.

Recuperable

Envases en lo posible cerrados e íntegros, con registro sanitario y fecha de vencimiento (excepto menestras).



CONSERVAS Y SIMILARES

No recuperable

Envases con roturas, abolladuras, derrames, entre otros; roídos, con heces de roedores, insectos o mohos; sin registro sanitario, vencidos, hinchados.

EMBOLSADOS



No recuperable

Presencia de insectos, signos de roedores, olor a moho u otros olores extraños, apelmazamiento por humedad.

¿Cómo

recolecto y selecciono los alimentos a recuperar?

Para recuperar alimentos se debe planificar y coordinar con los comerciantes, así se tendrán:

- Listos los alimentos que serán recolectados en los puestos de venta.
- Identificado el lugar donde se realizará la selección de los alimentos.
- Identificado el lugar donde se depositarán aquellos alimentos que no serán llevados.



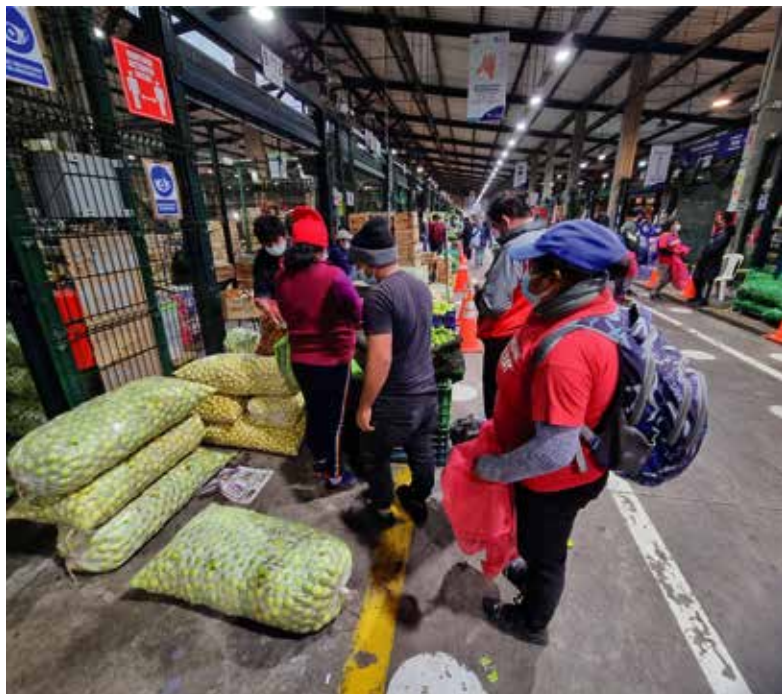
Las personas encargadas de la selección de los alimentos deben ser capacitadas por las DIRIS, DIREAS, Municipalidades, ONGs, entre otros, para reconocer si los alimentos pueden ser recuperables o no. Esta capacitación puede ser realizada por las DIRIS, DIREAS,

¡Vamos preparados al mercado!

Los envases a utilizar para la recolección de los alimentos (bolsas, cajas, canastas, otros) **deben ser de uso sólo para los alimentos**. Si se van a utilizar bolsas u otros recipientes reciclados, estos han debido de usarse con alimentos.



La recolección debe seguir un orden



1.Recolectar los alimentos no perecibles (abarrotes).

2.Recolectar los alimentos perecibles como verduras y frutas.



3. Recolectar de los puestos de venta los alimentos perecibles de origen animal que deben mantenerse en refrigeración o hielo (pescados y mariscos).

La recolección y selección de alimentos debe realizarse en el menor tiempo posible.

Las personas encargadas de la selección de los alimentos deben lavarse las manos antes de comenzar la actividad

- El lugar donde se realiza la selección de los alimentos debe estar previamente limpia y desinfectada. Podemos llevar un plástico limpio para cubrir la superficie.
- Los alimentos perecibles de origen animal deben ser los últimos en ser seleccionados.
- Las personas que realizan la selección de alimentos que se consumen crudos (frutas, hortalizas) no deben seleccionar al mismo tiempo alimentos de origen animal o que contengan mucha tierra como las papas.



Luego de la selección de los alimentos, aquellos que no guardan las características para ser recuperados,



se consideran residuos sólidos y deben ser dispuestos para su eliminación o para darle otro uso no alimentario (compost *).

* Es un tipo de abono que se consigue a través del proceso de descomposición de materiales orgánicos para formar tierra con alto valor nutritivo para las plantas.

Historias de éxitos

en la recuperación de alimentos

La historia de:

Abilia Ramos:



Originaria del Distrito de Quiparacra, provincia de Cerro de Pasco en la Región Pasco, nació en 1981. En el 2003 se mudó a Lima, al AA. HH. "Antonio Raimondi" en San Juan de Lurigancho junto a su familia. Desde la pandemia se dedicó a buscar ayuda para la alimentación de su comunidad, buscando donaciones de instituciones y de vecinos para preparar alimentos en las ollas comunes y que las familias tengan al menos una comida diaria.

A raíz de la emergencia sanitaria, la pérdida de trabajo consecuente y por las dificultades para la alimentación de su familia, emprendió con la fundación de la olla común "Nueva Esperanza", ayudándose de otras vecinas con espíritu de colaboración para recuperar alimentos de grandes mercados de abastos en la ciudad.

Historias de éxitos

en la recuperación de alimentos

La historia de:

Érico Tuerconza:



Originario del Distrito de Hualla, provincia de Víctor Fajardo en la Región Ayacucho, nació en 1975. En el 2005 se mudó a Lima, al AA.HH “Manchay” en Pachacamac junto a su familia. Con el inicio de la pandemia, junto a un grupo de dirigentes de ollas comunes de Manchay, se organizó para enfrentar la emergencia alimentaria en favor de sus vecinos, visitando todas las ollas existentes y recogiendo sus necesidades, alcanzando con esto empadronarlas en el municipio para conseguir donaciones y ser reconocidas.

Historias de éxitos

en la recuperación de alimentos

De igual manera, con apoyo de los agricultores de la zona, logró la cosecha de hortalizas que no podían comercializarse por las restricciones de movilidad, logrando con esto el acceso a alimentos frescos en todas las ollas. Aparte a esto, comenzó a recuperar semanalmente alimentos del Mercado de Productores de Santa Anita, logrando distribuir más de 120 toneladas de hortalizas, tubérculos y frutas entre las ollas comunes. Cada semana unas 15 ollas comunes reciben los alimentos recuperados y todas las ollas se han beneficiado de la ayuda. Actualmente es el Coordinador General de la Red de ollas comunes de Manchay. Su compromiso por la comunidad ha logrado que la experiencia en las ollas de Manchay de buenos resultados, vigilándose en ellas también el aspecto sanitario en los alimentos, en pro de conservar la salud de todos sus vecinos.



DIGESA

al cuidado de los alimentos para
velar por la salud de la población



Dirección General de Salud Ambiental e Inocuidad Alimentaria

Calle Las Amapolas N°350 Urb. San Eugenio-Lince

www.digesa.minsa.gob.pe

digesaconsul@minsa.gob.pe

(01) 631-4430



PERÚ

Ministerio
de Salud

Viceministerio
de Salud Pública

Dirección General
de Salud Ambiental
e Inocuidad Alimentaria