

Consideraciones al planificar arreglos (“layouts”) de Cocina y Almacén Centros Head Start y Early Head Start

Consideraciones Generales de Diseño:

Al diseñar una cocina y almacén para una renovación o construcción de una nueva planta física es importante evaluar varios aspectos: **espacio, ubicación, accesibilidad, equipos, matrícula, personal etc.** Muchas veces renovamos o construimos un área designada para preparar alimentos y descartamos la posibilidad de hacer cambios que podrían mejorar los servicios. La planificación es parte básica al hacer cualquier remodelación o construcción de una planta física.

Al hacer esa primera reunión de planificación de mejoras al área de preparación de alimentos es importante recibir retroalimentación principalmente del personal de área de nutrición. Este personal conoce la dinámica del trabajo y las necesidades detectadas en relación al lugar. El contratista o persona que realizara las mejoras es pieza básica en esa reunión para que conozca las necesidades y que regulaciones tiene que considerar al realizar el trabajo. Luego de esa reunión el próximo paso es visitar la planta física. En esa visita se pueden evaluar posibles opciones a considerar antes de iniciar los trabajos. Muchas veces se hacen remodelaciones en el mismo lugar sin evaluar otras áreas o espacios que facilitarían los trabajos.

Aspectos a considerar:

Matrícula: es la cantidad de niños asignados para dar servicios de HS/EHS. Antes de hacer una remodelación debemos evaluar si tendremos la misma matrícula o si habrá cambios. Si será de HS solamente o se añadirá un salón de EHS. Si de momento no se esperan cambios de matrícula, en la evaluación específicamente de la cocina el arreglo debe contemplar que en algún momento atenderíamos niños de EHS y si hay el espacio hacer el arreglo de una vez.

Espacio: Evaluar el espacio o dimensiones es básico al momento de planificar esas mejoras. Muchas veces hablamos de **área o pies cuadrados y olvidamos tenemos que hablar de largo y ancho.** Establecemos este principio porque el área de preparación requiere ubicar el equipo de forma que el ***gasto de energía** del empleado sea mínimo. En este lugar de trabajo el empleado está en constante movimiento.

Ej.: un área de 100 pies cuadrados puede ser :10 pies por 10 pies, pero también puede ser 2 pies por 50 pies. Aunque el espacio en ambos son 100 pies cuadrados, el largo y ancho hace la diferencia. En el primer caso puedo ubicar mejor los equipos, aunque ambos tienen la misma área cuadrada.

Cuando estemos evaluando ese espacio es necesario tener las medidas y la cantidad de los equipos básicos a utilizar en la cocina. Es el momento para aumentar la cantidad de equipo basado en las necesidades.

La literatura en relación a este tema habla de visualizar un triángulo imaginario al ubicar fregadero, estufa y equipo de refrigeración. Esto porque el trabajo diario se concentra entre estos tres equipos. Tenemos que pensar en todo momento en el personal que trabaja en esta área para reducir el ***gasto de energía** y reducir las lesiones en el área de trabajo.

***Nota: Gasto de energía** - minimizar los movimientos del empleado para un mejor rendimiento de trabajo. El movimiento del personal es fundamental para utilizar los recursos al máximo. Esto redundará en mayor productividad de este personal.

División entre cocina y salón: si la cocina está ubicada dentro del área del salón requiere haya una división de cemento o gipson board o material plycemen que retarde el fuego, por lo menos, dos horas. Esta división debe ser cerrada y debe tener un espesor de 3/4 de pulgadas. Si usted hace la división con este material tiene que mantener **la copia de la factura en el centro**. Se habla de un material plycemen.

Ubicación: es el lugar donde se encuentra el área designada para un trabajo. Generalmente la ubicación de la cocina requiere se visualicen dos aspectos: cercanía al área donde se dará el servicio y accesible a un área de entrada para que el suplidor pueda hacer las entregas de alimentos.

Si un centro tiene varios salones debemos considerar ubicar la cocina en un punto accesible a los salones. Y si el centro tiene ubicado un salón o varios salones de EHS la ubicación de la cocina debe ser cerca de estos salones. Esto por la demanda de servicios en esas edades.

Accesibilidad: este aspecto es que la cocina debe estar accesible de cualquier parte de la planta física.

Equipo: el saber las dimensiones y la cantidad de equipos de acuerdo a la matrícula es importante tenerlo disponible y accesible al momento de la remodelación, renovación o construcción de esta área. En el caso de tener una matrícula mixta: salones de HS con salones de EHS esto requiere incluir áreas para preparar formulas, otro fregadero para mantener la limpieza de los utensilios aparte, otro equipo de refrigeración porque las fórmulas necesitan un área aparte del resto de los alimentos refrigerados.

Personal: se considera la cantidad de personas que estarán trabajando en el área para saber y establecer el flujo o diagrama de trabajo.

Otros aspectos a considerar: Guía básica

Dimensiones mínimas cocina - Las medidas **mínimas** recomendadas para la cocina son 14 pies por 12 pies por salón o ambiente de EHS, esto para ubicar todo el equipo básico dentro de la cocina. Se recomienda añadir dos pies a las medidas básicas por salón o ambiente adicional. Esto es una medida que se considera, pero dependerá de los equipos que ustedes tengan en la subasta.

Dimensiones mínimas almacén- Las medidas **mínimas** recomendadas para los almacenes son 12 pies por 12 pies. Se recomienda añadir dos pies a la medida básica de este espacio por salón o ambiente adicional.

Ubicación del área de cocina y almacén – es importante que el área de cocina y almacén sea ubicada cerca y accesible a los salones. Cabe señalar que como mínimo este personal tiene que transportar los alimentos al salón al menos tres veces al día: para desayuno, para el almuerzo y la merienda.

Equipo básico:

1. **Estufa eléctrica o de gas institucional:** Puede tener cuatro (4) o seis (6) hornillas. Tiene que tener campana con sistema de supresión automático. Si la estufa es de gas requiere certificación de la Comisión de Servicio Público. Tiene que tener llave de corte de flujo colocada en un lugar accesible y libre al paso, se utiliza para un caso de emergencia. No puede ubicarse detrás de la estufa. La reglamentación de Bomberos exige que al tener 6 hornillas sea de gas o eléctrica necesita tener campana con sistema de supresión o rociadores. Próximamente este **requisito se exigirá para toda estufa de 4 a 6 hornillas**. Esta reglamentación la exige **Bomberos**. Es importante planificar la instalación de estos equipos para cumplir con la reglamentación. El equipo de cocina tiene que ser institucional y todo equipo de cocina como la campana tiene que ser institucional.
2. **Área de fregado:** Esta área consiste de:
 - a. Fregadero de tres (3) compartimentos con escurridor incluido.
 - b. Lavamanos con dispensador de jabón y papel toalla, instalado sobre o cerca de este equipo. Tanto el fregadero como el lavamanos tienen que disponer de agua caliente por requisito del **Departamento de Salud Ambiental**.
El lavamanos tiene que estar a una distancia de 18 pulgadas del fregadero. Recuerde es para asegurar el lavado de manos se lleve a cabo en un área que no sea el fregadero.
 - c. Fregadero de dos compartimentos u otro fregadero de tres compartimentos más pequeño – Puede utilizarlo para lavar frutas y hortalizas o para las botellas. Si tiene un centro con varios salones debe añadirlo porque esto aligera el servicio. Si el centro cuenta con salones de EHS debe asegurar añadir otro fregadero para separar para utensilios y botellas de los infantes y maternas además de ayudar en el proceso de fregado.
3. **Área Refrigerada** - consta de neveras y congeladores institucionales de una (1) o dos (2) puertas. Al comprar neveras institucionales para EHS necesita considerar reservar tablillas para las botellas de leche materna y con fórmula independiente de otros alimentos. No pueden estar mezclados los alimentos con la leche de los infantes o maternas. Esta consideración hay que hacerla en el congelador institucional para la leche materna que se recibe congelada.

4. **Áreas de superficies de trabajo (“counters” o gabinetes abiertos o cerrados, de piso y/o de pared)**
 - a. Una de las áreas de trabajo básica es la de preparación de fórmulas de infantes y maternas. Tiene que estar identificada y solo se utilizará para este propósito. Esto para evitar contaminación cruzada.
5. **Área de desperdicios o ubicación de zafacón con tapa y ruedas.**
6. **Área para ubicar el o los carritos(s) de transportar alimentos y carritos de desperdicios.**
7. **Mesa de trabajo opcional** - tipo isla para facilitar el trabajo. Esto dependerá de los salones o ambientes que tenga el centro.
8. **Triángulo de trabajo** – este arreglo se utiliza en la preparación y cocción de alimentos al ubicar estufa, fregadero y neveras/congeladores para optimizar el tiempo de trabajo y minimizar el esfuerzo del empleado. Los equipos se ubican en una formación triangular cerrada, dejando libre el espacio de trabajo, a la menor distancia física posible entre ellos, preferiblemente a cuatro pies de distancia.
9. **Área de Oficina** – Es indispensable proveerle Área de Oficina a la Encargada de Servicios de Alimentos que incluya como mínimo un escritorio con silla, un archivo y un área con casillero “locker” para guardar sus pertenencias personales bajo llave. Esta puede ser ubicada tanto en el área de cocina como en el área de almacén, según sea viable.
10. **Anaqueles, estantes y/o tarimas del almacén de alimentos** – lugar accesible a la cocina y cerca de entrada para recibo de alimentos. Necesita tablillas en acero inoxidable levantadas del piso de 8” a 10” para facilitar la limpieza. Recuerde que los anaqueles tienen que estar despegados de la pared para facilitar la limpieza.
11. **Anaqueles o tarima opcional en el área de almacén** - para optimizar el espacio de ser necesario.
12. **Trampas de grasas** – La Autoridad de Acueductos y Alcantarillados exige este equipo que preparen alimentos sean institucionales o comerciales porque la grasa que se utiliza contamina. Actualmente este requisito no se exige, pero si hacen una querrela a Acueductos se realizará visita y pueden dar una multa y tienen que instalarla. Es importante ir planificando instalar las trampas de grasa comenzando con los centros de dos salones o más y luego los restantes.
13. **Campana con sistema de supresión: Ley Núm. 73 de 2 de julio de 1987 –(Ley para disponer Medidas de Prevención Contra Incendios) Esta ley exige campana con sistema de supresión y con rociadores** - Las cocinas institucionales están equipadas con estufas, parrillas, freidoras y hornos. Estos equipos al operarse combinan altas temperaturas con aceites calientes, lo que

proporciona un ambiente ideal para la generación de un incendio. La mejor protección contra un incendio de esta clase es la instalación de un **Sistema de Supresión** adecuado para su cocina. Es vital que estos sistemas los instale una empresa capacitada para el trabajo, así mismo, la inspección semi-anual del sistema, así como el reemplazar el eslabón fusible son de suma importancia para el funcionamiento de su sistema. El sistema de supresión de químico húmedo se usa para proteger la cocina institucional moderna de posibles amenazas tal como llamas abiertas, superficies de cocción al rojo vivo y ambientes cargados de grasa, lo que a su vez provoca incendios de grasa y aceite.

Aunque en nuestros programas no se acostumbra preparar alimentos fritos esta regulación se tiene que cumplir porque es una regulación contra los incendios y en este momento exigirán el tener un extintor tipo K.

14. **Ventilación adecuada** - Al planificar el área de cocina y almacén es importante evaluar la **ventilación**. En vista que es poco frecuente que se disponga de ventilación natural adecuada, **es necesario calcular la(s) capacidad(es) de la unidad(es) de aire acondicionado** dependiendo el área o espacio físico, los equipos y la cantidad de empleados. Esto es de aún mayor relevancia ya que Salud Ambiental no permite la utilización de abanicos en estas áreas de trabajo.
15. **Iluminación adecuada** - Dependiendo del espacio de trabajo, al requerirse luminarias con protector, es necesario evaluar la(s) cantidad(es) de dispositivos necesarios para asegurar el nivel adecuado de iluminación en todas las áreas de trabajo. Se recomienda tomar en consideración la eficiencia de los dispositivos a instalarse, prefiriendo los de alta eficiencia.
16. **Área materiales limpieza** - Determinar el área para ubicar materiales de limpieza, individual para área de cocina o compartida. Esta área tiene que tener cerradura con llave.

Nota: Es importante al planificar arreglos al área de cocina pensar hacerlo proyectando tendrán cualquier tipo de matrícula de HS o de EHS. Que puede ser uno o dos salones. Además de considerar los equipos a comprar. **Recuerde planificar para el futuro.**

Preparado por: Lcda. Aixa R. Díaz Hernández Supervisora
Nutrición
Head Start/ EHS ACUDEN

Rev/enero/ 2021