



## Supernota

*Nombre del Alumno: Kevin Moisés Gómez Altúzar*

*Nombre del tema: Supernota*

*Parcial: III*

*Nombre de la Materia: Legislación en Nutrición*

*Nombre del profesor: Mónica Elizabeth Culebro*

*Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Nutrición*

*Cuatrimestre: 9°*

*Lugar y Fecha de elaboración:*

*Comitán de Domínguez Chiapas a 09 de julio del 2022*

# LEGISLACIÓN APLICADA A LOS SERVICIOS DE RESTAURACIÓN COLECTIVA

## Normas y legislación en la preparación y servicios de alimentos

La OMS formuló las Diez reglas de oro para la preparación de alimentos inocuos, que se tradujeron y reprodujeron ampliamente.



### 10 REGLAS DE ORO

Para prevenir las enfermedades transmitidas por alimentos y agua

- 1** Al comprar alimentos escoja los que se ven frescos y limpios. Los alimentos crudos lávelos con agua y cloro


- 2** Hierva el agua que use para tomar y preparar los alimentos


- 3** Lávese las manos antes de comer o preparar alimentos, después de ir al baño o letrina y cambiar pañales


- 4** Asegúrese que los alimentos estén bien cocidos. El pollo, la carne, los mariscos y la leche pueden estar contaminados con microbios, por lo que deben cocinarlos bien


- 5** Evite el contacto entre alimentos crudos y alimentos cocidos


- 6** Sirva y consuma los alimentos después de cocinarlos


- 7** Guarde bien los alimentos que sobren y refrigérelos


- 8** Antes de comer los alimentos caliéntelos bien


- 9** Mantenga los alimentos bien tapados, fuera del alcance de moscas, cucarachas, ratas y otros animales


- 10** Lave los utensilios de la cocina y desinfecte con **CLORO** todas las superficies



## Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios

Los mensajes básicos de las Cinco claves para la inocuidad de los alimentos son: (1) mantenga la limpieza; (2) separe alimentos crudos y cocinados; (3) cocine completamente; (4) mantenga los alimentos a temperaturas seguras; y (5) use agua y materias primas seguras

## Normas y legislación en el etiquetado de alimentos

La Norma Oficial Mexicana NOM-051 que modifica y hace más estricto el etiquetado de los alimentos procesados y las bebidas no alcohólicas preenvasados entró en vigor el 1 de octubre del 2020, se menciona que los productos preenvasados que ostenten uno o más sellos de advertencia o la leyenda de edulcorantes, no deben incluir en la etiqueta personajes infantiles, animaciones, dibujos animados, celebridades, deportistas o mascotas, elementos interactivos, tales como, juegos visual – espaciales o descargas digitales, que, estando dirigidos a niños, inciten, promueven o fomenten el consumo, compra o elección de productos con exceso de nutrimentos críticos o con edulcorantes.



## Etiquetado nutricional

EXCESO CALORÍAS					EXCESO AZÚCARES					EXCESO GRASAS SATURADAS					EXCESO GRASAS TRANS					EXCESO SODIO				
<b>Información Nutricional</b>																								
Contenido energético POR 513 Kcal / 2141.5 KJ																								
Por porción de: <b>100 g</b>																								
Contenido energético 103 Kcal / 428 KJ																								
Proteínas					12 g					Grasas totales					6 g									
Grasas saturadas					2 g					Grasas trans					35 mg									
Carbohidratos disponibles					0 g					Azúcares					0 g									
Azúcares añadidos					0 g					Fibra dietética					3.5 g									
Sodio					445 mg																			

## Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados- información comercial y sanitaria

La información contenida en las etiquetas de los alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados debe ser veraz, describirse y presentarse de forma tal que no induzca a error al consumidor con respecto a la naturaleza y características del producto.



La etiqueta de los productos preenvasados que no contengan los sellos y leyendas precautorias, puede declararlo únicamente de forma escrita mediante la frase "Este producto no contiene sellos ni leyendas". La declaración debe ser colocada en la \*superficie de información.

## Normas y legislación para el consumo de agua y hielo

### Condiciones sanitarias de los envases y tapas:

- Las tapas deberán ser nuevas y de material inocuo.
- Especificaciones sanitarias del producto terminado.
- Límites máximos permisibles del agua para consumo humano.
- Organolépticas y físicas.



## Norma de leche

Regulada en la NOM-155-SCFI-2012 establece las denominaciones comerciales de los diferentes tipos de leche, que se comercializan dentro del territorio de los Estados Unidos Mexicanos, así como las especificaciones fisicoquímicas que deben reunir esos productos para ostentar dichas denominaciones, los métodos de prueba para demostrar su cumplimiento y la información comercial que deben contener las etiquetas de los envases que los contienen.

## Norma de quesos

### Información comercial:

- La denominación comercial del queso debe ser clara y visible al consumidor
- Para los quesos frescos que se les adiciona caseinatos, se debe indicar el contenido en porcentaje (%) de caseinatos (hasta un máximo de 2%) del producto final, en la superficie principal de exhibición de la etiqueta, de un tamaño igual o mayor al tamaño del contenido neto.
- El porcentaje (%) mínimo de grasa butírica, proteína y el máximo de humedad.
- Indicar el tratamiento térmico al que fue sometida la leche para la elaboración del producto.
- La indicación del tipo de leche y el origen animal de la misma.



## Norma de yogurt

Yogurt es el producto obtenido de la fermentación de la leche, estandarizada o no, por medio de la acción de microorganismos *Streptococcus thermophilus* y *Lactobacillus delbrueckii* subespecie *bulgaricus*, y teniendo como resultado la reducción del pH.

### Información comercial

- Indicar la denominación conforme a la clasificación establecida en el numeral 5.2, la cual se debe indicar en la cara principal de exhibición de la etiqueta.

- Para el yogurt natural se debe indicar la leyenda "yogurt natural".

- Para el yogurt natural con endulzantes se debe indicar la leyenda "yogurt natural con endulzantes".

- Para el yogurt saborizado se debe indicar cualquiera de las leyendas "sabor a \_\_\_\_\_ (nombre del sabor)" o "sabor \_\_\_\_\_ (nombre del sabor)".

- Para el yogurt con fruta u otro alimento, se debe indicar la leyenda "yogurt con \_\_\_\_\_ (nombre de la fruta)"; en caso de otro alimento se debe indicar la leyenda "yogurt con \_\_\_\_\_ (nombre del alimento)".



### Norma de helados

- Helados y Sorbetes.
- Helados de crema.
- Helados de leche.
- Helados de grasa vegetal.
- Sorbetes.
- Bases para helados y sorbetes.



### Norma de carnicol (res, pollo, pavo, cerdo) y embutidos

La NOM-213-SSA1-2018 tiene por objeto establecer las disposiciones y especificaciones sanitarias que deben cumplir los productos cárnicos procesados y los establecimientos dedicados a su proceso.



### Norma de pescados y mariscos

Estos alimentos están regulados en la NOM-242-SSA1-2009 establece los requisitos sanitarios para: las áreas de captura de moluscos bivalvos; los establecimientos que procesan productos de la pesca frescos, refrigerados, congelados y procesados, incluyendo las embarcaciones de pesca y recolección



### Norma de cereales y derivados

En México se manejan diferentes reglas para:

- Arroz.
- Cereal.
- Garbanzo.
- Maíz.
- Trigo.
- Mijo.

### Norma de alimentos azucarados- (Mermeladas, jaleas, mieles y caramelos, cajeta, jugos y néctares)

En el CODEX ALIMENTARIUS se establecen las normas siguientes: Se aplica a las confituras, jaleas y mermeladas, según se definen en la Sección 2 infra, que están destinadas al consumo directo, inclusive para fines de hostelería o para reenvasado en caso necesario.



## **REFERENCIAS:**

Universidad del Sureste. (2022). *Antología de Legislación en Nutrición*. PDF. Págs. 67-93.