



Código	M03.01.F03
Página	1 de 8
Versión	5.0
Vigencia	9/1/2020

**Subsecretaria de Planeación Educativa y Cobertura  
Programa de Alimentación Escolar – PAE**

**CIRCULAR No. 075**

**DE:** Jairo Hernán Cadena Ortega – Secretario de Educación Departamental  
Ezequiel Quiñones Valencia – Subsecretario de Planeación Educativa y Cobertura

**PARA:** Rectores, Padres de familia, Acudientes y Comunidad Educativa niños, niñas, adolescentes y jóvenes titulares de derecho del Programa de Alimentación Escolar – PAE.

**ASUNTO:** Recomendaciones sanitarias para el suministro y consumo de alimentos del del Programa de Alimentación Escolar PAE durante el aprendizaje en casa de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes titulares de derecho atendidos en los 61 municipios no certificados del Departamento de Nariño vigencia 2020.

**FECHA:** 21 de agosto de 2020

El Programa de Alimentación Escolar – PAE es una estrategia estatal que promueve el acceso con permanencia de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes en el sistema educativo oficial, a través del suministro de un complemento alimentario durante la jornada escolar, para mantener los niveles de atención, impactar de forma positiva los procesos de aprendizaje, el desarrollo cognitivo, disminuir el ausentismo y la deserción y fomentar estilos de vida saludables.

Teniendo en cuenta que el Gobierno Nacional a través del Decreto 533 de 2020, adoptó las medidas para garantizar la ejecución del Programa de Alimentación Escolar – PAE en el marco del Estado de Emergencia, Económica, Social y Ecológica, derivado de la pandemia del COVID-19; por parte de la Unidad Administrativa Especial de Alimentación Escolar – Alimentos para Aprender se expidieron las Resoluciones 0007 de 2020 “*Por la cual se modifica la Resolución 0006 de 2020 que expide transitoriamente los lineamientos técnicos, administrativos, los estándares y las condiciones mínimas del Programa de Alimentación Escolar – PAE, en el marco del Estado de Emergencia, Económica, Social y Ecológica, derivado de la pandemia del COVID-19*”,

El objetivo de la Resolución 0007 de 2020 es “*Permitir que el Programa de Alimentación Escolar se brinde a los niños, las niñas, adolescentes y jóvenes matriculados en el sector oficial en cualquiera de las modalidades establecidas en esta resolución, entre las que se encuentran la Ración Industrializada, Ración para Preparar en Casa y Bono Alimentario, para su consumo en casa, derivada de la Emergencia Sanitaria declarada por el Ministerio de Salud y Protección Social, con ocasión de la pandemia derivada del COVID-19, a fin de seguir aportando el complemento alimentario recibido en condiciones académicas normales*”.

Ahora bien, tomando como base la conformación de las diferentes modalidades transitorias para la ejecución del Programa de Alimentación Escolar – PAE , la entidad

 <p>Secretaría de Educación Asuntos Legales</p>	<b>ACTOS ADMINISTRATIVOS Y COMUNICACIONES ESCRITAS</b>	Código	M03.01.F03
		Página	1 de 8
		Versión	5.0
		Vigencia	9/1/2020

territorial del Departamento de Nariño, a través del profesional en Nutrición y Dietética y en el marco de su autonomía administrativa adopta y propone los ajustes que se consideran pertinentes dentro del contexto territorial y análisis técnico, administrativo y financiero que permita mantener el aporte nutricional; así como garantizar la operación del Programa de Alimentación Escolar durante la extensión de la emergencia, cobertura de estudiantes y días de atención hasta la finalización del Calendario Escolar durante la vigencia 2020.

De igual manera, se consideran aspectos referentes a la normatividad sanitaria emitida por el Sector Salud, así como los lineamientos en ocasión de la Emergencia Sanitaria que permitan velar y garantizar por el cumplimiento de los requisitos en cada una de las etapas del proceso de la calidad e inocuidad de los alimentos suministrados y el adecuado aprovechamiento para la nutrición de los estudiantes para la modalidad Ración para Preparar en Casa.

La Ración para Preparar en Casa – RPC se define como una canasta de alimentos equivalente a un tiempo de comida al día por un mes. En esta se incluyen alimentos de los grupos cereales y harinas fortificadas, leche y productos lácteos, alimento proteico, grasas y azúcares para la preparación y consumo en el hogar.

A continuación, se especifican las recomendaciones sanitarias a tener en cuenta en el manejo y consumo de alimentos del PAE durante el aprendizaje en casa:

1. Durante la entrega de la Ración para Preparar en Casa – RPC verifique que los productos se encuentren en perfecto estado; rechace los que estén abombados, abollados, abiertos o dañados y con fecha de vencimiento caducada.
2. Durante la entrega de la Ración para Preparar en Casa – RPC verifique que los productos cuenten con rotulado o etiquetado nutricional.
3. Al llegar a casa desinfecte la superficie externa de todos los alimentos que componen la ración.
4. Verificar las recomendaciones de conservación del fabricante para evitar posibles riesgos a la salud derivados del consumo de alimentos vencidos, descompuestos o conservados y almacenados inadecuadamente.
5. No almacenar los alimentos junto con productos de limpieza, desinfección, insecticidas, disolventes, combustible y otras sustancias químicas; tampoco reutilice recipientes que hayan contenido productos no alimenticios para guardarlos.
6. Realizar el almacenamiento de alimentos para los productos que no requieran refrigeración o congelación en un lugar fresco, seco, ventilado, limpio, separado de paredes, techo y suelo por un mínimo de 15 centímetros. Todo esto ayudará a evitar a presencia de roedores o insectos.
7. Recuerde que al ser una persona que manipula o prepara los alimentos cumple un rol fundamental para reducir la probabilidad de contaminación en los alimentos que elabora.

A nivel de su condición personal, las reglas básicas que debe seguir un manipulador, son las siguientes:

Higiene personal: Antes de manipular los alimentos se debe realizar un correcto lavado de manos con agua potable y jabón. Realizar el mismo procedimiento después de ejecutar algún tipo de actividad donde se puedan haber contaminado las manos.

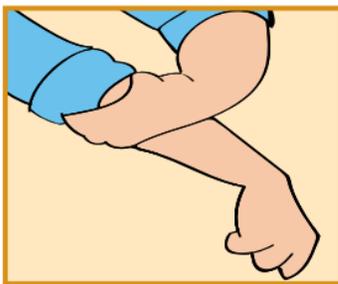


Ducharse antes y después de ir a trabajar, ya que el baño diario, con abundante agua y jabón, debe formar parte de la rutina del manipulador.

Mantener las uñas cortas y limpias, cara afeitada, pelo lavado y recogido con gorro o pañuelo.



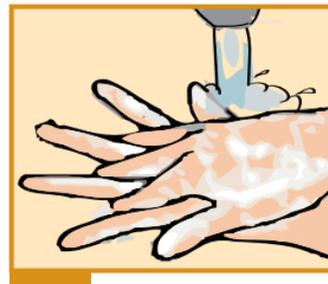
La forma correcta para el lavado de manos se explica en 6 pasos:



**1** Remangarse hasta el codo.



**2** Enjuagarse hasta el antebrazo.



**3** Enjabonarse cuidadosamente.



**4** Cepillarse las manos y uñas.



**5** Enjuagarse con agua limpia para eliminar jabón



**6** Secarse preferentemente con toalla de papel o aire.

### Hábitos deseables en el manipulador de alimentos

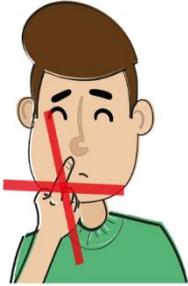
Lavar de manera adecuada utensilios y superficies de preparación antes y después de manipular alimentos.

Lavar de manera adecuada vajillas y cubiertos antes de usarlos para servir alimentos.

Utilizar siempre jabón y agua limpia.

Tomar platos, cubiertos por los bordes, cubiertos por el mango, vasos por el fondo y tasas por el mango.





### Hábitos indeseables

Hurgarse o rascarse la nariz, la boca, el cabello, las orejas, granos, heridas, quemaduras, entre otros.  
Usar anillos, pulseras, aretes, relojes u otro elemento.  
Manipular alimentos con las manos y no con utensilios.  
No lavarse las manos de manera frecuente.

8. Durante la preparación de alimentos es importante tener en cuenta las cinco claves para la inocuidad de los alimentos, emitidas por la Organización Mundial de la Salud:



**CLAVE 1:  
MANTENGA LA LIMPIEZA**

Lávese las manos antes de preparar alimentos y con frecuencia durante su preparación.  
Lávese las manos después de ir al baño.  
Lave y desinfecte todas las superficies y utensilios usados en la preparación de alimentos.  
Proteja los alimentos y las áreas de cocina de insectos, plagas y otros animales.

Separe las carnes rojas, la carne de pollo y el pescado crudos de los demás alimentos.  
Use equipos y utensilios diferentes, como cuchillos y tablas de cortar para manipular alimentos crudos.  
Conserve los alimentos en recipientes para evitar el contacto entre los crudos y los cocinados.



**CLAVE 2:  
SEPRE ALIMENTOS CRUDOS  
Y COCINADOS**



**CLAVE 3:  
COCINE COMPLETAMENTE**

Cocine completamente los alimentos, especialmente las carnes rojas, la carne de pollo, los huevos y el pescado.  
Hierva los alimentos como sopas y guisos para asegurarse de que han alcanzado los 70 °C.  
En el caso de las carnes rojas y de pollo, asegúrese de que los jugos sean claros y no rosados.  
Recuerde que con una cocción adecuada se pueden matar casi todos los microorganismos peligrosos.



60°C) antes de servir.

No guarde alimentos durante mucho tiempo, aunque sea en el refrigerador.

No descongele los alimentos a temperatura ambiente.

No deje los alimentos cocinados a temperatura ambiente durante más de 2 horas.

Refrigere lo antes posible los alimentos cocinados y los perecederos (preferiblemente por debajo de los 5°C).

Mantenga la comida muy caliente (a más de

Use agua segura o trátela para que lo sea.  
Seleccione alimentos sanos y frescos.  
Elija alimentos procesados para su inocuidad.

Lave la fruta, la verdura y hortalizas, especialmente si se van a comer crudas.  
No utilice alimentos vencidos.



**CLAVE 5:**  
**USE AGUA Y MATERIAS  
PRIMAS SEGURAS**

### Mensajes claves de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABAS)

1. Consuma alimentos frescos y variados como lo indica el Plato saludable de la familia colombiana.
2. Para favorecer la salud de músculos, huesos y dientes, consuma diariamente leche u otros productos lácteos y huevo.
3. Para una buena digestión y prevenir enfermedades del corazón, incluya en cada una de las comidas frutas enteras y verduras frescas.
4. Para tener la presión arterial normal, reduzca el consumo de sal y alimentos como carnes embutidas, enlatados y productos de paquete altos en sodio.
5. Cuide su corazón, consuma aguacate, maní y nueces, disminuya el consumo de aceite vegetal y margarina, evite grasas de origen animal como mantequilla y manteca.
6. Por el placer de vivir saludablemente realice actividad física de forma regular.
7. Para complementar su alimentación consuma al menos dos veces por semana leguminosas como frijol, lenteja, garbanzo, arveja.
8. Para prevenir la anemia, los niños, niñas, adolescentes y mujeres jóvenes deben comer vísceras una vez por semana.
9. Para mantener un peso saludable, reduzca el consumo de “productos de paquete”, comidas rápidas, gaseosas y bebidas azucaradas.

**Los hábitos alimentarios de los niños, niñas, adolescentes están directamente condicionados por las costumbres de su entorno familiar. Las recomendaciones nutricionales son importantes pero el ejemplo de los padres y cuidadores es el que más puede favorecer el consumo adecuado, tanto en cantidad como en calidad, de todos los grupos de alimentos.**



### Recomendaciones en la conservación y preparación de los alimentos entregados en la Ración para Preparar en Casa

Tipo de alimento	Limpieza	Desinfección	Forma de conservación	Preparación
<b>Leche en polvo</b>	No necesita	Solamente la superficie del envase antes de abrir	Mantener el envase cerrado o en un recipiente con tapa después de abrirlo, en un lugar seco y limpio	Siga las recomendaciones del envase para utilizar la cantidad de agua y leche recomendadas por el fabricante.
<b>Leguminosa: lenteja o frijol o garbanzo</b>	No necesita	Solamente la superficie del envase antes de abrir	Mantener el envase cerrado o en un recipiente con tapa después de abrirlo, en un lugar seco y limpio	Limpiar y lavar las legumbres a utilizar. Es necesario colocar las legumbres en remojo (hidratarlas la noche anterior con agua fría entre 4 a 8 horas) antes de cocinarlas. Al día siguientes escurrir, lavar y cocinar al gusto.
<b>Huevos</b>	Limpiar con un trapo limpio y húmedo. No se debe sumergir en agua porque la cáscara es permeable.	No necesita	Guardar en la nevera (sección de refrigeración), si no es posible y vive en clima cálido manténgalos en un lugar fresco y seco, protegidos de la humedad y sol.	Cocine completamente los huevos, de manera que la clara y yema queden firmes.
<b>Atún o Sardina</b>	Limpiar con un trapo limpio y húmedo.	Utilizar agua más cloro y rociar durante un periodo entre los 5 y 15 minutos, pasar una esponja limpia y luego secar.	Conservar las latas cerrada a temperatura ambiente hasta la fecha de vencimiento. Una vez destapada la lata, consumir en el menor tiempo posible. El sobrante se puede refrigerar en un recipiente con tapa que no sea la lata.	Son productos listos para consumir.
<b>Arroz o Pasta o Avena en hojuelas o Cebada</b>	No necesita	Solamente la superficie del envase antes de abrir	Mantener el envase cerrado o en un recipiente con tapa después de abrirlo, en un lugar seco y limpio	Siga las recomendaciones del envase.
<b>Panela o chocolate</b>	No necesita	Solamente la superficie del envase antes de abrir	Mantener el envase cerrado o en un recipiente con tapa después de abrirlo, en un lugar seco y limpio	Siga las recomendaciones del envase.
<b>Aceite</b>	No necesita	Solamente la superficie del envase antes de abrir	Mantener el envase cerrado en un lugar seco y limpio.	Siga las recomendaciones del envase.

 <b>Secretaría de Educación Asuntos Legales</b>	<b>ACTOS ADMINISTRATIVOS Y COMUNICACIONES ESCRITAS</b>	Código	M03.01.F03
		Página	1 de 8
		Versión	5.0
		Vigencia	9/1/2020

### Información producto Atún suministrado en las Raciones para Preparar en Casa

El atún es una familia de varias especies de peces depredadores del mar. Su tamaño varía según la especie, al igual que el color de su carne y sabor. Este alimento principalmente se compone de agua, proteínas, grasas y otros microcomponentes como sodio, potasio, y vitaminas; es por ello que el alimento se consume dentro de una alimentación balanceada, ya que los pescados son una buena fuente de nutrientes, incluyendo proteínas y minerales, ácidos grasos omega 3 y Vitamina D.

Ahora bien, luego de que en redes sociales circulara un video sobre un supuesto fraude del atún Calidad, del que se aseguraba estaba hecho de papel, el Instituto Departamental de Salud de Nariño reveló los resultados del análisis del lote LYFS 10 D 2020 del producto lomitos de atún aceite marca Premium Calidad realizado por Grupo de Laboratorio Físicoquímico de Alimentos y Bebidas Instituto Nacional de Vigilancia de Medicamentos y Alimentos - INVIMA y evidenció que sí “presenta características de músculo de atún y no revela ingredientes ajenos a su composición”.

Todos los pescados, entre ellos el atún, contienen un 70 a 80% de proteína miofibrilares; estas proteínas son las responsables de los movimientos musculares del pez, por tanto, al exponerlas al agua por varios minutos y manipularlo se disuelven las proteínas hidrosolubles quedando las fibras insolubles, sin olor, ni sabor y con aspecto de fibra.

Partiendo de lo anterior, se invita a los padres de familia a abstenerse de difundir información que no provenga de fuentes oficiales confiables.

### Rotulado o etiquetado general y nutricional de los alimentos

El rotulado o etiquetado general permite al consumidor conocer el nombre del alimento, los ingredientes, el contenido neto, el fabricante, el envasador, el empacador o reempacador, el número de lote, la fecha de vencimiento, las instrucciones para la conservación, uso y el registro sanitario.

#### Ilustración 1. Etiquetado general



Por su parte, el rotulado nutricional informa el contenido y propiedades nutricionales del alimento. Este rotulado permite a los consumidores conocer el valor energético y la cantidad de los nutrientes presentes en el alimento que se consideran de importancia para el mantenimiento de una buena salud, como, por ejemplo, el contenido de proteínas, grasas, grasas saturadas, grasas trans, colesterol, carbohidratos, sodio, fibra, vitaminas y minerales, y en la forma, en que estos nutrientes pueden influir en la alimentación diaria, para ayudarlo a una elección informada.

Código	M03.01.F03
Página	1 de 8
Versión	5.0
Vigencia	9/1/2020

## Ilustración 2. Contenido de la tabla nutricional

**CONTENIDO DE LA TABLA NUTRICIONAL**  
RES. 333/2011

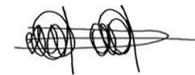
1. Tamaño de la porción y número de porciones.
2. Calorías por porción – calorías de grasa.
3. Cantidad de nutrientes por porción
4. Porcentaje de valores diarios de referencia.
5. Declaraciones nutricionales.
6. Declaraciones de propiedades de salud.

**Ilustración 3. Resolución 5109 de 2005 Tomado de: Presentación sobre Res 5109de 2005, Mateo Días Rodríguez U de A, agosto 2018**

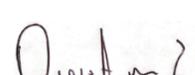


La información expuesta en la presente circular fue extraída de La Unidad Administrativa Especial de Alimentación Escolar – Alimentos para Aprender, El Ministerio de Salud y Protección Social, Invima, Manual para Manipuladores de Alimentos publicado por FAO, OPS, OMS, Guías Alimentarias para la Población Colombiana (GABAS), Resolución 5109 de 2005 y Resolución 333 de 2011.

  
**JAIRO HERNAN CADENA ORTEGA**  
Secretario de Educación

  
**Revisó:** Ezequiel Quiñones Valencia  
Subsecretario de Planeación Educativa y Cobertura

  
**Revisó:** Andrea Deyanira Cortez Jojoa  
Profesional Universitario de Permanencia

  
**Revisó:** Diego Araujo López  
Abogado – Contratista Equipo PAE

  
**Proyectó:** Erica García Tello  
Nutricionista Dietista – Contratista Equipo PAE