

Curso de Seguridad en la Manipulación de Alimentos

Principios esenciales para trabajar de forma segura e higiénica

REVISIÓN 2026

CARNETMANIPULACIONALIMENTOS.ES

Formación en higiene, prevención y buenas prácticas

Formación adaptada a la normativa vigente en España

carnetmanipulacionalimentos.es

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD

OBJETIVO DEL CURSO Identificar las fuentes de contaminación de los alimentos y aplicar la normativa vigente en seguridad e higiene alimentaria durante la preparación, fabricación, transformación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte, distribución, venta, suministro y servicio de los alimentos.

DURACIÓN DE IMPARTICIÓN RECOMENDADA: 10 horas

INDICE

0 Aviso sobre validez legal del curso y necesidad del mismo
- Normativa vigente

1 Clasificación de los alimentos
- Concepto de alimento
- Concepto de manipulador de alimentos
- Tipos de alimentos
- Criterios de calidad

2 Identificación las fuentes de contaminación de los alimentos
- Concepto de contaminación en alimentos
- Tipo, vías y fuentes de contaminación

3 Reconocimiento de los factores de crecimiento de los microorganismos en alimentos
- Tipos de microorganismos
- Factores de crecimiento
- Alimentos de alto y bajo riesgo para la contaminación por microorganismos
- Enfermedades transmitidas por microorganismos en alimentos

4 Distinción de los métodos conservación de los alimentos
- Métodos físicos: temperatura y contenido en agua
- Métodos químicos
- Envasado. Envasados específicos. Productos no envasados
- Etiquetado
- Almacenamiento

5 Adopción de medidas de limpieza e higiene en la manipulación de alimentos
- Higiene personal
- Locales e instalaciones
- Residuos y reciclado de residuos
- Limpieza y desinfección de instalaciones y equipos
- Control de plagas

6 Reconocimiento de la normativa aplicable a la manipulación de los alimentos
- Sistema de autocontrol APPCC (Análisis de Peligros y Puntos de Control Crítico)
- Reglamento europeo 852/2004
- Reglamento europeo 1169/2011 sobre alérgenos
- Real Decreto 109/2010
- Medidas legislativas actuales

Habilidades de gestión, personales y sociales

• Concienciación de la importancia de la adopción de las medidas de limpieza e higiene personal en la manipulación de alimentos

• Valoración de la necesidad de aplicar correctamente los métodos de conservación y almacenamientos de los alimentos para evitar posibles enfermedades.

• Asimilación del valor del estricto cumplimiento de la normativa aplicable a la manipulación de los alimentos

0)

Aviso sobre validez legal del curso y necesidad del mismo

Reglamento (CE) 852/2004, al ser el marco legal de aplicación en relación con los trabajadores de las empresas alimentarias.
En el Capítulo XII del anexo II de dicho Reglamento se establece:
CAPÍTULO XII. Formación
Los operadores de empresa alimentaria deberán garantizar:

1) La supervisión y la instrucción o formación de los manipuladores de productos alimenticios en cuestiones de higiene alimentaria, de acuerdo con su actividad laboral.

2) Que quienes tengan a su cargo el desarrollo y mantenimiento del procedimiento basado en los principios de APPCC (Artículo 5) o la aplicación de las guías de prácticas correctas de higiene hayan recibido una formación adecuada en lo tocante a la aplicación de los principios del APPCC.

3) El cumplimiento de todos los requisitos de la legislación nacional relativa a los programas de formación para los trabajadores de determinados sectores alimentarios.
El objetivo de este documento es facilitar a las empresas alimentarias orientaciones en el ámbito de los tres puntos establecidos en el campo de la formación.

PUNTO 1: Los operadores de empresa alimentaria deberán garantizar la supervisión y la instrucción o formación de los manipuladores de productos alimenticios en cuestiones de higiene alimentaria, de acuerdo con su actividad laboral.
Es responsabilidad de las empresas alimentarias garantizar que el personal dispone de una formación adecuada a su puesto de trabajo.

A su vez, las empresas alimentarias para poder proporcionar las garantías de que no comercializan alimentos que no son seguros, deben implantar sistemas de autocontrol basados en el análisis de peligros y puntos de control críticos (APPCC). En estos sistemas de autocontrol deben incluir la planificación de la formación que tienen establecida para los manipuladores de la empresa alimentaria.

La aplicación desde el 1 de enero de 2006 de la normativa comunitaria en materia de higiene de los alimentos y en particular del Reglamento (CE) nº 852/2004 establece la importancia de que el personal que manipula alimentos disponga de una formación adecuada a su puesto laboral.

- La formación de los manipuladores podrá ser impartida por:
- La propia empresa Alimentaria
- **Empresas o entidades formadoras (reconocidas o no reconocidas por organismos oficiales)**
- Centros o escuelas de formación profesional o educacional reconocidos por organismos oficiales (dentro de la formación reglada)

Guía de uso del curso

Este curso desarrolla los contenidos del programa de seguridad en la manipulación de alimentos. Está dirigido a las personas que reciben, almacenan, preparan, elaboran, envasan, transportan, venden o sirven alimentos. La formación debe completarse con las instrucciones, procedimientos y registros específicos del establecimiento donde se trabaja.

Finalidad

Al terminar, la persona participante debe reconocer los peligros que pueden afectar a los alimentos y aplicar medidas preventivas en cada fase de su trabajo. La seguridad alimentaria depende de decisiones cotidianas: lavarse correctamente las manos, separar crudo y listo para comer, respetar temperaturas, limpiar con método, verificar proveedores y comunicar incidencias.

Aviso sobre formación y responsabilidad

El Reglamento (CE) 852/2004 exige que el operador de empresa alimentaria garantice la supervisión y la instrucción o formación de las personas manipuladoras conforme a su actividad. No existe un carnet oficial estatal de manipulador de alimentos. Este curso acredita una acción formativa; la empresa sigue siendo responsable de que la formación sea adecuada al puesto, esté actualizada y pueda demostrarse dentro de su sistema de autocontrol.

El Real Decreto 202/2000 fue derogado por el Real Decreto 109/2010. Por ello, no debe presentarse un certificado genérico como sustituto de las obligaciones de higiene, supervisión, APPCC, trazabilidad o control sanitario que correspondan a cada actividad.

Este curso no tiene caducidad, pero **se recomienda renovarlo cada 4 años para adaptarse a la posible nueva normativa legal.**

1. Clasificación de los alimentos

1.1 Concepto de alimento

Se considera alimento toda sustancia o producto destinado a ser ingerido por las personas, transformado o no. Incluye bebidas, agua incorporada intencionadamente y cualquier sustancia incorporada durante su fabricación, preparación o tratamiento. La seguridad alimentaria persigue que los alimentos no causen daño al consumidor cuando se preparan o consumen de acuerdo con su uso previsto.

1.2 Concepto de persona manipuladora

Es manipulador de alimentos toda persona que, por su trabajo, entra en contacto directo o indirecto con alimentos, equipos, utensilios, envases, superficies o zonas de producción. No solo lo es quien cocina: también puede serlo quien recibe mercancía, repone vitrinas, corta pan, limpia una mesa de preparación, envasa, transporta o sirve.

1.3 Tipos de alimentos

Desde el punto de vista de la higiene, es útil distinguir los alimentos por su necesidad de conservación y por el tratamiento que reciben antes de comerlos.

- No perecederos: productos secos, conservas cerradas o alimentos con baja actividad de agua. Requieren protección frente a humedad, plagas y contaminaciones, aunque no suelen necesitar frío.
- Perecederos: carne, pescado, leche fresca, platos preparados, productos de pastelería con crema y alimentos refrigerados. Deben mantenerse en la temperatura indicada por el fabricante y consumirse en plazos cortos.
- Crudos destinados a cocinarse: pueden contener microorganismos; han de mantenerse separados de alimentos listos para consumo.
- Listos para el consumo: se comen sin tratamiento posterior que elimine peligros. Requieren una protección especialmente estricta frente a contaminación cruzada.

1.4 Criterios de calidad y aceptación

Un alimento no debe aceptarse solo porque tenga buen aspecto. En la recepción se comprueba proveedor, integridad del envase, fecha, lote, etiquetado, temperatura cuando procede y ausencia de signos de alteración. Un envase hinchado, roto, con fugas, oxidación relevante, olor anormal o producto descongelado sin control es una incidencia que debe aislarse y comunicarse.

La fecha de caducidad se aplica a productos muy perecederos: una vez superada, no deben comercializarse ni consumirse. La fecha de duración mínima o consumo preferente informa sobre la calidad; no autoriza a ignorar las condiciones de conservación ni el juicio de seguridad. La empresa debe seguir siempre su procedimiento y la información del fabricante.

2. Identificación de las fuentes de contaminación

2.1 Qué es la contaminación alimentaria

Un alimento está contaminado cuando contiene un agente extraño o una cantidad de un agente que puede hacerlo inseguro o inadecuado para el consumo. La contaminación puede producirse antes de recibir el producto, durante el almacenamiento, en la preparación, en el servicio o incluso por un error de limpieza.

2.2 Tipos de contaminación

- Biológica: bacterias, virus, parásitos, mohos o sus toxinas. Es la causa más frecuente de toxiinfecciones alimentarias.
- Química: detergentes, desinfectantes, lubricantes no aptos, pesticidas, alérgenos no declarados, contaminantes ambientales o una dosificación inadecuada de aditivos.
- Física: fragmentos de vidrio, metal, plástico, madera, pelo, grapas, joyas, partes de envases o restos de instalaciones.
- Alérgenos: una pequeña cantidad puede desencadenar una reacción grave en una persona alérgica. La prevención exige conocer ingredientes, evitar contaminaciones cruzadas y facilitar información correcta.

2.3 Vías y fuentes habituales

La contaminación directa ocurre cuando el agente pasa al alimento sin intermediarios: por ejemplo, una mano sin lavar toca una ensalada. La contaminación cruzada ocurre cuando pasa a través de una tabla, cuchillo, paño, recipiente, guante o superficie. El error más típico es usar el mismo utensilio para pollo crudo y alimento listo para servir.

- Personas: manos, ropa de trabajo, heridas mal protegidas, tos, estornudos, prácticas de higiene deficientes o trabajo durante una enfermedad transmisible.
- Materias primas: recepción sin controles, proveedores no evaluados, rotura de cadena de frío o envases dañados.
- Equipos e instalaciones: suciedad acumulada, condensación, piezas deterioradas, limpieza insuficiente o diseño que impide higienizar.
- Plagas y residuos: insectos, roedores, excrementos, basura mal gestionada y accesos sin protección.

2.4 Medidas de prevención

La regla básica es separar, proteger y controlar. Separar físicamente o en el tiempo alimentos crudos y listos para el consumo; protegerlos con envases, tapas o vitrinas; y controlar temperaturas, limpieza, fechas, alérgenos y estado de los equipos. Si existe duda razonable sobre la seguridad de un producto, no se utiliza hasta que la persona responsable decida su destino.

3. Microorganismos y enfermedades transmitidas por alimentos

3.1 Microorganismos de interés

Los microorganismos son seres vivos microscópicos. Muchos son útiles, por ejemplo en yogur o pan; otros pueden alterar alimentos o causar enfermedad. Los principales peligros biológicos en la manipulación diaria son bacterias, virus, parásitos y determinados mohos.

- Bacterias: pueden multiplicarse rápidamente en condiciones favorables. Algunas producen toxinas. Ejemplos relevantes son Salmonella, Listeria monocytogenes, Campylobacter, Escherichia coli patógena y Staphylococcus aureus.
- Virus: no se multiplican en el alimento, pero pueden transmitirse por manos, agua o alimentos contaminados. Norovirus y hepatitis A son ejemplos frecuentes.
- Parásitos: pueden asociarse a pescado, carne, vegetales o agua. La prevención incluye controles de origen, cocción y, cuando aplique, congelación conforme al procedimiento.

3.2 Factores de crecimiento

Los microorganismos necesitan condiciones adecuadas para crecer. Las más importantes son tiempo, temperatura, agua disponible, acidez, oxígeno y nutrientes. La llamada zona de peligro se sitúa, con carácter práctico, entre aproximadamente 5 °C y 65 °C: mantener un alimento muchas horas en esa franja aumenta el riesgo. La refrigeración frena el crecimiento; no elimina necesariamente microorganismos. La congelación tampoco esteriliza el alimento.

- Mantener frío: conservar según la etiqueta y el procedimiento; verificar y registrar cuando corresponda.
- Mantener caliente: los alimentos cocinados que se exponen en caliente deben conservarse a temperatura segura y el menor tiempo posible.
- Enfriar rápido: dividir en porciones pequeñas, usar abatidor si existe, recipientes poco profundos o baño de agua fría, sin dejar el alimento a temperatura ambiente innecesariamente.
- Recalentar bien: el calentamiento debe ser suficiente y homogéneo; remover o comprobar los puntos fríos cuando sea necesario.

3.3 Alimentos de mayor riesgo

Son especialmente sensibles los alimentos húmedos, nutritivos y poco ácidos, así como los que se consumen sin cocción posterior: carnes y aves crudas, pescado y marisco, huevos y elaboraciones con huevo, leche y quesos frescos, arroz y pasta cocidos, salsas, ensaladas preparadas, brotes, platos cocinados refrigerados y alimentos destinados a población vulnerable.

3.4 Enfermedades transmitidas por alimentos

Los síntomas pueden incluir náuseas, vómitos, diarrea, dolor abdominal, fiebre o malestar. Una enfermedad de origen alimentario puede afectar gravemente a menores, personas mayores, embarazadas, personas inmunodeprimidas o con enfermedades crónicas. Ante una sospecha, se informa inmediatamente a la persona responsable, se conserva la trazabilidad y se siguen las instrucciones de la autoridad competente y del procedimiento interno.

4. Métodos de conservación, envasado y almacenamiento

4.1 Conservación por temperatura y agua

El frío es una barrera esencial, pero solo funciona si no se rompe la cadena de frío. Las cámaras no deben sobrecargarse, porque el aire necesita circular. Los productos se guardan protegidos, separados por tipo y a la temperatura que indique su etiquetado. Se controlan las temperaturas con equipos adecuados y calibrados conforme al plan de la empresa.

La cocción reduce peligros biológicos si se alcanzan tiempo y temperatura suficientes en todo el alimento. La deshidratación, salazón, azucarado o acidificación reducen el agua disponible o dificultan el crecimiento microbiano; no sustituyen las condiciones de conservación indicadas para el producto concreto.

4.2 Métodos químicos y otros tratamientos

Los conservantes y otros aditivos autorizados deben utilizarse únicamente conforme a la legislación, la ficha técnica y la receta validada. Nunca se añade un producto químico para ocultar deterioro o prolongar de forma improvisada la vida útil. La pasteurización, esterilización y otros tratamientos industriales siguen parámetros validados y no deben confundirse con una simple cocción doméstica.

4.3 Envasado y productos no envasados

El envase protege frente a contaminación y facilita la trazabilidad. Debe estar limpio, íntegro y ser apto para contacto alimentario. El vacío y la atmósfera modificada no convierten un alimento en seguro si se incumple el frío, la fecha o las condiciones de uso. Los productos no envasados se protegen en vitrinas, recipientes tapados o sistemas que eviten contacto del público, polvo, gotas y manipulaciones innecesarias.

4.4 Etiquetado y alérgenos

El Reglamento (UE) 1169/2011 exige información alimentaria clara y regula, entre otras materias, la declaración de alérgenos. En alimentos no envasados también debe poder facilitarse información sobre los alérgenos presentes, con un sistema fiable y accesible. Nunca se responde de memoria si no existe certeza: se consulta la ficha, receta, etiqueta o responsable.

Los catorce grupos de alérgenos de declaración obligatoria incluyen cereales con gluten, crustáceos, huevo, pescado, cacahuetes, soja, leche, frutos de cáscara, apio, mostaza, sésamo, sulfitos, altramuces y moluscos. Un cambio de proveedor o receta debe activar la revisión de la información al consumidor.

4.5 Almacenamiento y rotación

- Aplicar la rotación FIFO o FEFO: primero en entrar o primero en caducar, según el sistema establecido.
- Etiquetar elaboraciones internas con identificación, fecha de elaboración o apertura, fecha límite y responsable, según el procedimiento.
- Separar alimentos de productos de limpieza y de materiales no alimentarios.
- Mantener los alimentos elevados del suelo, protegidos de paredes húmedas y con acceso para limpiar e inspeccionar.
- No reutilizar un alimento devuelto, expuesto o descongelado salvo que el procedimiento lo autorice expresamente y se cumplan todas las garantías.

5. Limpieza e higiene en la manipulación

5.1 Higiene personal

La higiene personal es una barrera de seguridad, no una formalidad. Las manos deben lavarse antes de iniciar el trabajo, al cambiar de tarea, después de manipular crudos, usar el aseo, tocar residuos, comer, fumar, toser, estornudar, sonarse, limpiar o tocar dinero. Se emplea agua potable, jabón, frotado completo, aclarado y secado con material de un solo uso o sistema higiénico.

- Usar ropa de trabajo limpia y adecuada; recoger el cabello y emplear la protección prevista por el establecimiento.
- Mantener uñas cortas, limpias y sin esmalte; evitar joyas, relojes y objetos que puedan caer o dificultar el lavado.
- Cubrir cortes con apósito impermeable visible y, si procede, guante. Los guantes no sustituyen el lavado de manos y se cambian entre tareas.
- Comunicar vómitos, diarrea, fiebre, lesiones infectadas, ictericia u otros síntomas que puedan afectar a la seguridad de los alimentos. La persona responsable valorará la restricción o adaptación del puesto.

5.2 Locales, instalaciones y equipos

Las superficies que contacten con alimentos deben mantenerse lisas, resistentes, lavables y en buen estado. Las instalaciones deben permitir flujo de trabajo que evite cruces entre sucio y limpio. Lavamanos, ventilación, iluminación, agua potable, desagües, cámaras y zonas de residuos deben conservarse en condiciones higiénicas.

5.3 Limpieza y desinfección

Limpiar elimina restos y suciedad; desinfectar reduce microorganismos a un nivel seguro. Generalmente se limpia primero y se desinfecta después. El procedimiento debe indicar qué se limpia, con qué producto, concentración, tiempo de contacto, frecuencia, responsable y método de verificación.

1. Retirar restos de alimentos y residuos.
2. Aplicar detergente y acción mecánica según el equipo o superficie.
3. Aclarar cuando lo indique la ficha del producto.
4. Aplicar desinfectante a la concentración y durante el tiempo establecidos.
5. Aclarar si el producto lo exige, secar o dejar secar y guardar los útiles limpios protegidos.

Los productos de limpieza se conservan identificados, separados de los alimentos y nunca se trasvasan a envases de bebidas o alimentos. Las fichas técnicas y de seguridad deben estar disponibles.

5.4 Residuos, reciclado y desperdicio alimentario

Los residuos se retiran con frecuencia, en recipientes con tapa y bolsa cuando proceda. Los contenedores se limpian y desinfectan. La gestión de residuos no debe crear riesgo de plagas, olores o contaminación de zonas limpias.

La Ley 1/2025 impulsa la prevención y reducción de pérdidas y desperdicio alimentario. La prioridad es prevenir; después, cuando sea seguro y trazable, destinar a consumo humano mediante transformación, redistribución o donación. Nunca se aprovecha un alimento que no sea seguro. Planificar compras, ajustar producción, controlar fechas y conservar correctamente evita desperdicio sin comprometer la higiene.

5.5 Control de plagas

La prevención se basa en excluir, vigilar y actuar: cerrar puntos de entrada, mantener orden y limpieza, eliminar agua y refugios, proteger alimentos y revisar señales de presencia. No se aplican biocidas de forma improvisada en zonas alimentarias. La empresa debe seguir su plan de control de plagas y recurrir a personal autorizado cuando sea necesario.

6. Normativa y sistema de autocontrol

6.1 APPCC (*análisis de peligros y puntos críticos de posibles contaminaciones*) y planes de prerrequisitos

El sistema APPCC identifica peligros significativos, determina cómo controlarlos, fija límites o criterios, vigila que se cumplan, corrige desviaciones y conserva evidencias. En muchos establecimientos, los planes generales de higiene o prerrequisitos -limpieza y desinfección, agua, plagas, proveedores, trazabilidad, formación, mantenimiento, residuos y temperaturas- constituyen la base sobre la que se aplica el APPCC.

La persona manipuladora no necesita diseñar todo el sistema, pero sí cumplir sus instrucciones y registrar o comunicar lo que le corresponda. Un registro inventado no protege al consumidor y puede impedir detectar una desviación real.

6.2 Ejemplo de control en una preparación

En una ensalada con pollo cocinado, los peligros principales incluyen contaminación del pollo crudo, supervivencia por cocción insuficiente, crecimiento durante el enfriamiento y contaminación cruzada tras cocinar. Las medidas son separar zonas y utensilios, cocinar conforme al proceso validado, enfriar y refrigerar con rapidez, usar ingredientes limpios y mantener el producto protegido hasta el servicio.

6.3 Trazabilidad y retirada

La trazabilidad permite conocer de quién se recibió un alimento, qué se hizo con él y a quién se suministró cuando aplica. Se conservan albaranes, lotes, fichas de elaboración y otros registros definidos por la empresa. Si se detecta un producto no seguro, se inmoviliza, identifica, informa a la persona responsable y se sigue el procedimiento de retirada o comunicación. No se elimina la evidencia ni se continúa usando el producto.

6.4 Marco normativo básico

- Reglamento (CE) 178/2002: principios generales de la legislación alimentaria, responsabilidad del operador, trazabilidad y retirada de alimentos no seguros.
- Reglamento (CE) 852/2004: higiene de los productos alimenticios, prácticas correctas de higiene, autocontrol basado en APPCC y formación del personal.
- Reglamento (UE) 1169/2011: información alimentaria al consumidor, incluida la información sobre alérgenos.
- Reglamento (UE) 2017/625: controles oficiales para verificar el cumplimiento de la normativa de la cadena agroalimentaria.
- Ley 1/2025, de prevención de las pérdidas y el desperdicio alimentario: prevención, aprovechamiento seguro y jerarquía de prioridades.

Además de esta normativa general, existen requisitos específicos por producto, actividad y comunidad autónoma. El establecimiento debe identificar qué normas, autorizaciones, guías y procedimientos son aplicables a su actividad concreta.

6.5 Conducta profesional ante incidencias

- Detener la tarea cuando exista riesgo inmediato de contaminación.
- Separar e identificar el alimento o lote afectado para evitar su uso accidental.
- Avisar sin demora a la persona responsable y aportar datos verificables.
- Aplicar la acción correctora prevista y registrar la incidencia cuando el sistema lo requiera.
- No ocultar errores: comunicar a tiempo protege a consumidores, compañeros y empresa.

Síntesis de buenas prácticas

Una manipulación segura se construye con controles sencillos y constantes. Antes de empezar, revisa higiene personal, estado del puesto, utensilios y materias primas. Durante el trabajo, separa crudo y listo para comer, limita el tiempo a temperatura ambiente, protege alimentos y evita prácticas que introduzcan contaminación. Al finalizar, conserva, etiqueta, limpia y deja el área preparada para el siguiente turno.

Lista de comprobación diaria

- ¿Las manos, la ropa y el puesto de trabajo están limpios?
- ¿Los alimentos crudos están separados de los listos para consumir?
- ¿Las temperaturas, fechas y etiquetas se mantienen bajo control?
- ¿Las superficies y utensilios se han limpiado y desinfectado conforme al plan?
- ¿La información de ingredientes y alérgenos es correcta y está actualizada?
- ¿Los residuos se retiran y las zonas de almacenamiento permanecen ordenadas?
- ¿Se ha comunicado cualquier desviación, avería, producto sospechoso o síntoma de enfermedad?

Referencias normativas consultadas

Reglamento (CE) n.º 178/2002 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 28 de enero de 2002. Reglamento (CE) n.º 852/2004 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 29 de abril de 2004. Reglamento (UE) n.º 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 25 de octubre de 2011. Reglamento (UE) 2017/625 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 15 de marzo de 2017. Real Decreto 109/2010, de 5 de febrero. Ley 1/2025, de 1 de abril, de prevención de las pérdidas y el desperdicio alimentario.

Este material debe revisarse periódicamente y adaptarse a los procedimientos de autocontrol, productos, procesos, público atendido y requisitos de la autoridad competente aplicables al establecimiento.