

**GUIA DE APLICACIÓN DEL PROTOCOLO DE
ESTABLECIMIENTOS QUE ELABORAN ALIMENTOS
SIN
GLUTEN PARA CONSUMIDOR FINAL**



Región de Murcia

Consejería de Salud

Dirección General de Salud Pública y Adicciones

Servicio de Seguridad Alimentaria y Zoonosis

INDICE

1. INTRODUCCIÓN

1.1 LA ENFERMEDAD CELIACA

1.2 CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS SEGÚN SU CONTENIDO EN GLUTEN

1.3 LOGOS IDENTIFICATIVOS DE ALIMENTOS SIN GLUTEN

2 OBJETIVOS

3 ALCANCE

4 DEFINICIONES

5 MARCO LEGAL

6 REQUISITOS PREVIOS

6.1 DISEÑO DE LOCAL Y EQUIPOS

6.2 PERSONAL

6.3 PRODUCTOS ALIMENTICIOS

7 PROGRAMA DE AUTOCONTROL

7.1 PLAN DE FORMACIÓN

7.2 PLAN DE CONTROL DE PROVEEDORES

7.3 PLAN DE LIMPIEZA Y DESINFECCION

**7.4 PLAN DE ELABORACION Y BUENAS PRACTICAS PARA ALIMENTOS SIN
GLUTEN**

7.5 PLAN DE CONTROL DE AGUA

7.6 PLAN DE CONTROL DE TEMPERATURAS

7.7 PLAN DE CONTROL DE PLAGAS

7.8 PLAN DE ELIMINACIÓN DE RESIDUOS

7.9 PLAN DE MANTENIMIETO

1. INTRODUCCIÓN

1.1 La celiaquía o enfermedad celíaca (EC) es una enfermedad crónica, sistémica o multi-orgánica y autoinmune, que daña primeramente el intestino y afecta a personas con predisposición genética, esto es producido por una intolerancia permanente al **gluten**.

Aunque tradicionalmente se consideraba como un trastorno digestivo actualmente se sabe que es una enfermedad sistémica, ya que la respuesta inmunitaria anormal causada por el gluten puede dar lugar a la producción de diferentes auto anticuerpos que inician una respuesta celular, la cual pueden atacar a diversos órganos y sistemas. Existe una relación de **síntomas** que suelen darse de forma frecuente en la EC, pero, tanto en el niño como en el adulto, los síntomas pueden ser atípicos o estar ausentes, dificultando el diagnóstico. Además, los enfermos celíacos pueden manifestar simultáneamente otras enfermedades asociadas, algunas de ellas muy graves como es el caso de los carcinomas de garganta o intestino.

La **prevalencia** estimada en los europeos y sus descendientes es del 1-2%, siendo más frecuente en las mujeres con una proporción 2:1. Un porcentaje importante de pacientes (75%) están sin diagnosticar, debido en su mayor parte, a que la EC durante años se ha relacionado, exclusivamente, con su forma clásica de presentación clínica.

El único tratamiento que tiene la EC a día de hoy consiste en el seguimiento de **una dieta estricta sin gluten** durante toda la vida. La ingesta de pequeñas cantidades de gluten, que superen las 20 ppm, de forma puntual o continuada, puede causar trastornos importantes y no deseables.

Por lo que el objetivo de esta dieta es retirar definitivamente el gluten de la alimentación del celíaco para garantizar la perfecta recuperación de las vellosidades intestinales y evitar recaídas.

1.2 La clasificación de alimentos según su contenido en gluten sería la siguiente:

ALIMENTOS SIN GLUTEN GENÉRICOS

- Alimentos que en su estado natural no contienen gluten: carne, pescado, frutas, verduras, huevos, legumbres, hortalizas, leche, patatas, etc. (alimentos sin tratar a nivel industrial).

Aperitivos

- Aceitunas con y sin hueso, aceitunas rellenas de pasta de anchoa o pimiento
- Aperitivos de patata (ingredientes: patata, aceite y sal), sin aromas ni sabores
- Encurtidos: pepinillos, alcaparras, cebolletas en vinagre, altramuces, etc.
- Palomitas de maíz envasadas (ingredientes: maíz, aceite y sal)

Azúcares y Edulcorantes

- Almíbares
- Azúcar blanco, moreno y vainillado
- Edulcorantes (aspartamo, ciclamatos y sacarina)

- Fructosa (azúcar para diabéticos) y glucosa
- Miel, miel de caña y melazas

Bebidas Alcohólicas

- Anís, aguardiente (de frutas, de vino, de sidra) y curazao
- Brandy o Coñac
- Ginebra y pacharán
- Ron y ratafía catalana
- Tequila
- Vinos (tintos, rosados, blancos, amontillados, dulces y vermut)
- Vinos espumosos (Cavas, Champagne y sidras)
- Whisky y Vodka

Bebidas NO Alcohólicas

- Achicoria
- Cafés, todos los tipos (naturales, descafeinados, torrefactos), en grano, molidos, solubles, solubles instantáneos y extractos solubles de café
- Gaseosa, sifón y sodas
- Infusiones de hierbas naturales, sin aromas (ej.: menta, té, manzanilla, tila, etc.)
- Néctares, mostos y zumos de frutas y néctares de frutas con edulcorantes
- Refrescos: bitter, tónicas, bebidas (sabor cola, limón, lima-limón, naranja y manzana), otros refrescos: light, sin azúcar, sin cafeína y bebidas refrescantes de té con sabores

Cacaos y Chocolates a la Taza

- Cacao puro en polvo azucarado
- Cacao puro y cacao puro en polvo
- Pasta de cacao

Cereales y Pseudocereales

- Arroz, maíz, quínoa, amaranto, mijo, sorgo, yuca, trigo sarraceno o alforfón y sin moler

Congelados y Refrigerados

- Ensaladas y ensaladillas congeladas, de hortalizas, verduras y pescado, sin cocinar
- Hortalizas y verduras congeladas, sin cocinar
- Patatas pre fritas congeladas (ingredientes: patata, aceite y sal)
- Pescado y marisco congelado, sin rebozar

Embutidos y Productos Cárnicos

- Carne y vísceras, frescas, congeladas en conserva sin cocinar
- Cecina y tocino
- Jamón cocido, sólo calidad extra
- Jamón y paleta curados (tipo jabugo, serrano, etc.)
- Panceta y lacón frescos, salados o curados
- Salazones y salmueras: lacón, costillas, orejas, manos y rabos salados

Espicias, Condimentos y Sazonadores

- Colorantes y aromas naturales, en rama, hebra y grano (ej.: azafrán, canela en rama, cúrcuma, vainas de vainilla)
- Especies naturales, en rama, hebra y grano
- Especies y hierbas naturales, molidas* o deshidratadas (ej.: pimienta, perejil, canela, nuez moscada, orégano, etc.), siempre envasadas nunca a granel
- Sal
- Vinagres de manzana, Módena, sidra, vino

***ATENCIÓN: EN EL CASO DEL COMINO, SÓLO SE CONSIDERA GENÉRICO AL QUE ESTÁ EN GRANO**

Frutas y Derivados

- Conservas de fruta (en almíbar y compota)
- Frutas confitadas y frutas glaseadas
- Frutas desecadas: albaricoques, dátiles, orejones, pasas y ciruelas
- Frutas frescas
- Mermeladas, confituras y cremas dulces

Frutos Secos

- Frutos secos crudos

Golosinas

- Caramelos duros con o sin palo y con o sin azúcar (tipo cristal: cola, fresa, limón, menta, naranja, piña y plátano)
- Regaliz de palo

Grasas

- Aceites, todos los tipos
- Grasas animales (manteca, sebo, tocino, etc.)
- Mantequilla tradicional
- Margarinas sin fibra

Harinas y Derivados

- Tapioca o fécula de mandioca

Helados

- Barras y tarrinas sabores nata y/o vainilla
- Helados de agua (ej.: polos de limón, naranja, cola,...). Atención los "flag" o "flas" no son helados, véase golosinas

Hortalizas, Verduras, Tubérculos y Derivados

- Congelados, sin cocinar
- Conservas cocidas "al natural", en vinagre
- Ensaladas y ensaladillas, cocidas sin cocinar
- Frescos, desecados o deshidratados

Huevos

- Huevos frescos, en polvo, deshidratados (huevo en polvo) y líquidos (pasteurizado)

Lácteos y Sustitutos Lácteos

- Bebidas de soja o licuados de soja (ingredientes: soja -habas de soja-, agua y sal)
- Cuajada fresca
- Cuajo, requesón y kéfir
- Leches, todos los tipos (fresca, condensada, en polvo...) tanto enteras como desnatadas. Leches enriquecidas con calcio, fósforo, flúor, sales minerales, vitaminas, jalea real y Omega 3
- Leches fermentadas y leches fermentadas líquidas naturales (sin aromas/sabores/frutas)
- Natas para repostería: líquida, montada o batida y en spray.
- Quesos frescos (tipo blanco pasteurizado natural, Burgos, Quark, Mozzarella, Villalón, y requesones), con o sin lactosa, enteros, cuña, media cuña o lonchas
- Quesos tiernos, fermentados, curados y semicurados (Brie, Camembert, Cheddar, queso de bola, Edam, Emmental, Gouda, Gruyere, Manchego, Parmesano, Torta del Casar, Roquefort, queso azul, etc.), con o sin lactosa, enteros, cuña, media cuña o lonchas
- Yogures naturales (enteros, desnatados, enriquecidos, azucarados, bífidos, con caroteno y con vitaminas)
- Yogur Griego (naturales)

Legumbres

- Legumbres en conserva cocidas o precocinadas "al natural"
- Legumbres y leguminosas secas: alubias, garbanzos, lentejas, soja, etc. (OJO: revisar que no haya granos de trigo)

Levaduras

- Impulsores o gasificantes (bicarbonato sódico, ácido tartárico, sal de seltz y sal de frutas)
- Levadura fresca de panadería (*saccharomyces cerevisiae*), en bloques o pastillas

Pescados, Mariscos y Derivados

- Conservas de pescado/marisco (al natural, en aceite, al limón y al ajillo)
- Ensaladas y ensaladillas de pescado con hortalizas, verduras, etc., sin cocinar
- Pescados frescos ahumados (salmón, trucha y bacalao)
- Pescados y mariscos, frescos, cocidos, congelados sin rebozar, salados y desecados (ej.: bacalao)

Preparados para postres y repostería

- Coco rallado
- Cola de pescado (láminas)
- Agua de Azahar

Productos para dietas Vegetarianas

- Tofu (habas de soja, sal y agua)

Purés y Cremas

- Copos de patata y purés de patata instantáneos, sin aromas ni añadidos

Salsas

- Salsas hechas en casa
- Tinta de calamar (ingredientes: tinta de calamar/sepia/cefalópodo, sal y agua)
- Tomate natural (entero/triturado)

ALIMENTOS QUE PUEDEN CONTENER GLUTEN

- Productos que en su proceso de elaboración han podido contaminarse de gluten, conteniendo trazas. Entre sus ingredientes también puede tener añadidos almidones, colorantes, espesantes, aromas, etc. que contengan gluten.

Aperitivos

Aperitivos de arroz, maíz, patata... con aromas o sabores

Kikos, pipas, palomitas de sabores

Azúcares y Edulcorantes

Azúcar en polvo y glas

Bebidas

Bebidas isotónicas, horchatas, infusiones con aroma, tintos de verano.

Cacaos y Chocolates

Cacao en polvo con harinas

Chocolates solubles, instantáneos y a la taza

Bombones, trufas, chocolates, coberturas de chocolate, cremas de cacao para untar

Embutidos y productos cárnicos

Albóndigas, bacón, brochetas, butifarra, chistorras, chóped, chorizo, hamburguesas y carnes picadas, ahumados, morcillas, lomos embuchados, mortadelas, patés, sobrasadas.

Especias, condimentos y sazonadores

Condimentos y sazonadores, pimentón.

Golosinas

Caramelos de goma, espumas dulces, flas, surtidos, etc.

Grasas

Mantequillas fáciles de untar, mantequillas ligeras, margarinas con fibra.

Helados

Granizados y otros

Hortalizas, verduras, tubérculos y derivados

Ensaladas y ensaladillas con queso, sucedáneos de marisco o salsas.

Lácteos y sustitutos lácteos

Batidos, leches fermentadas, natas para cocinar, quesos de untar con sabores

Quesos en lonchas, porciones o rallados

Postres (natillas, flanes, crema catalana, mousses...)

Quesos frescos con sabores tipo petit

Sustitutos lácteos (postres de soja, cremas de almendras, bebidas de arroz...)

Yogures aromatizados, enriquecidos con fibra o para beber

Legumbres

Harinas de legumbres, legumbres cocinadas.

Los envases de lentejas crudas pueden contener granos de cereales!

Levaduras

Levadura deshidratada o extractos de levadura

Pescados, mariscos y derivados

Albóndigas de pescado

Conservas de pescado/marisco (en salsa, escabeche, con tomate, embutidas...)

Patés de pescado

Sucedáneos de pescado y marisco: gulas, palitos de cangrejo, surimi...

Salsas

Salsas preparadas

Pastillas de caldo

Purés y cremas

Sopas, consomés y caldos

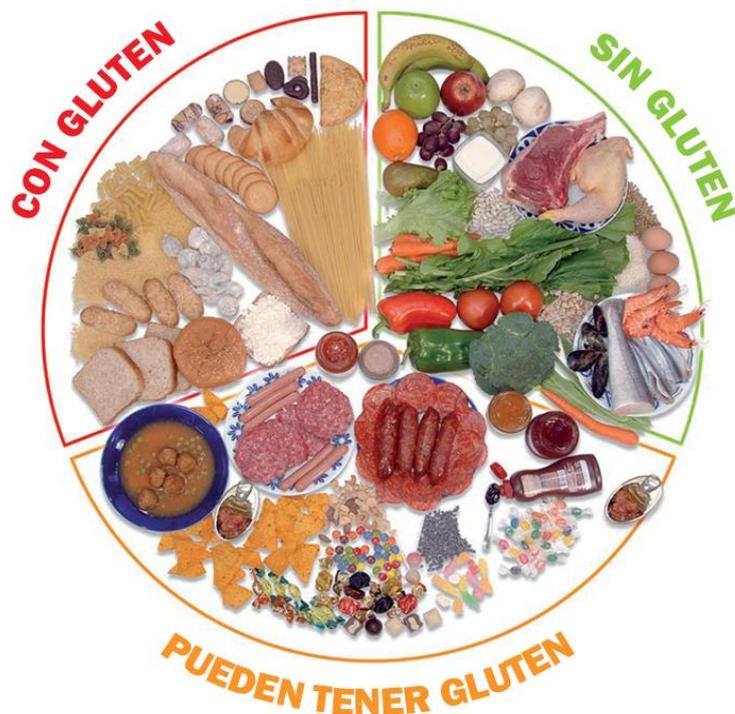
ALIMENTOS CON GLUTEN

(NO SE PUEDEN CONSUMIR)

Productos elaborados a partir de los cereales prohibidos para los celíacos.

- Pan y harinas de cereales con gluten: trigo, cebada, centeno, triticale, kamut, espelta y avena.
- Bollos, pasteles y tartas.
- Galletas, bizcochos y productos de repostería.

- Pasta alimenticia de trigo: fideos, macarrones, tallarines...
- Higos secos.
- Bebidas destiladas o fermentadas a partir de cereales: cerveza, agua de cebada.
- Productos manufacturados en los que entre en su composición cualquiera de las harinas ya citadas y en cualquiera de sus formas: féculas, sémolas, proteínas.
- Obleas de la comunión.



1.3 Logos de identificación de alimentos sin gluten

La forma de identificación o etiquetado específico de los alimentos e ingredientes destinados a personas con intolerancia al gluten se asegura mediante una simbología de estos productos controlado por la Federación de Asociaciones de Celíacos de España (FACE).

A. La Marca de Garantía “Controlado por FACE”, se crea para aquellas empresas que elaboran productos alimenticios aptos para celíacos (dietas sin gluten) y desean

garantizar a los consumidores el cumplimiento de unas buenas prácticas de control y asegurar la calidad de sus productos por medio de la certificación con dicha marca de garantía. La certificación con la Marca de Garantía se consigue mediante la verificación del sistema de calidad del fabricante, que debe incluir como PCC (Punto Crítico de Control) de su sistema APPCC (Análisis de peligros y Puntos Críticos de Control) la presencia de gluten en toda la cadena productiva, desde la recepción de la materia prima hasta el envasado del producto terminado.

Los establecimientos certificados están sometidos a una verificación que se realiza a través de entidades de certificación acreditadas por ENAC conforme a los criterios recogidos en la norma UNE: EN 45011:98. De esta manera se garantiza un producto final con unos niveles de gluten inferiores a 10 ppm, que estaría por debajo del límite crítico actualmente establecido. A esta marca se pueden acoger tanto los fabricantes de productos especiales para celíacos (pan, bollería, pasta alimenticia, etc.) como otros fabricantes que de manera voluntaria adquieren un compromiso particular con el colectivo celíaco aun elaborando productos convencionales (embutidos, lácteos, comidas preparadas etc.).

FACE ha sido pionera en la creación de esta Marca de Garantía, totalmente novedosa a nivel internacional, que ante las grandes lagunas legislativas aún existentes en relación al término “sin gluten”, supone una gran ayuda para las empresas que quieran fabricar productos sin gluten, al ofrecerles unas pautas claras de actuación y un distintivo de calidad y seguridad para el consumidor celíaco. Esta marca de garantía presenta la siguiente simbología.



B. Existe también el **símbolo internacional sin gluten** que se encuentra regulado por la AO ECS (Sociedad de Asociaciones de Celíacos de Europa) quien delega en sus asociaciones miembros la concesión del uso y su control. En la actualidad, las industrias que deseen utilizar este símbolo, deben certificarse con el “Sistema de Licencia Europeo” (ELD) y para que este símbolo tenga validez, debe ir acompañado por el nº de registro concedido por la asociación, dicho número consta de los siguientes dígitos:

☐ XX: Código del país. (Como el ELS es una certificación europea en el mercado español se pueden encontrar productos que estén certificados por las asociaciones de celíacos de otros países.).

☐ YYY: Código correspondiente a la empresa.

☐ ZZZ: Código del producto.

Este símbolo registrado garantiza que el producto final posee unos niveles de gluten inferiores a 20 ppm.



AVENA/OATS
XX-YY-ZZZ

AVENA/OATS.-el producto contiene avena pura.

Todos estos productos etiquetados con la leyenda “sin gluten” deben cumplir el Reglamento (CE) nº 41/2009 (y a partir del 20 de julio de 2016 el Reglamento nº828/2014), estableciendo la normativa legal vigente que estos productos deben tener **menos de 20 ppm** de gluten. Los productos que contengan trigo, centeno, cebada (híbridos) y avena o que contengan uno o más ingredientes hechos a partir de estos cereales, que se hayan procesado específicamente para reducir su contenido de gluten **<100 ppm** de gluten en el alimento tal como se vende al consumidor final, estos pueden aparecer con las siguientes leyendas:

“Muy bajo en gluten”

“Adecuado para celíacos”

“Adecuado para personas con intolerancia al gluten”

“Elaborado específicamente para celíacos”

“Elaborado específicamente para personas con intolerancia al gluten”

Y hay que tener en cuenta que dichos alimentos no son aptos para todos los celíacos, ya que estos niveles de gluten no garantizan la seguridad. Por lo que un menú sin gluten no los puede contener.

2. OBJETIVO

Este documento tiene por objeto:

1. proporcionar orientaciones generales para todos los establecimientos alimentarios que oferten alimentos sin gluten al consumidor final en relación con la gestión del

riesgo que pueden ser fácilmente adaptadas a diferentes procesos de producción y a diferentes diseños de instalaciones.

2. Que dichos establecimientos ofrezcan menú sin gluten con garantías a la hora de su elaboración, trazabilidad de productos, contaminación cruzada y/o presentación en sala. Todos ellos, pasos fundamentales e imprescindibles, a la hora de ofrecer un menú sin gluten apto para celíacos.

3. Fomentar la inclusión de establecimientos de restauración ubicados dentro de la región en la iniciativa “Murcia sin gluten”.

4. Llevar a cabo un programa de seguimiento y control de los procedimientos de elaboración y manejo de los menús sin gluten y la determinación analítica de la posible presencia de gluten en determinados alimentos incluidos en los menús adaptados a este tipo de intolerancia.

5. Aportar una herramienta para garantizar la inocuidad en la elaboración de comidas preparadas sin gluten destinadas a la población celíaca y que se garantice que esta elaboración se realice en el contexto de seguridad alimentaria, es decir, que tenga en cuenta los requisitos de higiene exigidos por la legislación alimentaria vigente a través de la implantación de sistemas de autocontrol basados en el APPCC (Análisis de Peligros y Puntos de Control Crítico).

3. ALCANCE

La presente guía es de aplicación a los establecimientos de restauración, obradores y otros establecimientos alimentarios que ofrezcan alimentos sin gluten al consumidor final, es decir, a todos los establecimientos alimentarios que están inscritos en el Registro Autonómico de la Región de Murcia para la actividad alimentaria de “alimentos sin gluten”.

4. DEFINICIONES

“Productos alimenticios para personas intolerantes al gluten”: los productos alimenticios destinados a una alimentación particular elaborados, tratados o preparados especialmente para responder a las necesidades nutricionales particulares de las personas intolerantes al gluten.

“Gluten”: una fracción proteínica del trigo, el centeno, la cebada, la avena o sus variedades híbridas y derivados de los mismos, que algunas personas no toleran y que es insoluble en agua así como en solución de cloruro sódico de 0,5 M.

“Trigo”: cualquier especie de *Triticum*.

“SIN GLUTEN” La declaración «sin gluten» solamente podrá utilizarse cuando los alimentos, tal como se venden al consumidor final, no contengan más de 20 mg/kg de gluten.

“MUY BAJO EN GLUTEN” La declaración «muy bajo en gluten» solamente podrá utilizarse cuando alimentos que consistan en trigo, centeno, cebada, avena o sus variedades híbridas, o que contengan uno o más ingredientes hechos a partir de estos cereales, que se hayan procesado específicamente para reducir su contenido de gluten, no contengan más de 100 mg/kg de gluten en el alimento tal como se vende al consumidor final.

5. MARCO LEGAL

- CODEX STAN 118-1979 Norma del Codex relativa a los alimentos para regímenes especiales destinados a personas intolerantes al gluten.
- Reglamento (CE) nº 852/2004 del Parlamento Europeo y del Consejo de 29 de abril de 2004 relativo a la higiene de los productos alimenticios.
- Reglamento (CE) nº 41/2009 de la Comisión de 20 de enero de 2009 sobre la composición y etiquetado de los productos alimenticios apropiados para personas con intolerancia al gluten.
- Ley 17/2011 de 5 julio de seguridad alimentaria y nutrición.
- Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.
- Reglamento de Ejecución (EU) Nº 828/2014 de la Comisión de 30 de julio de 2014 relativo a los requisitos para la transmisión de información a los consumidores sobre la ausencia o la presencia reducida de gluten en los alimentos.
- Real Decreto 126/2015, 27 de febrero, por el que se aprueba la norma general relativa a la información alimentaria de los alimentos que se presenten sin envasar para la venta al consumidor final y a las colectividades, de los envasados en los lugares de venta a petición del comprador, y de los envasados por los titulares del comercio al por menor.

6. REQUISITOS PREVIOS

6.1 DISEÑO DEL LOCAL Y EQUIPOS

Es importante tener en cuenta el **diseño** y la **distribución** de las áreas donde se va a elaborar alimentos sin gluten, evitando que haya cruzamientos entre las actividades y circuitos incluyendo el personal, equipos, aire y su relación con el flujograma de procesos pues ínfimas cantidades de gluten en el ambiente y superficies pueden contaminar los alimentos sin gluten.

Por tanto las consideraciones específicas para minimizar los riesgos incluyen evitar la contaminación cruzada, para ello se deberá de contar con una zona exclusiva para elaborar alimentos sin gluten que se encuentre suficientemente aislada y/o alejada de elementos susceptibles de generar contaminación cruzada así como un almacén o zona exclusiva de materias primas sin gluten y de producto acabado claramente identificado. En el caso de establecimientos cuya actividad principal es la de elaboración de alimentos que contengan harina (panaderías, pizzerías...etc.) esta zona deberá estar separada físicamente del resto, la **separación física** puede incluir paredes, barreras o divisiones suficientes para minimizar o eliminar el riesgo de contaminación, a excepción de que los productos sin gluten que se ofrezcan en dichos establecimientos estén envasados durante todo el proceso de elaboración hasta su servicio.

Para evitar la contaminación cruzada es importante no compartir maquinaria, equipos ni utensilios, y que estos estén correctamente identificados o codificados por colores o etiquetas para diferenciarlos de los habituales.

En el caso de que algún utensilio como cubiertos de sala, menaje... se comparta es fundamental una exhaustiva limpieza de los mismos para eliminar posibles restos con gluten (lavado mecánico) y en el caso de que algún equipo, maquinaria o gran electrodoméstico como (horno, frigorífico,...) se comparta, es preferible no simultanear su uso con alimentos con y sin gluten. Cuando no sea posible, deberán estar identificadas las zonas para un tipo u otro de alimento y poder limpiarse eficazmente, aplicándose los protocolos adecuados para verificar y validar el protocolo de limpieza. Colocando siempre los alimentos sin gluten en las bandejas más altas y protegidos.

6.2 PERSONAL

Todo el personal involucrado en la recepción, elaboración y distribución de alimentos sin gluten debe ser consciente de los riesgos y por lo tanto saber gestionar dichos riesgos mediante unas **Buenas Prácticas de Manipulación (BPM)**. Lo ideal sería disponer de personal exclusivo para la elaboración y servicio de alimentos sin gluten, pero tanto si es personal exclusivo o no para ello, lo fundamental es que dicho personal reciba una formación específica dentro de sus responsabilidades, tomando conciencia de las medidas necesarias para minimizar el riesgo de contaminación cruzada.

Es importante suministrar ropa de trabajo para el uso en zonas exclusivas de alimentos sin gluten donde exista un alto riesgo de contaminación cruzada a través de la ropa, siendo esta ropa diferenciada de la habitual mediante colores.

6.3 PRODUCTOS ALIMENTICIOS

Es necesario garantizar que toda la materia prima para elaborar platos sin gluten sea sin gluten, para ello es necesaria **LA GARANTÍA DE AUSENCIA DE GLUTEN**.

Las materias primas sin gluten deberán ser identificadas en la recepción y almacenadas en zona exclusiva con un etiquetado claro que evite el riesgo de confusiones, una vez abierto el envase original estas deberán depositarse en recipientes cerrados y claramente etiquetados.

Igualmente ocurre con los platos elaborados sin gluten estos deben ser manipulados correctamente para evitar cualquier contaminación cruzada no elaborando simultáneamente platos con y sin gluten, evitar que el plato pase por sitios donde puedan caerle restos de otros productos con gluten, y una vez elaborado dicho plato deberá estar correctamente etiquetado o identificado, (por ejemplo con platos de diferente color, banderitas..), para que a la hora del servicio se eviten confusiones y contaminaciones.

7. PROGRAMA DE AUTOCONTROL

Los **prerrequisitos** tienen como objetivo establecer procedimientos sobre aspectos básicos de higiene relacionados con las actividades de la empresa. Son la base sobre la que se apoya el plan de autocontrol **APPCC**, su correcta implantación permite mantener bajo control peligros que de forma generalizada afectan a distintas actividades de la industria alimentaria.

La forma de garantizar la seguridad alimentaria de los productos sin gluten que se elaboran es a partir de un sistema de control interno donde todos los posibles riesgos de contaminación, sean controlados minuciosamente.

7.1 Plan de formación de manipuladores

Para que este sistema de control funcione, no se debe olvidar un factor fundamental, como es la formación del personal, asegurándonos de que reciben las pautas correctas para la elaboración de los productos sin gluten y de que conocen las consecuencias que implicarían, para este colectivo, cualquier error o mala práctica de elaboración. En definitiva, el grado de implicación y conocimiento de todo el personal va a ser decisivo para la buena gestión de este servicio.

Para garantizar el éxito, la formación del personal debe:

- a) Establecer una etapa inicial de sensibilización acerca de la enfermedad celíaca. Es necesario que el personal sea consciente que ser celíaco es una enfermedad y que ingerir alimentos sin gluten no es una elección o una preferencia.
- b) Recabar información acerca de qué es el gluten y en qué tipo de alimentos se encuentra.
- c) Recoger explicaciones acerca de las buenas prácticas de manipulación y fabricación de alimentos para reducir o eliminar los posibles riesgos que puedan presentarse durante las etapas de recepción y almacenamiento de materias primas, elaboración de alimentos, almacenamiento y distribución o servicio del producto elaborado.

Finalmente, el personal debe estar familiarizado con los alimentos sin gluten que se elaboran en el establecimiento, con los ingredientes que los componen y la identificación que llevan, tanto los ingredientes como los platos elaborados y utensilios.

En la medida de lo posible esta formación debe ser continua y abarcar a todo el personal que trabaja en el establecimiento, cumpliendo las pautas establecidas en el documento elaborado por la Dirección General de Salud Pública *“Instrucciones de la Dirección General de Salud Pública en relación a la aplicación del Capítulo XII del Anexo II Formación del Reglamento 852/2004 Relativo a la Higiene de los Productos Alimenticios”*

7.2 Plan de control de proveedores

En el caso de un establecimiento que quiere elaborar alimentos destinados a la población celíaca, este plan debe asegurar que las materias primas, ingredientes y productos utilizados en sus elaboraciones no aporten gluten, para ello se debe garantizar que se trabaja con proveedores que suministren materias primas, ingredientes y alimentos que no contengan gluten.

Se deberá elaborar un listado de proveedores homologados o autorizados a los que se les haya solicitado la siguiente información;

- Fichas técnicas de los productos suministrados.
- Certificado de ausencia de gluten por producto, mediante certificado analítico, marca de garantía o etiquetado específico.

Elaborando una relación de estos proveedores donde se indique además de la información anterior los siguientes datos; el nombre, domicilio, productos que suministra, número de AS o RGSEAA.

7.3 Plan de limpieza y desinfección

La **limpieza y desinfección de las instalaciones y equipos** revisten de una gran importancia para minimizar la contaminación y asegurar la inocuidad de los alimentos sin gluten. El establecimiento contará con procedimientos estandarizados y validados de limpieza y desinfección, ya que dichos procedimientos pueden resultar eficientes desde un punto de vista higiénico pero ineficiente para eliminar el gluten. Para ello se realizara muestreo en los lugares críticos de difícil acceso o potencialmente contaminables.

Por lo que se elaborará un Plan de limpieza y desinfección adaptado a sus instalaciones, el plan debe contener toda la información necesaria para su aplicación de forma adecuada y disponer de equipos y utensilios de limpieza exclusivos para limpiar las áreas, equipos y utensilios que entran en contacto con los alimentos sin gluten. Priorizando los utensilios no reutilizables, como el papel.

Dicho plan deberá contener un listado de las diferentes zonas del local, equipos y maquinaria, descripción de los procedimientos de limpieza y desinfección, frecuencia de limpieza de los locales y equipos, productos de limpieza utilizados y el sistema de verificación de que dicha limpieza ha sido efectiva.

7.4 Plan de elaboración y buenas prácticas para alimentos sin gluten

Con el fin de obtener alimentos seguros para las personas que padecen la enfermedad celíaca, el operador económico deberá diseñar un plan donde se describa todo el proceso de elaboración y manipulación de las materias primas y productos sin gluten, recopilando de forma ordenada las instrucciones que cada establecimiento va a aplicar para la elaboración de forma segura de los alimentos sin gluten, incluyendo en este plan, al menos, los siguientes puntos;

- Descripción de la actividad que van a realizar (comidas preparadas, harina y derivados u otros)
- Relación de los platos sin gluten que se van a elaborar

- Fichas técnicas de dichas elaboraciones (ingredientes y marcas comerciales)
- Análisis que se van a realizar para verificar que dichos alimentos son alimentos exentos de gluten
- Relación del personal encargado de la realización de dichos platos
- Descripción de los equipos y útiles utilizados para los alimentos sin gluten y los que van a compatibilizar para alimentos con y sin gluten
- Descripción de las diferentes identificaciones e instrucciones para evitar errores y confusiones a la hora de la elaboración y servicio de los platos sin gluten.
- Descripción de la Buenas Prácticas de Manipulación que se van a llevar a cabo en el establecimiento para minimizar el riesgo de cualquier contaminación y o confusión incluyendo la asistencia en sala.

Las Buenas Prácticas de Manipulación hacen referencia a aquellas pautas de higiene e indumentaria que deben cumplir todos los manipuladores de alimentos ya que éstos pueden ser fuente de contaminación de los alimentos elaborados sin gluten a través de las manos, la ropa, delantales, etc. Por ese motivo, el personal que elabora este tipo de alimentos debe seguir unas buenas prácticas de manipulación como las que se describen a continuación:

- Evitar la contaminación de los alimentos sin gluten elaborados a través de la ropa de trabajo, delantales, etc. Se recomienda utilizar ropa exclusiva para la manipulación y elaboración de alimentos sin gluten, que deberá cambiarse en las ocasiones en las que se sospeche que ha podido haber “contaminación” con alimentos que puedan contener gluten.
- El lavado de manos frecuente es una de las mejores formas para garantizar la manipulación segura de los alimentos. Además de en las ocasiones habituales (entre manipulación de alimentos crudos y ya elaborados, después de manipular productos de limpieza, basuras, o de acudir al aseo, etc.), en la elaboración de alimentos sin gluten debe realizarse el lavado de manos, al menos, en las siguientes ocasiones:
 - ✓ Al inicio de la actividad, antes de la manipulación de cualquier alimento, superficie o utensilio; y antes de comenzar la elaboración de alimentos sin gluten.
 - ✓ Después de la manipulación de alimentos que contengan o puedan contener gluten.
 - ✓ Después de la manipulación de equipos y utensilios que se hayan utilizado con alimentos con gluten.
- Es importante elaborar los diferentes alimentos bajo las instrucciones de las recetas diseñadas para los alimentos sin gluten, que deben estar por escrito y con indicaciones claras.
- Utilizar siempre ingredientes sin gluten, ante la duda de si un ingrediente o materia prima puede contener gluten, es mejor no utilizarlo.
- Si se requiere la descongelación de materias primas y alimentos, éstos deberán mantenerse separados de los alimentos convencionales, en envases o envoltorios cerrados e íntegros y/o en momentos distintos.
- Utilizar equipos y utensilios exclusivos o que se hayan limpiado adecuadamente previamente a su uso para la elaboración de alimentos sin gluten. Es recomendable identificar de forma visible los utensilios exclusivos para la

elaboración de alimentos sin gluten de forma que se diferencien de sus homólogos usados con alimentos convencionales.

Tablas de corte, cuchillos y cubiertos de cocina, rodillos, coladores, espumaderas, espátulas, pinzas, bandejas para el horno, etc. son algunos de los utensilios que fácilmente puede tenerse en exclusiva. En el caso de pequeños equipos como batidoras, picadoras, freidoras, tostadoras, etc., que entrañan ciertas dificultades de limpieza deberán ser también de uso exclusivo.

- No utilizar aceites ni freidoras donde anteriormente se hayan frito alimentos con gluten. Mantener el mismo criterio para planchas y sartenes.
- En los tratamientos de asado y horneado, utilizar bandejas exclusivas para los alimentos sin gluten y, si es posible, utilizar el horno también de forma exclusiva. Si no es posible, proteger el alimento sin gluten y colocar las bandejas siempre en la parte superior para evitar contaminaciones cruzadas evitando la utilización de aires de recirculación. En el caso de establecimientos de harinas y derivados deberán de tener hornos distintos para las elaboraciones con y sin gluten.
- Es interesante recordar que para evitar que los alimentos se peguen a la plancha debe utilizarse aceite y nunca harina.
- En la elaboración de salsas y guarniciones, no emplear caldos procedentes de la cocción de alimentos que tienen o puedan contener gluten.
- Para espesar las salsas y preparar rebozados puede utilizarse harina de maíz o copos de patata, comprobando siempre que se han elaborado especialmente para personas celíacas. La adquisición de harinas de maíz, arroz, etc. que no certifiquen la ausencia de gluten supone un peligro ya que pueden estar contaminadas si la molienda se ha realizado en empresas en las que se muelen también otros cereales como trigo o cebada.
- La sal que se añade a los alimentos sin gluten no puede proceder de un salero abierto y que por tanto puede contener gluten de la elaboración de otros platos.
- Si se requiere pinchar el envase antes del calentamiento, realizarlo con útiles distintos a los utilizados para el resto de alimentos y usa siempre un utensilio limpio.
- A la hora de emplatar el producto sin gluten se realizara de forma separada del resto de productos comprobándose que los platos y resto de utensilios son exclusivos para alimentos sin gluten. En ocasiones, la presentación del plato requiere la limpieza del borde del mismo. En estos casos se recomienda el uso de papel de un solo uso. Es importante evitar contaminaciones cruzadas con el uso de trapos de cocina que se hayan podido usar con los platos convencionales o para otros usos.
- Evita que el plato pase por sitios donde puedan caerle restos (migas) de otros productos.
- Si el plato no se va a servir de forma inmediata, mantenerlo en una zona separada del resto de platos o cubrirlo con una tapa o campana protectora exclusiva para este fin.
- El plato preparado debe identificarse de forma inequívoca como alimento sin gluten para que el personal pueda servirlo a las personas celíacas sin confusión. Es importante por tanto, que el personal de servicio esté familiarizado con la

forma en la que se realiza la identificación de los platos sin gluten. Ante la duda de si la comida contiene o no gluten, no servir el alimento.

- Si el establecimiento dispone de pan sin gluten, ha de mantenerse separado del resto y utilizar cestas de pan exclusivas para el pan sin gluten.

En relación a el resto de planes,

7.5 Plan de control del agua,

7.6 Plan de control de temperaturas,

7.7 Plan de control de plagas,

7.8 Plan de eliminación de residuos,

7.9 Plan de mantenimiento,

Deberán adaptarse a lo establecido en *la guía* elaborada por la Dirección General de Salud Pública *para facilitar los autocontroles sanitarios en establecimientos de pequeña capacidad.*