



**PRUEBAS SELECTIVAS DEL SERVICIO MURCIANO DE SALUD**

**TEMARIO**

**TURNO ESPECÍFICO DE DISCAPACIDAD INTELECTUAL  
PERSONAL DE SERVICIOS/  
OPCIÓN PINCHE**

**TEMA 1**

**LA COCINA HOSPITALARIA. EL PRINCIPIO DE  
MARCHA ADELANTE. ZONAS DE TRABAJO.  
FUNCIONES DEL PINCHE DE COCINA.**

Dirección General de Recursos Humanos del Servicio Murciano de Salud. Unidad de Desarrollo Profesional. 2021

**TEMA 1**

La cocina hospitalaria. El principio de marcha adelante. Zonas de trabajo. Funciones del pinche de cocina.

**OBJETIVOS**

- Conocer las características de una cocina hospitalaria centralizada.
- Conocer el principio de marcha adelante en la cocina hospitalaria.
- Conocer las diferentes zonas de trabajo en las que se divide la cocina
- Conocer las tareas que se realizan en cada zona de trabajo.
- Conocer las funciones y tareas del pinche

**CONTENIDOS**

1. La cocina hospitalaria.
2. El principio de marcha adelante.
3. Zonas de trabajo.
4. Las funciones del pinche de cocina.

## 1. LA COCINA HOSPITALARIA.

### 1.1. La cocina hospitalaria centralizada.

La cocina es un lugar donde se preparan, conservan y se distribuyen los alimentos.

Si hablamos de un hospital, nos vamos a referir a la cocina hospitalaria centralizada que es una unidad de producción de comidas que después se distribuyen por los distintos departamentos del hospital para su consumo.

La cocina hospitalaria centralizada supone una forma de organizar la cocina que consiste en que todas las etapas, es decir, desde que se reciben las materias primas (los alimentos sin procesar) hasta que la comida se distribuye ya elaborada, se realiza en el mismo lugar.



(En una cocina “descentralizada” solo se elabora la comida y la distribución en raciones se haría en el lugar donde se va a consumir)

### 1.2. Ventajas de una cocina hospitalaria centralizada:

- Se ahorra en alimentos y se desperdicia menos porque la comida ya sale de la cocina distribuida en raciones exactas.
- Se consigue una mayor higiene de los alimentos porque solo se manipulan en la cocina, que es un lugar con medidas higiénicas adecuadas, y solo las manipula el personal de cocina, que conoce y respeta las normas de manipulación de alimentos. La comida sale tapada de la cocina hasta que la bandeja es abierta por el paciente.

- La presentación de la comida es mejor y se sirve a la temperatura idónea, porque desde que se emplata hasta que se entrega al paciente para su consumo no transcurre mucho tiempo.

## 2. EL PRINCIPIO DE MARCHA ADELANTE.

Según este principio, cuando se organiza el local de una cocina se tiene que hacer de manera que se siga el orden de trabajo que se efectúa sobre los alimentos.

Por ejemplo: si un alimento debe ser lavado antes de ser cocinado y emplatado, el orden de las zonas donde se realizan cada una de estas tareas deberá ser:

- 1º) Zona de lavado
- 2º) Zona de cocción
- 3º) Zona de emplatado

Siguiendo este orden de marcha adelante se persiguen dos objetivos:

- ✓ Que los productos sucios o de zonas sucias (vajilla sucia) NO SE CRUCEN con productos de zonas limpias (alimentos ya emplatados para ser servicios). Con ello hay menos riesgo de que se produzca una contaminación de los alimentos y, por lo tanto, un daño a los pacientes que deben consumirlos.
- ✓ Que el alimento NO RETROCEDA A UNA ZONA POR LA QUE YA HA PASADO EN LA COCINA, es decir, que una vez que ha alcanzado un determinado nivel en su elaboración no pueda ser trabajado en una zona de la cocina destinada a una fase anterior de la preparación. Por ejemplo: una verdura ya cocida, debe seguir a la zona de emplatado, y nunca volverá hacia la zona donde se está pelando, cortando o lavando la verdura antes de su cocción.

Con el principio de marcha adelante, todas las tareas de la cocina se hacen por orden, en un sentido de avance a través de las distintas zonas de trabajo de la cocina y siguiendo siempre los caminos cortos.

Cada zona de trabajo debe estar comunicada con las demás, pero siempre siguiendo el orden de las tareas.

### 3. ZONAS DE TRABAJO.

La cocina hospitalaria centralizada se divide en zonas de trabajo:

- Que están comunicadas entre sí
- Que siguen el orden de las tareas de la cocina aplicando el principio de marcha adelante que hemos visto en el punto anterior de este tema.

Estas zonas son:

1. Zona de recepción de los productos y mercancías.
2. Zona de almacenamiento
3. Zona de preparación.
4. Zona de elaboración.
5. Zona de emplatado
6. Zona de lavado
7. Zona de residuos

#### 1. Zona de recepción de mercancía y productos.

En esta zona se reciben las materias primas, es decir, los productos necesarios para poder cocinar. Normalmente son los proveedores (los vendedores) los que se encargan de llevarlos a la cocina del hospital.

En esta zona, la persona encargada tiene que controlar y revisar los productos para comprobar su calidad, es decir:

- Que tienen buenas condiciones higiénicas
- Que las etiquetas son correctas.
- Que están en buen estado
- Que la cantidad, el peso y la calidad se ajusta a lo que se ha encargado.

Si se comprueba que no se cumplen estas condiciones, los trabajadores de esta zona de la cocina también se encargarán de devolver la mercancía defectuosa al proveedor.

Un punto a tener en cuenta es el tiempo utilizado en la descarga, que debe hacerse en el menor tiempo posible. Por ejemplo, si en productos congelados o refrigerados tardamos mucho en hacer la descarga y el posterior almacenamiento, se puede producir un aumento de su temperatura y que los alimentos no tengan la necesaria calidad sanitaria.

## 2. Zona de almacenamiento.

El departamento de recepción también se encarga de almacenar los productos, así que, a continuación de la zona de recepción, habrá unos espacios para esta función de almacenamiento.

En esta zona es **importante**:

No almacenar productos que no sean alimentarios. Así, está prohibido almacenar, por ejemplo, productos de limpieza.



Esta sección se divide en distintos sectores o locales que tendrán unas condiciones de temperatura y humedad diferente según los alimentos que se vayan a conservar en ellos.

Así, podemos distinguir el almacenamiento de:

- Productos que no necesitan frío (productos secos y conservas)
- Productos que necesitan frío

## Almacenamiento de productos que no necesitan frío (productos secos y conservas)

En esta sección se almacenan productos como:

- ✦ Conservas en lata o de cristal. Pueden ser de vegetales (espárragos, alcachofas,...), de pescado (sardinas, atún,...), de productos cocinados (albóndigas, fabada,...) o de frutas (mermelada,...).
- ✦ Legumbres
- ✦ Harinas
- ✦ Pastas secas
- ✦ Leche
- ✦ Etc...



### Condiciones y características de almacenamiento no frío:

- ✓ Los alimentos se guardarán apilados.
- ✓ Los alimentos no deben tocar las paredes y techos

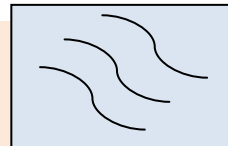


- ✓ Los alimentos no se colocarán nunca directamente en el suelo, sino sobre estanterías o palets

- ✓ El almacenaje será ordenado, para facilitar la localización del producto y el control de lo que se tiene y de lo que falta.
- ✓ Se controlarán las fechas de caducidad para poner delante los productos que antes se tengan que consumir y, así, estarán más accesibles que los que pueden aguantar más tiempo almacenados antes de caducar.



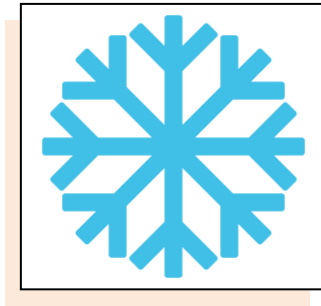
- ✓ El local deberá ser fresco y bien ventilado



- ✓ Es recomendable la luz natural, pero que no dé directamente a los productos almacenados.



## Almacenamiento de productos que necesitan frío



Dentro de la zona de almacenamiento habrá una “zona de cámaras” que debe tener **cámaras de refrigeración y cámaras de congelación**.

### → **Cámaras de refrigeración**

Estas cámaras son adecuadas para conservar los alimentos entre 0 y 4°C, es decir, sin llegar a congelarlos.

Los alimentos de cada tipo se almacenan en cámaras distintas o evitando que unos entren en contacto con otros para evitar:

- transmisión de olores (por ejemplo, que el pescado transmita su olor a la carne)
- contaminaciones cruzadas: hay que evitar que un alimento que se va a consumir crudo, como la lechuga para ensalada, entre en contacto con carnes crudas, que pueden tener microorganismos. En el caso de la carne, como antes de consumirla se cocina, estos microorganismos desaparecen, pero en el caso de la ensalada sí sería un riesgo para la salud.

### → **Cámaras de congelación**

Estas cámaras mantienen congelados los alimentos a temperaturas de entre -18 y -20°C. Al estar congelados, los alimentos se mantienen más tiempo.



En estas cámaras también se debe evitar el contacto entre los distintos alimentos para evitar las contaminaciones.

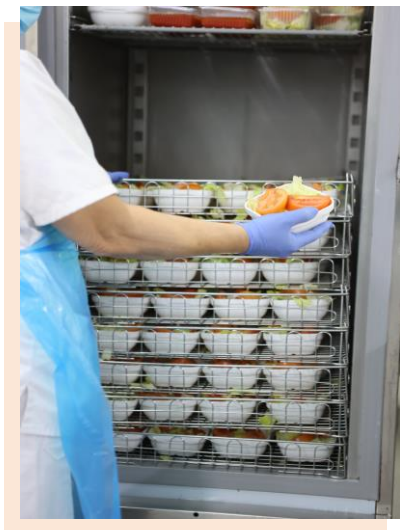
Hay que revisar el tiempo de conservación, porque la congelación mantiene los alimentos, pero no para siempre.

### Importante:

- ✓ En la zona de almacenamiento frío hay que controlar la temperatura de las cámaras y que las puertas cierran correctamente para asegurarnos de que los alimentos se conservan a la temperatura correcta.
- ✓ Las puertas de las cámaras no se deben abrir continuamente y hay que abrirlas el menor tiempo posible para que la temperatura se mantenga y para ahorrar energía.
- ✓ No se deben recargar mucho porque eso dificulta su limpieza y hace más difícil la circulación del aire frío por su interior.

### 3. Zona de preparación.

Las tareas que se realizan en esta zona son las siguientes:



- ✓ Elaboración de platos fríos. Por ejemplo: ensaladas y postres. Estos platos pasan directamente a la zona de distribución o se conservan en cámaras de refrigeración hasta que se vayan a preparar las bandejas para el consumo.
- ✓ Preparación de alimentos para ser cocinados.

La preparación se hace en zonas distintas, según el tipo de alimento, para evitar contaminaciones:

- Zona de preparación de carnes
- Zona de preparación de pescados
- Zona de preparación de verduras
- Zona de fiambre
- Zona de postres

En cada zona habrá los utensilios necesarios y adecuados para la preparación de esos alimentos.

*Por ejemplo, en la zona de carnes tendrá que haber cuchillos especiales para carne y máquinas picadoras.*



#### 4. Zona de elaboración.

La zona de elaboración es el espacio donde los alimentos se someten a la aplicación de calor para su transformación antes de ser consumidos, pero manteniendo sus propiedades.



Esta zona puede estar dividida en sectores según la actividad que se realice.  
*Por ejemplo un sector de asados y uno de cocción de verduras.*

## 5. Zona de emplatado.

En esta zona, la comida se distribuye en raciones individuales para su consumo.

Las comidas se deben servir:

- En raciones, según los menús previstos
- En el menor tiempo posible, para que no se enfríen.
- Con una buena presentación



*(En el tema 3 se desarrollan más detalladamente las tareas realizadas en la zona de emplatado.)*

## 6. Zona de lavado

Después de las comidas, se lavan los utensilios con los que se han elaborado y también las bandejas en las que se ha servido a los pacientes. Esto se hace en un área de la cocina específica donde se lavan y desinfectan todos los utensilios: vajilla, bandejas, cacerolas, carros, etc...



## 8. Zona de residuos

Los residuos que se producen en la cocina, que son muchos, deben permanecer apartados de la zona de manipulación de alimentos antes de que sean retirados definitivamente.

Para ello, habrá un local de almacén de residuos sólidos independiente de las instalaciones de la cocina. Esta zona debe ser de fácil limpieza y desinfección y que evite el acceso de insectos y otros animales indeseables.

Hay que tener en cuenta que esos residuos, sobre todo los restos de comida, son un foco de contaminación (tienen microorganismos que se multiplican y atraen animales como roedores o insectos). También generan mal olor.

Además, en la cocina hospitalaria los residuos se clasifican (residuos orgánicos, vidrio, envases, aceites, cartón,...) y se depositan en contenedores diferentes para su posterior reciclaje.



## 4. FUNCIONES DEL PINCHE DE COCINA.

En el Servicio Murciano de Salud los pinches de cocina realizan las siguientes funciones:

- Ⓢ *La preparación de los víveres para su condimento*
- Ⓢ *La limpieza de los útiles de cocina, del comedor y de los locales de cocina y anexos.*

Para desarrollar esas funciones generales, el pinche tendrá que realizar una gran variedad de tareas dentro de la cocina, como por ejemplo las siguientes:

- ⊕ Ayudar en la recepción de la mercancía
- ⊕ Ayudar a almacenar las mercancías
- ⊕ Preparar las hortalizas y frutas en crudo (limpiar, pelar, cortar,...)
- ⊕ Limpiar algunas carnes o pescados
- ⊕ Colaborar en la preparación de acompañamientos y guarniciones.
- ⊕ Preparar los útiles necesarios y facilitárselos a los cocineros.
- ⊕ Realizar tareas de emplatado.
- ⊕ Preparar los carros con las bandejas.
- ⊕ Limpiar las instalaciones de la cocina y todos los enseres utilizados.
- ⊕ Vaciar cubos de basura.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Editorial MAD. Pinche. Temario específico. Sevilla: 7 Editores; 2019.
2. ICB Editores. Cocina hospitalaria para pinches. Málaga: ICB, S.L. (Interconsulting Bureau); 2012.
3. Consellería de Sanidade . Xunta de Galicia. Guía de Implantación de sistemas de autocontrol en la restauración hospitalaria. Plan de análisis de peligros y puntos control crítico. La Coruña: Consellería de Sanidade, Xunta de Galicia; 2003.
4. Consejería de Empleo y Desarrollo Tecnológico. Servicio Andaluz de Empleo. Manipulación de Alimentos en Sanidad. Sevilla: Consejería de Empleo y Desarrollo Tecnológico; sf.
5. Osakidetza. Manual de buenas prácticas. Cocina. Donostia: Osakidetza; sf.
6. Coformación [sede Web]. Madrid: Coformación; sf [acceso 18 de febrero de 2021]. ¿Qué es la contaminación cruzada? [aproximadamente 4 pantallas]. Disponible en: <https://manipulador-de-alimentos.com/que-es-la-contaminacion-cruzada/>.
7. Hospitecnia [sede Web]. Madrid: Hospitecnia; 2018 [acceso 18 de febrero de 2021]. Cocina hospitalaria [aproximadamente 6 pantallas]. Dispone en: <https://hospitecnia.com/documentacion/articulos/cocina-hospitalaria/>