

**RESOLUCIÓN ADM No.161-2016**

EL ADMINISTRADOR DE LA AUTORIDAD MARÍTIMA DE PANAMÁ,
en uso de sus facultades legales, y

CONSIDERANDO:

Que mediante el Decreto Ley No. 7, de 10 de febrero de 1998, se creó la Autoridad Marítima de Panamá y se le asignó entre sus funciones, recomendar las políticas y acciones, ejercer actos de administración, así como hacer cumplir las normas legales y reglamentarias referentes al sector marítimo.

Que el numeral 6, del artículo 4, del Decreto Ley No. 7, de 10 de febrero de 1998, establece que, es función de la Autoridad Marítima de Panamá, velar por el estricto cumplimiento de lo establecido en los tratados, convenios e instrumentos internacionales ratificados por la República de Panamá, relacionados con el sector marítimo.

Que dentro de la estructura orgánica de la Autoridad Marítima de Panamá se encuentra la Dirección General de la Gente de Mar, organismo de servicios administrativos y de ejecución de programas, cuyo funcionamiento y organización interna se ajusta a lo especificado en el Decreto Ley No. 7, de 10 de febrero de 1998 y además, en los reglamentos que se dicten en desarrollo de éste.

Que de acuerdo a los numerales 1 y 4, del artículo 33, del Decreto Ley No. 7, de 10 de febrero de 1998, la Dirección General de la Gente de Mar de la Autoridad Marítima de Panamá tiene entre sus funciones, el cumplimiento de las normas legales vigentes sobre educación, formación, titulación y guardia de la gente de mar, de conformidad con lo establecido en los convenios internacionales ratificados por la República de Panamá; y deberá autorizar, fiscalizar y supervisar el cumplimiento de los programas de educación y formación de cualquiera de las instituciones en las cuales se impartan conocimientos sobre educación náutica o marítima en general.

Que mediante la Ley No. 2, de 6 de enero de 2009, la República de Panamá ratificó el Convenio sobre el Trabajo Marítimo, 2006 (MLC) de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), reglamentado a través del Decreto Ejecutivo No. 86, de 22 de febrero de 2013.

Que la Regla 3.2, del Convenio sobre el Trabajo Marítimo, 2006 (MLC), en su Norma A3.2.3, establece que todo marino empleado como cocinero a bordo de un buque, deberá tener la formación y poseer las cualificaciones y competencias exigidas para ejercer esta función.

Que mediante la Resolución ADM No. 068-2013, de 8 de mayo de 2013, la Autoridad Marítima de Panamá aprobó los conocimientos mínimos de formación requeridos para el desarrollo del "Curso de Cocina", conforme a la Norma A.3.2.2 del Convenio sobre el Trabajo Marítimo, 2006 (MLC) y aprobó "El Instructivo de Manipulación, Almacenamiento y Preparación de Alimento (Anexo I) para aquellos casos que se establecen en la norma A3.2.5 del Convenio sobre el Trabajo Marítimo, 2006 (MLC)".

Resolución ADM. No. 161-2016

Reg. No.2



Que las “Pautas sobre la Formación de los Cocineros de los Buques” adoptadas en reunión tripartita de expertos de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) en septiembre de 2013, tienen por finalidad proporcionar orientaciones a los Estados Miembros para asistirlos en la implementación de la Regla 3.2, en su Norma A3.2 del Convenio sobre el Trabajo Marítimo, 2006 (MLC), relativas a la alimentación y el servicio de fonda y, en particular, a las normas mínimas concernientes a las calificaciones y la formación de los cocineros de los buques.

Que mediante la Resolución ADM No. 260-2014, de 15 de septiembre de 2014, se expidió el reglamento que regula el procedimiento mediante el cual se gestionan las solicitudes de reconocimiento de Centros de Formación Marítima, así como el procedimiento para el reconocimiento, evaluación, auditoría, seguimiento, control y revocatoria del reconocimiento de Centros de Formación Marítima nacionales y en el extranjero.

Que mediante la Resolución ADM No. 217-2015, de 28 de septiembre de 2015, se modificó la Resolución ADM No.260-2014, de 15 de septiembre de 2014 y se reguló lo referente al reconocimiento de las sucursales de los Centros de Formación Marítima.

Que mediante la Resolución J.D. No.003-2015, de 27 de enero de 2015, se fijaron las tarifas a cobrar para las solicitudes de reconocimiento de Centros de Formación Marítima nacionales o en el extranjero, para las solicitudes de adición de nuevos cursos y por los certificados expedidos por los cursos impartidos.

Que en virtud de las anteriores consideraciones y con el propósito de reglamentar los programas de educación y formación que imparten los Centros de Formación Marítima autorizados a los cocineros a bordos de los buques, conforme al Convenio sobre el Trabajo Marítimo, 2006 (MLC) y la normativa nacional vigente, el Administrador de la Autoridad Marítima de Panamá, en virtud de las facultadas conferidas por el Decreto Ley No. 7, de 10 de febrero de 1998,

RESUELVE:

- PRIMERO:** ADOPTAR las “Pautas sobre la Formación de los Cocineros de los Buques”, aprobadas por la Organización Internacional del Trabajo (OIT), las cuales se anexan y forman parte integral de la presente Resolución.
- SEGUNDO:** APLICAR las “Pautas sobre la Formación de los Cocineros de los Buques” de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) y lo establecido en la Resolución ADM No. 068-2013, de 8 de mayo de 2013.
- TERCERO:** ORDENAR al Director General de la Gente de Mar a comunicar a través de Circulares a los usuarios de esa Dirección General, el contenido de la presente Resolución.
- CUARTO:** APROBAR la estructura desarrollada del Curso de Cocinero del Buque de acuerdo al Convenio sobre el Trabajo Marítimo, 2006, Nivel de Gestión de la Alimentación y Servicio de Fonda, con una carga horaria mínima de treinta (30) horas, la cual se anexa y forma parte integral de la presente Resolución.

Resolución ADM. No.161-2016

Pág. No.2



QUINTO: MODIFICAR el artículo cuarto de la Resolución ADM No.068-2013, de 8 de mayo de 2013, el cual quedará de la siguiente forma:

"Artículo Cuarto: Aquellos centros de formación marítima que soliciten el reconocimiento del "Curso de Cocina" conforme a la Norma A.3.2.2 de Convenio sobre el trabajo marítimo, 2006, deberán cumplir con lo establecido en la Resolución ADM No. 260-2014, de 15 de septiembre de 2014, modificada por la Resolución ADM No. 217-2015, de 28 de septiembre de 2015, para el reconocimiento de Centros de Formación Marítima y Sucursales Nacionales e Internacionales".

SEXTO: Esta Resolución comenzará a regir a partir de su publicación en la Gaceta Oficial de la República de Panamá.

FUNDAMENTO DE DERECHO: Ley No. 4, de 15 de mayo de 1992.
Ley No. 2, de 6 de enero de 2009.
Decreto Ley No. 7, de 10 de febrero de 1998 y sus modificaciones.
Decreto Ejecutivo No. 86, de 22 de febrero de 2013.
Resolución J.D. No. 003-2015, de 27 de enero de 2015.
Resolución ADM No.068-2013, de 8 de mayo de 2013.
Resolución ADM 260-2014, de 15 de septiembre de 2014.
Resolución ADM 217-2015, de 28 de septiembre de 2015.

COMUNÍQUESE, PUBLÍQUESE Y CÚMPLASE

Dada en la Ciudad de Panamá, a los Veinticinco (25) días del mes de agosto del año dos mil dieciséis (2016).

JORGE BARAKAT PITY
ADMINISTRADOR DE LA
AUTORIDAD MARÍTIMA DE
PANAMÁ

JBP/SS/iem.

SHIARA STEVENS
SUBDIRECTORA DE LA OFICINA DE
ASESORIA LEGAL, EN FUNCIONES
DE SECRETARIA DEL DESPACHO



CERTIFICO QUE TODO LO ANTERIOR
ES FIEL COPIA DE SUS ORIGINALES

Panamá, 5 de septiembre 2016

SECRETARÍA GENERAL



Organización Internacional de Trabajo

**Pautas sobre la formación
de los cocineros de los buques**

Oficina Internacional del Trabajo Ginebra



Prólogo

La Conferencia Internacional del Trabajo adoptó el Convenio sobre el trabajo marítimo, 2006 (MLC, 2006), en una reunión marítima especial que se celebró en Ginebra en 2006. El objetivo esencial del MLC, 2006, es garantizar una protección completa en todo el mundo de los derechos de la gente de mar y establecer reglas equitativas para los Estados Miembros y los armadores con miras a ofrecer condiciones de vida y de trabajo decentes para la gente de mar.

Es difícil sobrestimar la importancia de los alimentos y la nutrición para la gente de mar. La comida es un elemento crucial para el mantenimiento de la salud y la moral de la tripulación. Sin una alimentación sana, nutritiva y apetitosa, la gente de mar no estaría en condiciones de ejercer su labor con eficacia a bordo de los buques.

Estas *Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques* fueron adoptadas en septiembre de 2013 por una reunión tripartita compuesta por expertos de los gobiernos, de las organizaciones de armadores y de las organizaciones de la gente de mar, de sus asesores, así como de observadores de los gobiernos y de las organizaciones internacionales. En su reunión de marzo de 2014, el Consejo de Administración de la OIT autorizó su publicación.

Si bien cada país puede adoptar sus propias prácticas en lo relativo a la formación de los cocineros de los buques, las autoridades competentes del Estado del pabellón tal vez consideren oportuno adaptar las prácticas vigentes a las presentes Pautas. Estas Pautas se formularon para ofrecer asistencia técnica a los gobiernos en la elaboración de sus respectivas directrices nacionales. Confiamos en que también contribuirán a mantener la salud y la moral de la gente de mar.

Alette van Leur
Directora
Departamento de Actividades Sectoriales

V



Acrónimos

APPCC	análisis de peligros y puntos críticos de control
BPG	buenas prácticas de gestión
CIT	Conferencia Internacional del Trabajo
Código IGS	Código Internacional de Gestión de la Seguridad
Convenio de Formación	Convenio Internacional sobre Normas de Formación, Titulación y Guardia para la Gente de Mar, 1978, enmendado
Convenio MARPOL	Convenio internacional para prevenir la contaminación por los buques
Convenio SOLAS	Convenio Internacional para la Seguridad de la Vida Humana en el Mar, 1974
DCLM	declaración de conformidad laboral marítima
FAO	Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura
MLC, 2006	Convenio sobre el trabajo marítimo, 2006
OIT	Organización Internacional del Trabajo
OMI	Organización Marítima Internacional
OMS	Organización Mundial de la Salud
PCC	punto crítico de control



Índice

Prólogo	V
Acrónimos	VII
1. Introducción	1
1.1. La labor de la OIT en el sector marítimo	1
1.2. Resumen del MLC, 2006	2
1.3. Estructura del MLC, 2006	4
1.4. Regla 3.2, norma A3.2 y pauta B3.2 del MLC, 2006: Alimentación y servicio de fonda	5
1.5. Disposiciones relativas al control de la aplicación	9
1.6. Finalidad de las Pautas	10
1.7. Estructura de las Pautas	11
2. Requisitos mínimos para los cocineros de los buques	13
2.1. Responsabilidad de la autoridad competente	13
3. Distribución de responsabilidades y obligaciones	17
3.1. El armador	17
3.1.1. Proveer alimentos de forma gratuita a la gente de mar	17
3.1.2. Llevar a bordo una cantidad suficiente de alimentos de buena calidad	18
3.1.3. Proporcionar agua potable de buena calidad en cantidad suficiente	19
3.1.4. Minimizar los efectos del agua de mar contaminada	20
3.1.5. Apoyo y recursos para el cocinero del buque. .	20
3.1.6. Formación sobre alimentación e higiene personal	20
	IX



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

3.1.7.	La organización y el equipo de las cocinas y las despensas	20
3.1.8.	Leyes y reglamentos nacionales u otras medidas	21
3.2.	El capitán	22
3.2.1.	Provisiones	22
3.2.2.	Inspección de las cocinas, equipos y despensas	23
4.	Competencias de los cocineros de los buques	25
4.1.	Presentación	25
4.2.	Conocimientos prácticos de cocina: competencias básicas de cocina	27
4.2.1.	Menús	27
4.2.2.	Elementos básicos de cocina	29
4.2.3.	Competencias prácticas de cocina	29
4.2.4.	Métodos de preparación	30
4.2.5.	Presentación y servicio	32
4.2.6.	Cocina práctica en circunstancias imprevistas	32
4.3.	Administración, gestión y supervisión de la cocina	33
4.4.	Prevención de las enfermedades de transmisión alimentaria	34
4.4.1.	Enfermedades de transmisión alimentaria	34
4.4.2.	Los alimentos pueden causar enfermedades	34
4.4.3.	Alimentos de alto riesgo	35
4.4.4.	Las bacterias y otros microorganismos pueden causar enfermedades	35
4.4.5.	Síntomas de las enfermedades de transmisión alimentaria	36
4.4.6.	Prevención de las enfermedades de transmisión alimentaria	37

X



	Índice
4.4.7. Contaminación cruzada	37
4.4.8. Sistema de autoevaluación de la seguridad alimentaria	38
4.5. Higiene alimentaria	40
4.5.1. Cómo romper la cadena de las enfermedades de transmisión alimentaria	40
4.5.2. Cómo limpiar y desinfectar las cocinas, los comedores y las despensas, y por qué es importante hacerlo	41
4.5.3. Cómo se deberían almacenar los alimentos y por qué es importante tener las despensas bien ordenadas	41
4.5.4. Cómo manipular los productos refrigerados y congelados	42
4.5.5. Cómo manipular los alimentos durante su preparación	42
4.5.6. Cómo conservar y recalentar las sobras de comida, y aprovecharlas en otros platos	43
4.5.7. Cómo servir la comida de forma segura	44
4.6. Higiene personal	44
4.6.1. Higiene personal	44
4.6.2. Infecciones cutáneas	45
4.6.3. Guantes	45
4.6.4. Cuándo dejar de trabajar por el bien de la salud de los demás	45
4.7. Nutrición y salud: menús equilibrados	46
4.7.1. Comprender la nutrición	46
4.7.2. Planificación: compras y competencias	47
4.7.3. Alergias e intolerancias alimentarias	47
4.7.4. Conciencia de la importancia de la nutrición para combatir las enfermedades ligadas al modo de vida	48



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

4.8.	Aspectos religiosos y culturales	49
4.9.	Otras competencias básicas	49
4.9.1.	Habilidades lingüísticas	49
4.9.2.	Aptitudes para el cálculo	50
4.9.3.	Habilidades de comunicación en general	50
4.10.	Seguridad y salud en el lugar de trabajo	51
4.10.1.	Conciencia de los riesgos potenciales	51
4.10.2.	Comportamiento seguro en las cocinas	51
4.10.3.	Evaluación de los riesgos	52
4.10.4.	Conocimiento del Código IGS y de los sistemas de gestión de la seguridad	53
4.10.5.	Notificación de lesiones profesionales	53
4.11.	Primeros auxilios en las cocinas	53
4.12.	Extinción de incendios en las cocinas	54
4.13.	Residuos	54
4.13.1.	Conciliar la limitación del despilfarro con la higiene y la seguridad	54
4.13.2.	Recogida de residuos	55
4.13.3.	Almacenamiento de residuos	55
4.13.4.	Eliminación de residuos	56
Anexo		57
Sugerencias de buenas prácticas		57
Provisiones de víveres y agua potable		57
Organización y equipamiento		58
Agua potable		59



1. Introducción

1.1. La labor de la OIT en el sector marítimo

1. La Organización Internacional del Trabajo (OIT) siempre ha tenido en cuenta las particularidades del empleo en el sector marítimo y las necesidades de las personas que se ganan la vida en los mares y océanos del mundo. Las primeras normas internacionales del trabajo relativas al trabajo en el mar se adoptaron en 1920. La labor de la OIT en el sector marítimo sigue reuniendo a representantes de los gobiernos y a organizaciones de armadores y de gente de mar a fin de elaborar normas y políticas internacionales que tienen por objeto promover el trabajo decente para todos los trabajadores del sector marítimo y garantizar las condiciones de competencia justa para los armadores.

2. La Conferencia Internacional del Trabajo (CIT) adoptó el Convenio sobre el trabajo marítimo, 2006 (MLC, 2006), en una reunión marítima especial que se celebró en Ginebra en febrero de 2006. El objetivo esencial del MLC, 2006, es garantizar una protección completa en todo el mundo de los derechos de la gente de mar y establecer reglas equitativas para los Estados Miembros y los armadores con miras a ofrecer condiciones de vida y de trabajo decentes para la gente de mar, contribuyendo así a eliminar las actividades que no cumplen las normas mínimas. Habida cuenta de que, según las estimaciones, el 90 por ciento del comercio mundial se transporta por vía marítima, la gente de mar, que representa en todo el mundo más de 1,5 millones de trabajadores, es fundamental para el comercio internacional y para el sistema económico y comercial. En el MLC, 2006, se reconoce la importancia de que se lleven a bordo alimentos y agua potable de calidad apropiada



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

y en cantidad suficiente, y de que éstos sean servidos por personal del servicio de fonda debidamente formado o que haya recibido instrucciones adecuadas. El Convenio establece un delicado equilibrio entre la firmeza de sus principios y la flexibilidad respecto de su aplicación.

3. Las Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques (en adelante, «las Pautas») tienen por finalidad proporcionar información práctica y orientaciones complementarias al Estado del pabellón que pueden adaptarse a su legislación nacional y a otras medidas de aplicación de la regla 3.2 y del Código del MLC, 2006. Debe destacarse que estas Pautas se han concebido para servir como recurso práctico a disposición de todos los gobiernos que las consideren de utilidad. En todos los casos, se debería considerar que las leyes o reglamentaciones nacionales pertinentes o los convenios colectivos y demás medidas de aplicación del MLC, 2006, en un Estado del pabellón constituyen la expresión oficial de los requisitos del Convenio en dicho Estado del pabellón. Las Pautas también pueden resultar útiles para los Estados proveedores de mano de obra que tengan escuelas de formación especializadas para cocineros de buques.

1.2. Resumen del MLC, 2006

4. El MLC, 2006, es un instrumento jurídico de ámbito mundial considerado como el «cuarto pilar» del sistema regulador internacional para el transporte marítimo de calidad, como complemento de los siguientes convenios fundamentales de la Organización Marítima Internacional (OMI): el Convenio Internacional para la Seguridad de la Vida Humana en el Mar, 1974, en su forma enmendada (Convenio SOLAS), el Convenio Internacional sobre



Introducción

Normas de Formación, Titulación y Guardia para la Gente de Mar, 1978, en su forma enmendada (Convenio de Formación), y el Convenio internacional para prevenir la contaminación por los buques, 1973, modificado por el Protocolo de 1978 (Convenio MARPOL).

5. El MLC, 2006, contiene un conjunto global de normas basadas en los instrumentos sobre el trabajo marítimo (convenios y recomendaciones) adoptados por la CIT entre 1920 y 1996. En este Convenio se refunden y actualizan 68 normas internacionales del trabajo marítimo. En él se establecen los derechos de la gente de mar a disfrutar de condiciones de trabajo decentes en muy diversas esferas, y aspira a ser un instrumento aplicable de manera uniforme en todo el mundo, fácil de entender y fácil de actualizar.

6. Los cocineros de los buques son gente de mar cuya principal responsabilidad a bordo de un buque consiste en preparar las comidas para la tripulación. Su función va más allá de la preparación de alimentos, ya que también incluye el mantenimiento de la cocina y la limpieza e higiene de las zonas de preparación de alimentos y bebidas, así como la manipulación y el almacenaje de víveres.

7. En el MLC, 2006, se revisaron dos convenios marítimos anteriores: el Convenio sobre la alimentación y el servicio de fonda (tripulación de buques), 1946 (núm. 68), y el Convenio sobre el certificado de aptitud de los cocineros de buque, 1946 (núm. 69). En el Convenio núm. 68 se disponía que el abastecimiento de víveres y agua potable, habida cuenta del número de tripulantes y la duración y naturaleza del viaje, debería ser adecuado en cuanto a su cantidad, valor nutritivo, calidad y variedad, así como que la organización y el equipo del servicio de fonda de todo buque deberían permitir servir comidas adecuadas a los miembros de la



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

tripulación. En el Convenio núm. 69 se exigía que los cocineros de buque poseyeran un certificado de aptitud profesional obtenido después de aprobar el examen establecido por la autoridad competente, que debía constar de pruebas teóricas y prácticas de preparación de comidas y manipulación y almacenaje de víveres a bordo de un buque. Las presentes Pautas serán asimismo útiles para aquellos Estados que hayan ratificado los Convenios núms. 68 y 69, aunque aún no hayan ratificado el MLC, 2006.

1.3. Estructura del MLC, 2006

8. El Convenio consta de tres partes diferentes, pero relacionadas entre sí: el articulado, el Reglamento y el Código. El articulado y el Reglamento establecen los derechos y principios fundamentales y las obligaciones básicas de los Estados Miembros que han ratificado el Convenio. En el Código se detalla la aplicación del Reglamento. Comprende la parte A (normas obligatorias) y la parte B (pautas no obligatorias). El Reglamento y el Código están organizados por temas generales, en cinco títulos:

- Requisitos mínimos para trabajar a bordo de buques (Título 1).
- Condiciones de empleo (Título 2).
- Alojamiento, instalaciones de esparcimiento, alimentación y servicio de fonda (Título 3).
- Protección de la salud, atención médica, bienestar y protección social (Título 4).
- Cumplimiento y control de la aplicación (Título 5).

9. En su conjunto, el MLC, 2006, aborda la mayoría de los aspectos relativos a las condiciones de vida y de trabajo de la gente



Introducción

de mar. Se aplica a la «gente de mar» o a los «marinos» según se definen en el párrafo 1, f), de su artículo II, esto es, a toda persona que esté empleada o contratada o que trabaje en cualquier puesto a bordo de un buque al que se aplique el Convenio. Por consiguiente, esta definición designa no sólo a la tripulación encargada de la navegación o las operaciones del buque, sino también, por ejemplo, al personal de hostelería que trabaja en el buque. Esto significa que los cocineros y demás personal del servicio de fonda están amparados por el Convenio.

1.4. Regla 3.2, norma A3.2 y pauta B3.2 del MLC, 2006: Alimentación y servicio de fonda

10. Aunque otras disposiciones del MLC, 2006, se aplican asimismo a los cocineros de los buques, las presentes Pautas se centran en la regla 3.2, la norma A3.2 y la pauta B3.2, relativas a los cocineros de los buques, las cuales figuran a continuación a modo de referencia.

Regla 3.2 – Alimentación y servicio de fonda

Finalidad: Asegurar que la gente de mar disponga de una alimentación y de agua potable de buena calidad suministradas en condiciones higiénicas reglamentadas

1. Todo Miembro deberá asegurar que los buques que enarbolan su pabellón lleven a bordo y sirvan alimentos y agua potable de calidad, valor nutritivo y cantidad apropiados que cubran adecuadamente las necesidades del buque y tomen en consideración los distintos orígenes culturales y religiosos.
2. La comida de la gente de mar embarcada deberá proporcionarse gratuitamente durante su período de contratación.
3. Todo marino empleado como cocinero del buque y encargado de la preparación de las comidas deberá tener la formación



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

y las cualificaciones exigidas para ejercer esta función a bordo de buques.

Norma A3.2 – Alimentación y servicio de fonda

1. Los Miembros deberán adoptar una legislación u otras medidas que prevean normas mínimas respecto de la cantidad y calidad de los alimentos y el agua potable, así como en relación con el servicio de fonda, aplicables a las comidas que se sirven a la gente de mar a bordo de los buques que enarbolan su pabellón, y llevarán a cabo actividades educativas para promover el conocimiento y la aplicación de las normas a que se refiere el presente párrafo.

2. Los Miembros deberán velar por que los buques cumplan las normas mínimas siguientes:

- a) habida cuenta del número de marinos a bordo, de sus exigencias religiosas y prácticas culturales en relación con los alimentos, y de la duración y naturaleza de la travesía, el abastecimiento de víveres y agua potable deberá ser adecuado en cuanto a su cantidad, valor nutritivo, calidad y variedad;
- b) la organización y el equipo del servicio de fonda permitirán suministrar a la gente de mar comidas adecuadas, variadas y nutritivas, preparadas y servidas en condiciones higiénicas, y
- c) el personal del servicio de fonda deberá estar debidamente formado o haber recibido instrucciones adecuadas para el ejercicio de sus funciones.

3. Los armadores deberán garantizar que todo marino contratado como cocinero a bordo de un buque esté formado para ello y posea las cualificaciones y competencias exigidas para ejercer esta función, de conformidad con lo dispuesto por la legislación del Miembro de que se trate.

4. Los requisitos del párrafo 3 de la presente norma deberán incluir el haber completado un curso de formación aprobado o reconocido por la autoridad competente, que comprenda conocimientos



Introducción

prácticos de cocina, higiene alimentaria y personal, almacenamiento de los alimentos, gestión de las reservas, y la protección del medio ambiente y la seguridad y la salud del servicio de fonda.

5. En los buques que operen con una dotación prescrita de menos de diez tripulantes, que por razón del número de miembros de la tripulación o del área de navegación pudieran no estar obligados por la autoridad competente a llevar un cocinero plenamente calificado, se deberá impartir formación o instrucción a toda persona que prepare alimentos en cocinas en las áreas relacionadas con los alimentos y la higiene personal, así como con la manipulación y el almacenaje de alimentos a bordo de un buque.

6. En circunstancias de extrema necesidad, la autoridad competente podrá conceder una dispensa para permitir que un cocinero no plenamente calificado preste servicio en un buque específico durante un período determinado, hasta el próximo puerto de escala apropiado o durante un período no superior a un mes, a condición de que la persona beneficiaria de dicha exención haya recibido formación e instrucción en materias que incluyan la higiene alimentaria y la higiene personal, así como la manipulación y almacenamiento de víveres a bordo.

7. Con arreglo a los procedimientos de cumplimiento continuo que se recogen en el Título 5 del presente Convenio, la autoridad competente deberá exigir que se realicen con frecuencia inspecciones documentadas a bordo de los buques, ya sea por el capitán o bajo sus órdenes, en relación con:

- a) las provisiones de víveres y agua potable,
- b) todos los locales y equipos utilizados para el almacenaje y manipulación de víveres y agua potable, y
- c) la cocina y demás instalaciones utilizadas para preparar y servir comidas.

8. Ningún marino menor de 18 años podrá ser empleado o contratado o trabajar como cocinero a bordo de un buque.



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

Pauta B3.2 – Alimentación y servicio de fonda

Pauta B3.2.1 – Inspecciones, educación, investigaciones y publicaciones

1. La autoridad competente, en cooperación con otros organismos y organizaciones pertinentes, debería reunir información reciente sobre la alimentación y los métodos para comprar, almacenar, conservar, cocinar y servir los alimentos, teniendo especialmente en cuenta los requisitos del servicio de fonda a bordo. Esta información debería facilitarse gratuitamente o a un precio razonable a los fabricantes y comerciantes especializados en el suministro de víveres y material para el servicio de fonda, a los capitanes, camareros y cocineros de buque, y a las organizaciones de armadores y de gente de mar interesadas. A estos efectos, se deberían utilizar medios apropiados de divulgación, como manuales, folletos, carteles, gráficos o anuncios en revistas profesionales.

2. La autoridad competente debería formular recomendaciones para evitar el desperdicio de víveres, facilitar el mantenimiento de un nivel adecuado de higiene y dar las mayores facilidades posibles en la organización del trabajo.

3. La autoridad competente debería cooperar con las organizaciones y organismos pertinentes para elaborar material didáctico e informaciones que se difundirán a bordo acerca de los métodos adecuados para garantizar un suministro de alimentos y unos servicios de fonda apropiados.

4. La autoridad competente debería colaborar estrechamente con las organizaciones de armadores y de gente de mar interesadas y con las autoridades nacionales o locales encargadas de las cuestiones relativas a la alimentación y la salud y, de ser necesario, podrá utilizar los servicios de dichas autoridades.

Pauta B3.2.2 – Cocinero del buque

1. La función de cocinero del buque debería asignarse únicamente a un marino que:



Introducción

- a) haya prestado servicio en el mar durante el período mínimo que prescriba la autoridad competente, que podría variar en función de las calificaciones o experiencia pertinentes que posea el interesado, y;
- b) haya aprobado el examen que prescriba la autoridad competente o un examen equivalente en un curso reconocido de formación de cocineros.

2. La aplicación del examen prescrito y la extensión de los certificados correspondientes podrán ser asumidas directamente por la autoridad competente o bien, bajo control suyo, por una escuela reconocida de cocineros.

3. La autoridad competente debería prever, cuando procediere, el reconocimiento de los certificados de aptitud de cocinero extendidos por otros Miembros que hayan ratificado el presente Convenio o el Convenio sobre el certificado de aptitud de los cocineros de buque, 1946 (núm. 69), o por otra institución reconocida.

1.5. Disposiciones relativas al control de la aplicación

11. Los requisitos relativos al cumplimiento y control de la aplicación se establecen en el Título 5 del Convenio. El Estado del pabellón deberá verificar, a través de un sistema efectivo y coordinado de inspección y de vigilancia regulares y de otras medidas de control, que los buques cumplan con los requisitos del Convenio, mediante el cumplimiento de la legislación o la reglamentación nacional, a través de los convenios de negociación colectiva o por conducto de otras medidas de aplicación del MLC, 2006. Los buques con un arqueo bruto superior a 500 que realicen viajes internacionales también deberán estar certificados en lo que atañe al cumplimiento de los requisitos del Convenio y deberán contar con un certificado de trabajo marítimo y con la declaración de conformidad laboral marítima (DCLM).



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

12. La DCLM consta de dos partes. La parte I, que debe rellenar el Estado del pabellón, contiene referencias a los elementos pertinentes de los requisitos nacionales de aplicación del MLC, 2006. La parte II es cumplimentada por el armador y describe las medidas que el armador ha establecido para garantizar el cumplimiento continuo en el buque de esos requisitos del Estado del pabellón. En la norma A5.1.3, párrafo 10), *b*), se establece que, en la parte II de la DCLM, el armador deberá indicar las medidas adoptadas para velar por el cumplimiento permanente de los requisitos nacionales durante los periodos comprendidos entre las inspecciones, así como las medidas propuestas para garantizar una mejora continua.

13. Los requisitos contemplados en la regla 3.2 y la norma A3.2 relativas a la alimentación y al servicio de fonda forman parte de los 14 aspectos de la vida y las condiciones de trabajo en un buque que deben inspeccionarse obligatoriamente para expedir un certificado de trabajo marítimo.

1.6. Finalidad de las Pautas

14. La legislación o la reglamentación nacional vigentes, los convenios colectivos u otras medidas de aplicación del MLC, 2006, constituyen la expresión oficial de los requisitos relativos a la formación y cualificación de los cocineros de buque. En el MLC, 2006, se establecen los requisitos que deben aplicarse a escala nacional. Estas Pautas sólo se refieren a los requisitos establecidos en el MLC, 2006, y han de considerarse únicamente como orientaciones generales. Así, independientemente de que en los capítulos 3 y 4 del presente documento se propongan orientaciones más detalladas, estas Pautas no se aplicarán necesariamente en su totalidad a todos los países.



Introducción

15. Estas Pautas tienen en cuenta los requisitos que se establecen en el articulado, el Reglamento y la parte A del Código, incluidos los requisitos que los Estados Miembros de la OIT han de tomar debidamente en consideración a la hora de cumplir con sus responsabilidades de la manera prevista en la parte B, no obligatoria, del Código. Esto significa que puede haber diferencias de detalle entre las disposiciones del MLC, 2006, y las disposiciones nacionales que se hayan adoptado para aplicar la regla 3.2.

16. Las Pautas constituyen una herramienta para ayudar a las autoridades competentes a aplicar el MLC, 2006. A tenor del artículo II, 1), a), de dicho Convenio, la expresión «autoridad competente» designa al ministro, departamento gubernamental u otra autoridad facultada para dictar y controlar la aplicación de reglamentos, ordenanzas u otras instrucciones de obligado cumplimiento con respecto al contenido de la disposición de que se trate.

1.7. Estructura de las Pautas

17. Estas Pautas se han organizado de modo a ofrecer orientaciones más pormenorizadas sobre las calificaciones y la formación de los cocineros de buques. En el capítulo 2 se analizan los requisitos mínimos establecidos en la regla 3.2. En el capítulo 3 se dirimen las responsabilidades de los distintos actores que participan en el suministro y la preparación de alimentos. En el capítulo 4 se establecen las competencias que se exigen a los cocineros de buque formados y calificados. El anexo establece sugerencias de buenas prácticas relativas a los cocineros de los buques.





2. Requisitos mínimos para los cocineros de los buques

18. El acceso a alimentos y agua potable de calidad apropiada y proporcionados en forma gratuita a bordo de los buques es vital para la salud y el bienestar de la gente de mar. Las normas mínimas para la alimentación y el servicio de fonda a bordo de los buques establecidas en la regla 3.2, párrafos 1 y 2, y en la norma A3.2, párrafos 1 y 2, se refieren a la cantidad, el valor nutritivo, la calidad y la variedad de los alimentos, en función de la duración y naturaleza de la travesía y el número de marinos a bordo. También deben tenerse debidamente en cuenta las exigencias religiosas y las prácticas culturales relativas a la alimentación. Para conocer los requisitos de la inspección por el Estado del pabellón deben consultarse las *Pautas para las inspecciones por el Estado del pabellón con arreglo al Convenio sobre el trabajo marítimo, 2006*.

19. De conformidad con la norma A3.2, párrafo 8, ningún marino menor de 18 años podrá ser empleado o contratado o trabajar como cocinero a bordo de un buque.

2.1. Responsabilidad de la autoridad competente

20. Con arreglo a la norma A3.2, párrafo 4, la autoridad competente aprobará o reconocerá los cursos de formación para cocineros de buques. Para ello, la autoridad competente deberá evaluar a las escuelas de formación con objeto de asegurarse de que el nivel de instrucción correspondiente a las competencias básicas exigidas para ser cocinero de buque resulta adecuado para que éstos puedan preparar de forma segura comidas nutritivas y apropiadas durante la travesía.



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

21. La autoridad competente debería establecer un período mínimo de servicio en el mar como requisito para trabajar como cocinero de buque. La autoridad competente tiene la facultad de modificar los períodos mínimos a fin de tomar en cuenta las calificaciones o la experiencia que posea el interesado. Esto implica que el período de servicio en el mar puede efectuarse mientras se trabaja en un puesto diferente a bordo del buque, fuera de las cocinas.

22. El cocinero del buque debería poseer un certificado u otra clase de documento acreditativo expedido por la autoridad competente, o bien, bajo control suyo, por una escuela de formación reconocida. En este caso, la autoridad competente debería velar por que dichas escuelas utilicen un método para evaluar a los estudiantes de cocina en buques que confirme que éstos poseen las competencias necesarias para preparar de manera segura la comida a bordo de los buques. La autoridad competente también debería establecer un método para evaluar y certificar a los cocineros de los buques que actualmente trabajan en los buques, pero que no disponen de certificados expedidos por una escuela de formación reconocida; determinar si debe reconocer los certificados u otros documentos expedidos por las autoridades competentes de otros Estados, así como los procedimientos para otorgar un tal reconocimiento; y especificar qué documentación debe llevarse a bordo de los buques para los fines de la inspección.

23. El método de evaluación debería consistir en un examen. El cocinero del buque debería aprobar un examen prescrito por la autoridad competente o un examen equivalente en un curso reconocido de formación de cocineros. La aplicación del examen podrá ser asumida directamente por la autoridad competente, o bien, bajo

Requisitos mínimos para los cocineros de los buques

control suyo, por una escuela reconocida de cocineros. El examen debería constar de una prueba escrita u oral y una práctica. La prueba relativa a las competencias prácticas puede consistir en un examen basado en un proyecto que abarque todas las competencias, desde el encargo de los víveres y su preparación hasta el servicio, desde una perspectiva general. Dicho examen debería abarcar las siguientes cuestiones: conocimientos prácticos de cocina, higiene alimentaria y personal, almacenamiento de los alimentos, gestión de las reservas, protección del medio ambiente y seguridad y salud del servicio de fonda. El cocinero del buque debería recibir una prueba que acredite que ha aprobado dicho examen.

24. Los métodos de evaluación antes descritos podrían plantear problemas de aplicación práctica en determinadas circunstancias, especialmente en el caso de los cocineros de buques que han desempeñado eficazmente ese puesto en el mar durante cierto tiempo sin haber recibido una formación reconocida. En esos casos, la autoridad competente debería establecer métodos alternativos para la certificación de los cocineros de los buques que, en opinión de dicha autoridad, cumplen los requisitos del Convenio y satisfacen las necesidades prácticas de su puesto como cocinero de buque en cuestión.

25. La autoridad competente debería considerar la posibilidad de mantener una lista de escuelas reconocidas para la formación de los cocineros de los buques a fin de facilitar la verificación y la inspección.

26. En virtud de la norma A3.2, párrafo 7, la autoridad competente deberá exigir que se realicen con frecuencia inspecciones documentadas a bordo de los buques, ya sea por el capitán o bajo sus órdenes, en relación con las provisiones de víveres y agua



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

potable, todos los locales y equipos utilizados para el almacenaje y la manipulación de los víveres y agua potable, y la cocina y demás instalaciones utilizadas para preparar y servir comidas.

27. La autoridad competente podrá considerar asimismo la oportunidad de publicar información sobre nutrición y sobre métodos para comprar, almacenar, conservar, cocinar y servir los alimentos a bordo de los buques.





3. Distribución de responsabilidades y obligaciones

28. En este capítulo se explican las diferencias relativas a las obligaciones y responsabilidades del armador, el capitán y los cocineros de los buques respecto de la regla 3.2 y el servicio y la preparación de comidas para la tripulación a bordo del buque.

3.1. El armador

29. El término «armador» se define en el artículo II, 1, *j*), del MLC, 2006. En la norma A5.1.3, párrafo 10, *b*), se establece que al armador le corresponde cumplimentar la parte II de la DCLM y que el armador deberá indicar las medidas adoptadas para velar por el cumplimiento permanente de los requisitos nacionales, así como las medidas propuestas para garantizar una mejora continua. En la parte II de la DCLM se hará constar información adicional sobre la frecuencia de las inspecciones, la documentación recopilada y los procedimientos que se deberán seguir en caso de incumplimiento.

30. El armador debería definir las responsabilidades específicas del capitán en relación con la alimentación, el servicio de fonda y la higiene en virtud del MLC, 2006.

3.1.1. Proveer alimentos de forma gratuita a la gente de mar

31. En la regla 3.2 se dispone que los armadores deben proporcionar gratuitamente comida a la gente de mar durante el período de contratación.



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

3.1.2. Llevar a bordo una cantidad suficiente de alimentos de buena calidad

32. Las provisiones de víveres y agua potable deberían ser adecuadas en cuanto a su cantidad, valor nutritivo, calidad y variedad para la duración y naturaleza del viaje, habida cuenta asimismo del número de tripulantes, de sus exigencias religiosas y de sus prácticas culturales. Los armadores deberán prever normas y procedimientos mínimos en cuanto a la cantidad y calidad de los alimentos a bordo. En la navegación internacional se utilizan muy diversos sistemas de compra y servicio de fonda. El armador debería establecer un sistema que permita que el buque cargue provisiones en cantidad y calidad suficientes, y tener en cuenta las cantidades al entrar en zonas de alto riesgo de ataque pirata¹. Además, el buque debería disponer de suficiente capacidad de almacenaje en congeladores, refrigeradores y despensas para que se puedan almacenar las provisiones sin poner en peligro su calidad.

33. El armador debería asegurarse de que la cantidad y calidad de las provisiones se compruebe de manera sistematizada y periódica con miras a evaluar y adoptar medidas correctivas adecuadas a su debido tiempo, a fin de suministrar en todo momento a la tripulación comidas adecuadas, variadas y nutritivas, habida cuenta de sus exigencias religiosas y sus prácticas culturales. El armador debería asegurarse de que la tripulación conoce sus funciones y responsabilidades a este respecto, mediante la adopción de procedimientos o formación.

¹ Especialmente en los alcázares.

Distribución de responsabilidades y obligaciones**3.1.3. Proporcionar agua potable de buena calidad en cantidad suficiente**

34. En el MLC, 2006, se requiere que los armadores se aseguren de que el abastecimiento de agua potable sea adecuado en cuanto a su cantidad y calidad en relación con el número de tripulantes y la duración y naturaleza del viaje.

35. Los armadores deberían establecer un sistema de agua potable que garantice el abastecimiento de agua potable limpia. Se puede verificar si la calidad del agua es conforme a la normativa nacional o regional, o a las normas de la Organización Mundial de la Salud (OMS)².

36. El armador debería establecer procedimientos y normas mínimas relativas a la cantidad y calidad del agua potable para cada buque en función de la naturaleza del viaje, el número de tripulantes y otros factores. Por lo general, la manipulación de los sistemas de agua potable a bordo corre a cargo de ingenieros. Los armadores deberían asegurarse de que los ingenieros estén calificados para gestionar el sistema de agua potable y verificar con regularidad la calidad del agua. También se debería establecer un plan de mantenimiento del sistema de agua potable en el que se documente la calidad del agua, y elaborar un plan de respuesta en caso de emergencia si al efectuar los controles se determina que puede haber problemas de calidad del agua. En los procedimientos también se deberían describir las diversas funciones y responsabilidades de la tripulación en relación con el agua potable.

² OMS: *Guías para la calidad del agua potable*, tercera edición, 2006, cuarta edición en inglés (2011); y *Guía de sanidad a bordo*, tercera edición, 2012.





Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

3.1.4. Minimizar los efectos del agua de mar contaminada

37. El armador y el capitán deberían tomar medidas destinadas a minimizar los riesgos asociados al agua de mar contaminada y a la ingesta de marisco procedente de dicha agua.

3.1.5. Apoyo y recursos para el cocinero del buque

38. El armador y el capitán deberían tener en cuenta el apoyo y los recursos que son necesarios para que el cocinero del buque pueda cumplir con sus obligaciones, garantizando, por ejemplo, que un número suficiente de marinos trabaje en la cocina. Se debería considerar el trabajo adicional generado por la prestación de un servicio de fonda que satisfaga los requisitos religiosos y culturales de una tripulación mixta; que podría haber otras personas autorizadas a bordo; y que el número real de marinos a bordo podría superar el nivel de dotación prescrito.

3.1.6. Formación sobre alimentación e higiene personal

39. El armador debería asegurarse de que se hayan establecido procedimientos adecuados en materia de salud y seguridad para el tipo de buque de que se trata, y de que la formación abarque la manipulación de alimentos y la higiene personal a bordo, a fin de que los alimentos se preparen y se sirvan en condiciones higiénicas.

3.1.7. La organización y el equipo de las cocinas y las despensas

40. El armador debería cerciorarse de que el equipo de las cocinas y de las despensas sea adecuado para almacenar la cantidad de víveres suficiente para la duración del viaje, garantizar un

Distribución de responsabilidades y obligaciones

entorno de trabajo seguro y preparar y servir comidas adecuadas, variadas y nutritivas en condiciones higiénicas, de conformidad con los principios generales sobre los procedimientos suficientes relativos a la seguridad y mantenimiento del equipo y la seguridad del trabajo, según se establece en el MLC, 2006, y en el Código IGS.

41. Las cocinas y las despensas deberían estar configuradas de modo que permitan mantener el orden y las condiciones de higiene, acceder con facilidad a los productos y mantener limpios los locales. Debería haber espacio suficiente para evitar las esquinas y ordenar los alimentos con seguridad en las cocinas. Esto significa que debería haber suficiente espacio para utilizar las encimeras, maquinaria, equipos y materiales sin que la tripulación corra ningún riesgo de sufrir lesiones. En las cocinas es esencial que el espacio de trabajo sea suficientemente amplio para separar las materias primas y evitar depositar alimentos en el suelo.

42. El armador y el capitán también deberían asegurarse de que los procedimientos relativos a la gestión de residuos incluyan los residuos de las cocinas.

43. El armador debería proporcionar el equipo y la indumentaria de protección necesarios conforme al MLC, 2006, regla 4.3 («Protección de la seguridad y la salud y prevención de accidentes»).

3.1.8. Leyes y reglamentos nacionales u otras medidas

44. El armador debería asegurarse de que se cumplan las leyes o los reglamentos nacionales en vigor, los convenios colectivos u otras medidas de aplicación del MLC, 2006.





Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

3.2. El capitán

45. El capitán debería tener la responsabilidad de cumplir los procedimientos relativos a las cocinas establecidos por el armador, adoptar las medidas adecuadas e informar al armador de conformidad con los procedimientos en caso de incumplimiento.

46. El capitán debería verificar que los cocineros de los buques disponen de documentación que certifique que están calificados y formados para el ejercicio de sus funciones.

47. En la norma A3.2 se establece que el capitán, o la persona designada por el capitán, deberá asegurarse de que se realicen con frecuencia inspecciones documentadas a bordo de los buques, para comprobar que haya suficientes provisiones de víveres y agua potable de buena calidad a bordo y que las cocinas, equipos y despensas estén en buenas condiciones, según se describe en las secciones 3.2.1 y 3.2.2 que figuran a continuación.

3.2.1. Provisiones

48. Los procedimientos relativos al servicio de fonda y a las compras suelen variar en función de los buques. El papel y las responsabilidades del capitán dependen del grado de autoridad que se delega en el cocinero del buque, de conformidad con las políticas del armador y los convenios colectivos. El capitán tiene la responsabilidad de establecer buenas relaciones de trabajo con el cocinero del buque y tomar las disposiciones necesarias para que dicho cocinero pueda servir comidas adecuadas, variadas y nutritivas.

49. Se recomienda que las inspecciones que lleve a cabo el capitán se centren en determinar y documentar si hay suficientes provisiones de víveres y agua potable. Las inspecciones se deben



Distribución de responsabilidades y obligaciones

Llevar a cabo con regularidad, de preferencia una vez por semana, y deben incluir información del cocinero del buque sobre la situación del abastecimiento, incluida la calidad y variedad de los almacenes. El capitán debería establecer un sistema que permita supervisar el exceso o la falta de abastecimiento para mantener informado al armador.

3.2.2. Inspección de las cocinas, equipos y despensas

50. En la norma A3.2 se dispone que el capitán realice inspecciones frecuentes de los equipos utilizados para el almacenaje y manipulación de víveres y agua potable. El capitán debería establecer procedimientos para llevar a cabo inspecciones sistemáticas y asegurarse de que cualquier deficiencia se subsane adecuadamente. La inspección debería incluir un examen visual directo y un recorrido de las cocinas y despensas. La inspección también debería verificar si los equipos se pueden utilizar con seguridad y si se pueden limpiar a fondo, así como si se cumplen debidamente las partes correspondientes de un programa de autoevaluación preestablecido. El capitán debería mantener una comunicación constante con el personal del cocinero del buque para asegurarse de que se comparte la información con regularidad.



4. Competencias de los cocineros de los buques

4.1. Presentación

51. En este capítulo se abordan las competencias que deberían adquirir los cocineros de los buques durante su educación o formación. Las calificaciones recomendadas y los requisitos exigidos para los cocineros de los buques reflejan el hecho de que dichos cocineros deberían poder realizar las operaciones relacionadas con la cocina, inclusive la compra de víveres y los aspectos prácticos de la elaboración de alimentos.

52. Los cocineros de los buques deberían poseer las competencias, el apoyo y los recursos necesarios para servir cantidades adecuadas de alimentos nutritivos de calidad, que tengan en cuenta las diversas costumbres culturales y religiosas de la gente de mar, y cumplan las normas de higiene. Saber mantener la higiene en la cocina y sus dependencias es una competencia fundamental que deben poseer los cocineros de los buques. En la regla 3.2 del MLC, 2006, se indica expresamente que a bordo de los buques debe suministrarse una alimentación de calidad en condiciones higiénicas reglamentadas. Es fundamental saber cómo almacenar y manipular de manera higiénica los alimentos para prevenir las enfermedades originadas por los alimentos que se sirven a bordo.

53. En los párrafos relativos a los conocimientos prácticos de cocina se destaca que los cocineros de los buques deberían tener una visión amplia de las actividades realizadas en la cocina y sus dependencias, habida cuenta de que los alimentos almacenados a bordo deberían poder conservarse durante cierto tiempo, y se

Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

subraya que es esencial que el cocinero del buque disponga de una variada selección de materias primas de buena calidad.

54. Los productos alimenticios de corta duración deberían consumirse al principio del viaje. Los productos alimenticios deberían utilizarse de manera económica, razonable y variada. Las comidas que se sirven deben también cumplir con los diferentes requisitos y necesidades de la tripulación y consistir en una dieta nutritiva, variada y de buena calidad. En las comidas que se sirven a diario también deberían tenerse en cuenta las necesidades individuales, por ejemplo, el régimen que deben seguir los diabéticos o los miembros de la tripulación que padecen intolerancias alimentarias o alergias. El cocinero del buque también debe comprender la importancia de los aspectos culturales, religiosos y sociales de las comidas realizadas a bordo. En la regla 3.2 se menciona específicamente la necesidad de tomar en consideración las características culturales y religiosas de la tripulación.

55. Los cocineros de los buques deben poseer las competencias necesarias para satisfacer las expectativas del armador, el capitán y la gente de mar en lo que respecta a que la comida se prepare íntegramente a base de materias primas. Los productos elaborados o semielaborados equilibrados desde el punto de vista nutricional sólo deberían utilizarse durante un corto período de tiempo.

56. En este capítulo también se abordan otras competencias que los cocineros de los buques deberían poseer, como son las competencias en materia de comunicación y seguridad en el lugar de trabajo u otras habilidades básicas como la capacidad de cálculo para modificar el número de raciones previstas en una receta en función del número de tripulantes que consumirá un plato determinado.



Competencias de los cocineros de los buques**4.2. Conocimientos prácticos de cocina:
competencias básicas de cocina****4.2.1. Menús**

57. El cocinero del buque debería tener la capacidad de:

- familiarizarse con los diversos tipos de menús y sus diferencias;
- leer, comprender y seguir una receta, poseer conocimientos en materia de nutrición, materias primas, técnicas de preparación y exigencias culturales y religiosas, y poner en práctica estas competencias al planificar los menús;
- familiarizarse con el libro de menús de la empresa, si procede;
- familiarizarse con las reglas de composición del menú;
- evaluar la cantidad de sobras e incorporarlas en los menús para limitar el desperdicio de alimentos, tanto en el largo plazo como en la planificación diaria;
- tomar en cuenta la función de todos los sentidos, la necesidad de variar la comida y la importancia del valor nutritivo al planificar las comidas;
- comprender la importancia de los menús semanales y organizar y preparar dichos menús;
- preparar una comida de modo que los ingredientes conserven su contenido nutritivo y ofrezcan un aspecto apetitoso;
- ser consciente del aspecto social de las comidas y sus consecuencias prácticas en la planificación de los menús, lo que comprende respetar las tradiciones, celebraciones y ocasiones especiales;





Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

- comprender la interacción entre las comidas y el ritmo del trabajo diario a bordo y su importancia para los aspectos prácticos del servicio de comidas y refrigerios;
- familiarizarse con los elementos constitutivos de una dieta sana.

58. Para elaborar y servir un menú variado el cocinero del buque debería conocer y poder utilizar: recetas, diversos métodos de cocción, e información sobre la modificación de los nutrientes durante la cocción, teniendo en cuenta las consecuencias en materia de nutrición y sabor.

59. Un cocinero de buque debe tener además la capacidad de preparar:

- un bufé frío;
- platos calientes y fríos;
- recetas con huevo;
- almuerzos;
- sopas, en particular caldos básicos;
- salsas, en particular salsas básicas;
- tipos de arroz, fideos y platos con pasta;
- pescado, carne y aves;
- guarniciones y acompañamientos;
- hortalizas;
- postres;



Competencias de los cocineros de los buques

- pan fresco y productos de panadería;
- cocina internacional, teniendo en cuenta las tradiciones culturales y religiosas;
- comidas adicionales para las personas que estén a bordo cuando hayan sido autorizadas (excluidos los pasajeros).

4.2.2. Elementos básicos de cocina

60. El cocinero del buque debería conocer las propiedades básicas de los alimentos y saber en qué medida el almacenamiento y la preparación de las materias primas influyen en la calidad y el valor nutritivo de los alimentos.

61. El cocinero del buque también debería poseer conocimientos que le permitan evaluar la calidad de las materias primas y de los alimentos preparados o semielaborados, y tener la capacidad de seleccionar y utilizar productos de temporada y productos locales al comprar los víveres, y conocer los productos lácteos y sus usos.

4.2.3. Competencias prácticas de cocina

62. Para atender a los aspectos prácticos de la cocina el cocinero del buque debería poseer las competencias teóricas necesarias para llevar a cabo la planificación, la preparación y el servicio de un menú variado y nutritivo. El cocinero del buque debería tener la capacidad de:

- organizar procesos de trabajo adecuados y flujos de productos eficientes y demostrar aptitud en la práctica para aplicar métodos seguros de manipulación de los alimentos como filetear, deshuesar y trocear la carne sin desperdiciarla durante la preparación. Es importante que el cocinero del buque tenga una



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

visión global de las provisiones disponibles y haya establecido un calendario para descongelar los alimentos en el momento oportuno;

- combinar la aplicación de los principios relativos a la variedad de los alimentos, el reciclaje de las sobras y la prevención del desperdicio de alimentos;
- hornear pan y otros productos de panadería y pasteles utilizando diversos métodos, incluido el uso de levadura seca;
- saber cómo utilizar los utensilios y el equipamiento de cocina, por ejemplo, el horno, saber utilizar correctamente las tablas de cortar alimentos y los cuchillos de cocina, y conocer las distintas técnicas de corte;
- saber utilizar correctamente los soportes (barras de protección en caso de tormentas) y pinzas ajustables para ollas en situaciones de mar gruesa;
- comprender el valor de las buenas condiciones de higiene y de orden para facilitar la preparación de las comidas y el perfeccionamiento de los métodos de trabajo;
- familiarizarse con los métodos de conservación de alimentos;
- preparar las comidas respetando el método y el tiempo de preparación, pues son elementos fundamentales que determinan el sabor final del plato.

4.2.4. Métodos de preparación

63. El cocinero del buque debería saber aplicar diferentes técnicas de preparación de alimentos, así como conocer sus ventajas

Competencias de los cocineros de los buques

y desventajas, los usos más habituales de cada una de ellas y las formas más corrientes para preparar los alimentos respetando las exigencias culturales y religiosas. El cocinero del buque debería reconocer los diferentes cortes de carnicería y conocer diversos métodos de cocción³.



64. El cocinero del buque también debería saber:

- gestionar la elaboración práctica de platos fríos y calientes, incluidos distintos tipos de carnes, frutas y hortalizas combinados con diferentes acompañamientos, especias y métodos de cocción, que estimulen todos los sentidos (aparición, sabor, color, textura, etc.), y aplicar procedimientos de trabajo eficientes que permitan preparar la comida a tiempo y servir la en el momento adecuado;
- preparar los alimentos conservando su contenido nutritivo, lo que incluye conocer los procesos químicos de la cocina que afectan a las materias primas y sus nutrientes;
- cuál es la temperatura ideal para asar la carne y la temperatura interna que ésta debe alcanzar y cómo utilizar y desinfectar termómetros con sonda;
- la importancia del método de cocción en la textura, el aspecto y el sabor de una comida, y la importancia de servir los alimentos de forma adecuada;
- planificar y preparar refrigerios, y hornear pan y pasteles.

³ Por ejemplo: todos los tipos de asado, con espetón giratorio, con microondas, al baño María, frito en sartén, frito en freidora, escaldado, cocido, pochado, al vapor, estofado, marinado y al horno.

Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques**4.2.5. Presentación y servicio**

65. Se puede servir y presentar una comida de muchas maneras diferentes. Por lo general, los métodos de presentación y servicio de los alimentos dependen de las tradiciones culturales o religiosas. Si bien el sentido del gusto es, en general, el mismo en todo el mundo, la experiencia gustativa siempre es individual, ya que es fundamentalmente un reflejo de la tradición y de experiencias anteriores.

66. Para la mayoría de las personas la comida es una gran ocasión de reunión social; por lo tanto, es importante que el cocinero del buque sepa cuáles son las necesidades de la gente de mar.

67. El bufé es la forma más corriente de servir la comida a bordo de los buques. La presentación de una comida, su color, olor y sabor tienen un gran impacto en los comensales. La comida caliente se sirve caliente y la comida fría debe servirse fría. La temperatura de servicio de la comida y su presentación pueden influir mucho en la manera de apreciar una comida. Por consiguiente, el cocinero del buque debe conocer los principios fundamentales de la presentación y el servicio de la comida.

4.2.6. Cocina práctica en circunstancias imprevistas

68. El cocinero del buque también debería ser capaz de adaptar la planificación del menú durante el viaje en caso de circunstancias imprevistas.

69. A bordo de un buque se plantean retos especiales. Con mal tiempo puede resultar difícil preparar un menú tal como estaba previsto. La seguridad siempre es lo primero, por lo que debe ser posible apartarse del menú planificado, por ejemplo, en caso de



Competencias de los cocineros de los buques

mar gruesa o de viaje prolongado, y hacer frente a los retos de los viajes largos mediante una planificación correcta y un aprovisionamiento adecuado antes de iniciar el viaje.

70. El cocinero del buque debería conocer los procedimientos necesarios para aumentar el nivel de seguridad en la cocina en caso de mar gruesa, por ejemplo, mediante el uso de pinzas (barras de protección en caso de tormenta), soportes, abrazaderas y cacerolas de bordes altos.

4.3. Administración, gestión y supervisión de la cocina

71. En lo referente a las compras, las responsabilidades del cocinero del buque varían en función de las políticas de la empresa que lo contrata, las instalaciones del servicio de fonda y las competencias que posea. En algunos casos, el capitán efectúa la mayor parte de las compras, y en otros cuenta con la colaboración del cocinero. Un cocinero de buque debería ser capaz de gestionar el proceso de compra.

72. Todos los cocineros de los buques deberían tener una idea general de los productos almacenados en el buque, verificar sistemáticamente las existencias y avisar al capitán si escasean las provisiones.

73. Los cocineros de los buques deberían mantenerse informados de la rotación de las existencias y la planificación de los menús, el tamaño de la tripulación, la cantidad de personas autorizadas a estar en el buque o que, según lo previsto, subirán al buque y la cantidad de provisiones disponibles, así como sobre su tiempo de conservación, precio y calidad.

74. Los cocineros plenamente calificados de los buques deberían ser capaces de realizar un pedido.



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques**75. Los cocineros de los buques deberían:**

- saber gestionar las cuestiones administrativas y financieras, las cuentas y la planificación de los menús en relación con su departamento;
- comprender todas las tareas administrativas relacionadas con las cocinas y la preparación diaria de las comidas, en ciertos casos con la colaboración del capitán;
- planificar y realizar tareas de gestión, supervisar al personal de fonda e impartir instrucción básica o formación.

**4.4. Prevención de las enfermedades de transmisión alimentaria****4.4.1. Enfermedades de transmisión alimentaria**

76. La expresión «enfermedad de transmisión alimentaria» se utiliza generalmente para describir cualquier afección o enfermedad causada por el consumo de alimentos contaminados, la cual también suele denominarse «intoxicación alimentaria».

4.4.2. Los alimentos pueden causar enfermedades

77. El cocinero del buque debería conocer las causas más comunes de contaminación provocada por objetos materiales, sustancias químicas y microorganismos. En la cocina, los problemas más graves suelen deberse a los microorganismos y los virus. Para garantizar una buena higiene se precisan conocimientos básicos acerca de los microorganismos y su transmisión a los alimentos, y se deben comprender los procedimientos para mantener las provisiones en buen estado.

Competencias de los cocineros de los buques**4.4.3. Alimentos de alto riesgo**

78. El cocinero del buque debería saber cuáles son los alimentos de mayor riesgo. Puede ocurrir que los alimentos ya estén contaminados cuando se cargan en el buque a causa de errores de producción o en caso de interrupción de la cadena de frío. Los productos alimenticios pueden contaminarse fácilmente por una proliferación de bacterias causada por una manipulación incorrecta. Los microorganismos se propagan con facilidad a otros alimentos cuando no se aplican correctamente los procesos de trabajo. Todos los marinos que trabajan en la cocina deben respetar los procedimientos aplicables en materia de seguridad alimentaria, incluso cuando trabajan bajo presión para servir la comida con rapidez. Además, los marinos deberían saber qué factores propician la reproducción de las bacterias, y ser conscientes de que esto podría incluso provocar la contaminación de alimentos de bajo riesgo.

4.4.4. Las bacterias y otros microorganismos pueden causar enfermedades

79. El cocinero del buque debería saber por qué los microorganismos pueden causar enfermedades, qué sucede cuando penetran en el organismo y cómo se transmiten de las personas a los alimentos y de los alimentos a las personas.

80. El cocinero del buque debería comprender que algunos microorganismos son útiles, mientras que otros provocan la putrefacción de los alimentos (algo que puede percibirse a través de la vista y el olfato). La presencia de los microorganismos más peligrosos – las bacterias patógenas – en los alimentos pasa desapercibida, ya que no se pueden detectar mediante la vista o el olfato.





Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

81. El cocinero del buque debería saber que las bacterias se reproducen, se inactivan y forman esporas, que el valor nutritivo de los alimentos, el tiempo, la humedad y la temperatura influyen en la tasa de crecimiento bacteriano, cómo controlar estos factores, y qué es el «efecto barrera», es decir, cómo procesar los productos alimenticios durante la fase de producción para reducir al mínimo el riesgo de contaminación antes de su embarque en el buque.

4.4.5. Síntomas de las enfermedades de transmisión alimentaria

82. El cocinero del buque debería saber:

- cuáles son las bacterias patógenas y sus nombres;
- cuáles son los productos alimenticios propensos a la contaminación por bacterias y cuya ingestión puede ocasionar enfermedades de transmisión alimentaria;
- cuáles son los síntomas de las enfermedades de transmisión alimentaria;
- cuál es el período de incubación entre el consumo de alimentos contaminados y el momento en que se declara una enfermedad de transmisión alimentaria;
- cuáles son los síntomas más comunes de las enfermedades de transmisión alimentaria, las variaciones de su evolución y los síntomas de los casos más agudos en los que las enfermedades de transmisión alimentaria pueden causar complicaciones, secuelas permanentes y, en ciertos casos, la muerte.

Competencias de los cocineros de los buques**4.4.6. Prevención de las enfermedades de transmisión alimentaria**

83. El cocinero del buque debería saber cómo prevenir las enfermedades de transmisión alimentaria, es decir, conocer:

- las medidas que se pueden tomar en el lugar de trabajo;
- la influencia del comportamiento y la higiene personal;
- la importancia de mantener los alimentos en buenas condiciones y planificar cuidadosamente los procedimientos de trabajo;
- la importancia de explicar la correcta manipulación de los alimentos y cómo protegerse de la contaminación cruzada;
- la importancia del correcto almacenaje de las provisiones y la lucha contra los insectos y las plagas;
- la importancia de la refrigeración y el control de la temperatura;
- la importancia de la temperatura en la cocción de los alimentos;
- la importancia de lavar y mantener limpios los cubiertos, la vajilla y el equipo de la cocina;
- la importancia de las tareas de limpieza;
- la importancia de aplicar un sistema de autoevaluación y de cumplir con los procedimientos establecidos.

4.4.7. Contaminación cruzada

84. El cocinero del buque debería comprender qué es la contaminación cruzada, ya que es una de las principales causas de las enfermedades de transmisión alimentaria. Es indispensable tener en cuenta:





Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

- de qué manera los buenos procedimientos de trabajo pueden impedir la contaminación cruzada;
- la importancia de una estructura de almacenamiento compuesta por almacenes secos, refrigeradores y congeladores;
- las modalidades más frecuentes del proceso de la contaminación cruzada;
- el equipo que puede contribuir a la prevención;
- la necesidad de impedir que el personal no autorizado ingrese en las cocinas.

4.4.8. Sistema de autoevaluación de la seguridad alimentaria

Recuadro 4.1

Nota sobre los sistemas de gestión de higiene

Existe un sistema reconocido internacionalmente para la gestión de la higiene de los alimentos, denominado sistema de análisis de peligros y puntos críticos de control (APPCC). Este sistema puede utilizarse para realizar un seguimiento y control sistemáticos de los puntos críticos de control (PCC), que son factores o procesos mensurables en la producción de alimentos. El sistema APPCC permite documentar y realizar el seguimiento de los errores y su corrección. El APPCC puede utilizarse en el transporte marítimo general, pero se aplica especialmente a los buques de pasajeros. El conocimiento de los principios básicos del APPCC podría ser beneficioso para la elaboración y organización de un sistema de autoevaluación destinado a los buques de carga sin pasajeros.



Competencias de los cocineros de los buques

85. El cocinero del buque debería conocer los diferentes sistemas de seguridad alimentaria y reconocer la importancia de las buenas prácticas de gestión, la autoevaluación sistemática y los principios del APPCC. Estos últimos principios deberían tenerse en cuenta en los buques. A continuación figuran las directrices para la aplicación de un enfoque sistemático en materia de autoevaluación.

- ¿Qué es un programa de autoevaluación?
 - Un programa de autoevaluación comprende procedimientos que permiten documentar que el capitán o el cocinero del buque aplican los procedimientos de control y garantía de la calidad en todos los procesos relacionados con la producción de alimentos y la seguridad alimentaria en las cocinas.
 - Se puede aplicar un programa de autoevaluación para dar cumplimiento a la legislación en materia de seguridad alimentaria.
 - La autoevaluación se basa en los puntos críticos de control (PCC), esto es, los puntos críticos que pueden ser objeto de control en la producción de alimentos y los procedimientos culinarios.
 - La autoevaluación puede consistir en procedimientos de documentación escritos y procedimientos menos formales. Por ejemplo, podría consistir en el control de la temperatura de los productos alimenticios en el momento de la entrega, durante la preparación de la comida y al calentar y posteriormente enfriar los alimentos cocinados.

Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

- ¿Quién es el responsable del programa de autoevaluación?
 - Los procedimientos de autoevaluación deben ser elaborados por el armador.
 - El capitán debería ejecutar el programa de autoevaluación según lo previsto y de acuerdo con los demás procedimientos relativos a la seguridad y el mantenimiento aplicados a bordo del buque. El cocinero del buque debería ser capaz de reconocer los puntos críticos de control y de demostrar, cuando así lo soliciten las autoridades, que se han aplicado los procedimientos de seguridad alimentaria.

**4.5. Higiene alimentaria****4.5.1. Cómo romper la cadena de las enfermedades de transmisión alimentaria**

86. El cocinero del buque debería comprender que se deberían proteger los productos alimenticios contra la contaminación; que se debería prevenir el crecimiento bacteriano eliminando las condiciones que, como la humedad y el calor, lo propician; que se debería mantener la cadena de refrigeración controlando las temperaturas, y registrando y regulando sus fluctuaciones, y que las bacterias presentes en los alimentos pueden destruirse cocinando o recalentando estos últimos a las temperaturas correctas.



Competencias de los cocineros de los buques

4.5.2. Cómo limpiar y desinfectar las cocinas, los comedores y las despensas, y por qué es importante hacerlo

87. El cocinero del buque debería saber:

- dónde y cómo se debe proceder a una limpieza y una desinfección, y cómo éstas pueden servir para evitar la presencia de microorganismos, plagas o parásitos;
- cómo utilizar el material y los productos de limpieza, y cómo garantizar la aplicación de la dilución correcta;
- cómo guardar los productos de limpieza y los equipos de protección personal;
- cuáles son los productos de limpieza y desinfectantes más peligrosos y qué impacto tienen en las personas y en el medio ambiente;
- cómo elaborar planes y protocolos de limpieza, así como planes de trabajo detallados;
- cómo pueden unas normas de limpieza rigurosas ser un buen ejemplo para las demás personas e influir en ellas.

4.5.3. Cómo se deberían almacenar los alimentos y por qué es importante tener las despensas bien ordenadas

88. El cocinero del buque debería saber:

- cómo almacenar los alimentos muy perecederos, los perecederos y los de larga duración;
- cómo leer el etiquetado de la fecha;
- cómo almacenar correctamente y de manera segura los alimentos secos, especialmente una vez abierto el envase;



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

- cómo limpiar y mantener bien ordenados los almacenes y las cocinas en general;
- la mejor manera de preservar el valor nutritivo de las hortalizas almacenadas;
- cómo manipular los productos alimenticios en el momento de su entrega y cómo colocarlos en los estantes (sistema «primero en llegar, primero en salir»).

4.5.4. Cómo manipular los productos refrigerados y congelados

89. El cocinero del buque debería saber:

- cómo organizar las cámaras frías/de congelación y aplicar el sistema «primero en llegar, primero en salir»;
- cómo almacenar los diversos tipos de productos alimenticios;
- las temperaturas ideales de refrigeración y congelación;
- la duración de conservación de los productos mientras se mantienen refrigerados y cómo prevenir la contaminación cruzada;
- cómo descongelar y reenvasar los alimentos, y cómo utilizar los recipientes autorizados para almacenarlos;
- cómo vigilar y llevar un registro de las temperaturas de las neveras y los congeladores.

4.5.5. Cómo manipular los alimentos durante su preparación

90. El cocinero del buque debería saber:

- cómo organizar los procesos de trabajo y garantizar el flujo correcto de los productos;



Competencias de los cocineros de los buques

- cómo aplicar métodos de trabajo adecuados para realizar limpiezas mientras se conservan alimentos fríos;
- cómo utilizar correctamente el material, los soportes para ollas y los diversos utensilios, incluidos los cuchillos de cocina;
- cuáles son los grupos de productos que han de mantenerse separados para evitar una contaminación cruzada;
- cuál es la temperatura ideal para asar la carne y la temperatura interna que ésta debe alcanzar, y utilizar los termómetros con sonda del buque.

4.5.6. Cómo conservar y recalentar las sobras de comida, y aprovecharlas en otros platos

91. El cocinero del buque debería saber:

- cómo garantizar la seguridad de los alimentos a la hora de refrigerar las sobras;
- que es importante poner fecha en los alimentos de cara a su reutilización;
- cómo garantizar que los alimentos tengan la temperatura interior ideal cuando son recalentados a 165 grados Fahrenheit o a 74 grados Celsius;
- cómo utilizar el horno de microondas y envasar los alimentos tomando todas las precauciones de seguridad necesarias antes de calentarlos en él;
- que no se deberían calentar las sobras más de una vez, en ninguna circunstancia;

Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

- que los alimentos recalentados que se sirven no deberían volver a utilizarse.

4.5.7. Cómo servir la comida de forma segura**92. El cocinero del buque debería saber:**

- cómo manipular los alimentos tomando todas las precauciones de seguridad necesarias a la hora de organizar un bufé;
- que, según la regla general, la comida no debería permanecer en un bufé durante más de tres horas, para que se preserve su calidad;
- cómo mantener el calor y el frío constantes en un bufé;
- cómo enfriar correctamente la comida antes de su refrigeración;
- que es importante mantener una buena higiene en las mesas de los comedores durante las comidas;
- que es importante utilizar los dispensadores con soluciones hidroalcohólicas para la desinfección de las manos.

4.6. Higiene personal**4.6.1. Higiene personal****93. El cocinero del buque debería conocer:**

- la trascendencia de que cada cual asuma la responsabilidad de su buena higiene;
- la importancia de lavarse las manos y cómo hacerlo a fondo;
- la ropa que debe llevarse puesta en las cocinas;



Competencias de los cocineros de los buques

- los factores que pueden poner en peligro la salud ajena;
- la importancia del comportamiento personal y de tomar la iniciativa de predicar con el ejemplo.

4.6.2. Infecciones cutáneas

94. El cocinero del buque debería conocer las causas de las alergias; cómo prevenir las infecciones cutáneas; cómo prevenir las alergias cutáneas derivadas del consumo de alimentos, y cuáles son los síntomas de alergia.

4.6.3. Guantes

95. Para preparar comidas deberían utilizarse guantes homologados y de buena calidad. Es importante saber:

- que el uso de guantes nunca debe reemplazar el lavado de manos entre los distintos procesos;
- cuándo deberían llevarse guantes para proteger los alimentos, por ejemplo, si en las manos se tiene alguna quemadura, algún corte o alguna infección;
- cuáles son los distintos tipos de guantes y cómo prevenir la contaminación cruzada mediante su uso;
- desinfectar los guantes de malla después de cada uso.

4.6.4. Cuándo dejar de trabajar por el bien de la salud de los demás

96. El cocinero del buque debería saber cuándo permanecer fuera de las cocinas por causa de enfermedad, qué hacer cuando uno cae enfermo y cuándo se debe regresar a trabajar sin poner en peligro la salud ajena.





Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

4.7. Nutrición y salud: menús equilibrados

4.7.1. Comprender la nutrición

97. Los cocineros de los buques deberían:

- conocer la composición de los elementos de la dieta y garantizar que su combinación sea equilibrada desde un punto de vista nutritivo. Ello presupone conocer las recomendaciones de las autoridades nacionales competentes o de la OMS, y también, por ejemplo, el contenido y la composición de los alimentos en grasas, proteínas, carbohidratos, vitaminas, minerales y oligoelementos;
- ser aptos para confeccionar un plan de dieta que ofrezca a los miembros de la tripulación una nutrición correcta a largo plazo. El plan de dieta debería ajustarse a los requisitos internacionales (OMS/FAO) o nacionales respecto a los nutrientes recomendados y elaborarse teniendo presentes los factores culturales y religiosos pertinentes;
- ser capaces de elaborar, a partir del plan de dieta, planes de compra, menús y platos o recetas específicos de modo que sea posible calcular y evaluar el contenido energético de los distintos tipos de alimentos, menús y planes de dieta.

98. El cocinero del buque debería comprender:

- las bases de la fisiología de la nutrición;
- los factores fisiológicos;
- el metabolismo del cuerpo;
- la función de los nutrientes;

Competencias de los cocineros de los buques

- las recomendaciones nutricionales en relación con los carbohidratos, la fibra dietética, las grasas, las proteínas, el alcohol, el agua, las sales, los minerales y las vitaminas;
- la importancia de la dieta y del ejercicio;
- la conexión entre la dieta y las enfermedades ligadas al modo de vida.

4.7.2. Planificación: compras y competencias

99. El cocinero del buque debería:

- ser capaz de elaborar un plan de dieta variado que cumpla los requisitos nutricionales del momento;
- conocer todos los grupos de alimentos y la composición de un plan de dieta, y cómo utilizar los distintos alimentos;
- conocer los factores religiosos y culturales que, en su caso, puedan concurrir;
- ser capaz de leer, comprender y seguir las instrucciones de una receta;
- ser capaz de elaborar un plan de menús para un período prolongado;
- cuando corresponda, encargar los productos alimenticios que hayan de entrar en la composición del plan de menús teniendo en cuenta la utilización de la materia prima y las implicaciones financieras.

4.7.3. Alergias e intolerancias alimentarias

100. Los cocineros de los buques deberían conocer las alergias e intolerancias alimentarias y las reacciones que éstas pueden



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

generar, incluido el hecho de que algunas reacciones alérgicas e intolerancias pueden ser mortales. También es importante que conozcan las diferencias que en general puede haber entre las distintas reacciones alérgicas y reacciones de intolerancia comunes. El cocinero del buque debería saber cómo utilizar los alimentos adecuados a cambio de los que, en su caso, produzcan alergia o intolerancia, sin merma del valor nutritivo de las comidas. Todos los cocineros de los buques que tengan responsabilidades en la preparación de las comidas diarias deberían comprender:

- las alergias alimentarias y los casos de intolerancia alimentaria más comunes (y sus causas);
- los efectos que produce la exposición a una sustancia a la que se es alérgico o intolerante;
- cómo varían las alergias y las intolerancias alimentarias de un lugar a otro del mundo;
- los alimentos que pueden utilizarse para sustituir los que causan alergia o intolerancia;
- cómo definir planes de dieta y menús teniendo en cuenta las alergias o intolerancias eventuales de los miembros de la tripulación (lo cual implica también saber con qué productos sustituir los alimentos alérgenos);
- cómo comunicarse con los miembros de la tripulación para conocer sus alergias o intolerancias.

4.7.4. Conciencia de la importancia de la nutrición para combatir las enfermedades ligadas al modo de vida

101. Los cocineros de los buques deberían ser conscientes de la función que cumple la nutrición a la hora de combatir



Competencias de los cocineros de los buques

las enfermedades ligadas al modo de vida, como la diabetes, la hipertensión arterial, las dificultades respiratorias, los infartos, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer. Los cocineros de los buques deberían velar por que se ofrezcan a todos los miembros de la tripulación opciones que les permitan gozar de una dieta sana.

102. Con una dieta alimentaria equilibrada, todos los miembros de la tripulación deberían estar menos expuestos a contraer enfermedades ligadas al modo de vida y vinculadas al sobrepeso. Por tanto, el cocinero del buque debería poder planificar los menús en consonancia con las recomendaciones nacionales e internacionales.

4.8. Aspectos religiosos y culturales

103. El cocinero del buque debería tener conocimientos de:

- los rituales, costumbres y pautas relacionados con los alimentos y las comidas;
- los requisitos religiosos o culturales de las dietas, incluidos los requisitos relativos a la compra, segregación, preparación y cocina de los distintos tipos de alimentos por motivos religiosos y culturales.

4.9. Otras competencias básicas**4.9.1. Habilidades lingüísticas**

104. La información oral y escrita relativa a la nutrición se deberá comunicar a la tripulación en el idioma de trabajo del buque.



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

105. Los cocineros de los buques deberían tener las habilidades lingüísticas necesarias para poder cumplir instrucciones y cocinar las recetas en la práctica.

4.9.2. Aptitudes para el cálculo

106. Los cocineros de los buques deberían ser capaces de convertir unidades de medida en las recetas y calcular los desperdicios.

4.9.3. Habilidades de comunicación en general

107. El cocinero del buque debería:

- entender que, para el bienestar a bordo, es importante comunicarse con la tripulación. Es importante que el cocinero del buque domine los principios de comunicación más elementales;
- ser capaz de pedir con respeto a los miembros de la tripulación información sobre posibles alergias alimentarias y otras limitaciones o necesidades dietéticas, con el fin de adaptar adecuadamente los menús. El cocinero del buque también debería ser capaz de evaluar las limitaciones del servicio de fonda y determinar qué tipo de configuración respondería mejor a las necesidades de la tripulación;
- ser capaz de comunicarse constructivamente con el capitán en lo que al pedido de provisiones respecta;
- ser capaz de gestionar, instruir y formar a otros marinos que trabajen en las cocinas;
- conocer distintas pautas de comunicación cultural.



Competencias de los cocineros de los buques**4.10. Seguridad y salud en el lugar de trabajo****4.10.1. Conciencia de los riesgos potenciales**

108. Los cocineros de los buques deberían ser conscientes de los posibles riesgos que existen en las cocinas, como los cortes derivados del uso de cuchillos (que constituyen la lesión más habitual), las escaldaduras, las quemaduras, los cortes y las lesiones por aplastamiento debidos a la utilización de máquinas, las lesiones resultantes de levantar pesos, las quemaduras cáusticas y las lesiones resultantes de tropezones y caídas.

4.10.2. Comportamiento seguro en las cocinas

109. Los cocineros de los buques deberían saber cómo tener un comportamiento seguro en la cocina, y en particular:

- evitar someter el cuerpo a esfuerzos innecesarios y asegurarse de que las provisiones se almacenen con seguridad en previsión de fuerte oleaje;
- verificar las cocinas y mantener los víveres bien ordenados para evitar tropezones y caídas;
- sujetar las cacerolas y otros utensilios en caso de mar gruesa;
- manejar cuchillos de forma segura;
- encargarse de la maquinaria de las cocinas y de su funcionamiento;
- escoger ropa y equipos de protección personal adecuados, tales como uniformes, delantales, chaquetas (por ejemplo, chaquetas de botonadura doble), etc.;





Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

- sujetar las puertas y las escotillas;
- seguir las instrucciones de utilización de los productos de limpieza;
- hacer frente a incendios en la cocina.

4.10.3. Evaluación de los riesgos

110. La educación y la formación deberían permitir que el cocinero del buque contribuya a los procesos de evaluación de riesgos, haga participar a los marinos que trabajan en las cocinas en esos procesos y elabore un plan de prevención de accidentes y desgaste del equipo.

111. El cocinero del buque debería saber cómo llevar a cabo las etapas más importantes de un proceso de evaluación de riesgos, en particular:

- identificar el potencial de accidentes o desgaste asociado al trabajo en las cocinas;
- llevar a cabo una evaluación sobre con qué frecuencia sobreviene el riesgo, cuáles son sus consecuencias, qué riesgos pueden prevenirse y cuáles son difíciles de prever;
- poner a punto una solución con la participación de la organización de seguridad correspondiente y los marinos que trabajan en las cocinas;
- elaborar un plan de acción escrito en el que se describan las soluciones que se van a implementar, indicando en qué momento y quién es el responsable.

112. La evaluación de riesgos es un proceso continuo, dinámico e inclusivo. Las medidas preventivas se deben evaluar y



Competencias de los cocineros de los buques

rectificar a intervalos periódicos, así como después de un accidente o de un cuasi accidente. El proceso no debe limitarse a las personas que trabajan en las cocinas, ya que los demás miembros de la tripulación también pueden contribuir de un modo efectivo a identificar los riesgos potenciales y a proponer soluciones más seguras.

4.10.4. Conocimiento del Código IGS y de los sistemas de gestión de la seguridad

113. El cocinero del buque debería:

- estar familiarizado con el Código IGS;
- conocer y seguir los procedimientos establecidos para la labor desempeñada en las cocinas y zonas anexas, y aportar comentarios sobre los mismos, mantener el sistema y proporcionar instrucción al respecto;
- tener conocimiento de los comités de seguridad de los buques.

4.10.5. Notificación de lesiones profesionales

114. El cocinero del buque debería estar al corriente de sus responsabilidades con respecto a la notificación de los accidentes del trabajo y los cuasi accidentes.

115. Los cocineros de los buques deberían estar familiarizados con los procedimientos en caso de incidente y las medidas correctivas que se adoptan a fin de minimizar el riesgo de que se produzcan lesiones o situaciones de peligro en el futuro.

4.11. Primeros auxilios en las cocinas

116. Los cocineros de los buques deberían, al igual que los demás marinos, ser capaces de proporcionar primeros auxilios,



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

pero también deberían saber cómo proporcionar primeros auxilios específicos para los tipos de accidente concretos que pueden producirse en las cocinas, como los incendios, accidentes relacionados con la maquinaria, cortes, escaldaduras, quemaduras cáusticas y lesiones por aplastamiento.

117. También es importante que los miembros de la tripulación puedan determinar si es necesario recabar asistencia médica. La autoridad competente y el armador tienen el deber de proporcionar atención médica a bordo de buques y en tierra, según se dispone en la regla 4.1 y en la norma A4.1 del MLC, 2006.

4.12. Extinción de incendios en las cocinas

118. Los cocineros de los buques deberían saber cómo extinguir el aceite en llamas; no se debe bajo ningún concepto intentar apagarlo con agua, sino tratar de sofocar el fuego. Habida cuenta de las cuestiones relacionadas con el aceite en la cocina, es importante que todos los miembros de la tripulación que trabajan en la cocina reciban formación de conformidad con la regla 1.3 del MLC, 2006, que dispone que no deberá permitirse que trabaje en un buque gente de mar que no haya completado con éxito una formación sobre seguridad individual a bordo. Esta formación puede recibirse completando los requisitos de formación básica del Convenio de Formación.

4.13. Residuos

4.13.1. Conciliar la limitación del despilfarro con la higiene y la seguridad

119. La educación y la formación deberían abordar las cuestiones relativas a la limitación del despilfarro de alimentos, la

Competencias de los cocineros de los buques

prevención de la contaminación y la prevención de enfermedades de origen alimentario.

4.13.2. Recogida de residuos

120. El cocinero del buque debería recibir formación para utilizar los sistemas de recogida de residuos más adecuados o establecer un sistema a bordo. También debería saber cuáles son los contenedores más adecuados para la recogida de residuos (recipientes con tapa, preferiblemente con pedal) en las cocinas y en los comedores, y dónde colocarlos.

121. El cocinero del buque debería ser capaz de utilizar el sistema para garantizar la adecuada recogida de residuos, y saber cómo desinfectar los cubos de basura y los contenedores, con qué frecuencia se deben recoger los residuos de los diversos contenedores (por ejemplo, los residuos de las cocinas deberían recogerse por lo menos al final de cada día laborable), cómo clasificar los residuos (por ejemplo, plásticos, metales y papeles u otros materiales combustibles) y cómo asegurarse de que se efectúan verificaciones periódicas del período de conservación de los alimentos almacenados.

4.13.3. Almacenamiento de residuos

122. El cocinero del buque debería recibir formación sobre los sistemas de almacenamiento de residuos más adecuados. Toda la gente de mar que trabaje en las cocinas debería saber dónde se deben almacenar los residuos (en un cuarto cerrado, lejos de las despensas y las provisiones, nunca en el suelo y en bolsas que tengan un sistema de cierre).



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

4.13.4. Eliminación de residuos

123. El cocinero del buque debería saber cómo eliminar los residuos de un modo adecuado, por ejemplo cuando se pueda utilizar un triturador de residuos o cuando éstos se puedan compactar.

124. El cocinero del buque debería estar familiarizado con los requisitos del anexo V del Convenio MARPOL sobre planes de gestión de residuos y libros de registro de residuos, incluidos los requisitos de registro y documentación.



Anexo

Sugerencias de buenas prácticas

En el presente anexo se ofrecen sugerencias de buenas prácticas relativas a los cocineros de los buques que podrían contribuir a la aplicación de la regla 3.2. del MLC, 2006

Provisiones de víveres y agua potable

- a) La cantidad de las provisiones debería adecuarse al número de tripulantes y a la duración y naturaleza del viaje.
- b) El abastecimiento de víveres también debería adecuarse a los requisitos religiosos y culturales de las diversas tripulaciones.
- c) La calidad de los alimentos deberá garantizarse mediante el trato con proveedores de confianza, la manipulación y el almacenaje apropiados de las materias primas utilizadas en la elaboración de la comida, la planificación de los menús y el análisis de la información periódica proporcionada por la tripulación.
- d) El abastecimiento de víveres debería sistematizarse y examinarse periódicamente para poder hacer un seguimiento de la cantidad y la calidad de los alimentos.
- e) A fin de evitar el desabastecimiento, las provisiones deberían ser suficientes para elaborar un número mínimo de platos tradicionales y variados.
- f) El despilfarro de alimentos deberá reducirse al mínimo.
- g) Si las despensas existentes resultan insuficientes para almacenar las provisiones en viajes largos, los alimentos deberían



Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques

conservarse en habitáculos alejados del calor y de las emanaciones de gasóleo (por ejemplo, en salas que no sean contiguas a la sala de máquinas).

- h)* Debería disponerse de un plan de respuesta rápida para hacer frente a cualquier brote infeccioso.
- i)* Los residuos deberían gestionarse a bordo del buque de conformidad con lo dispuesto en el anexo V del Convenio MARPOL.
- j)* Los residuos de las cocinas deberían manipularse y almacenarse separadamente de las provisiones de víveres, materias primas y agua potable, y conservarse en contenedores con tapas cerradas para impedir la contaminación y las plagas.

Organización y equipamiento

- a)* Deberían instalarse dispositivos de seguridad en las máquinas cortadoras de carne, las batidoras u otros equipos similares para evitar lesiones.
- b)* El equipamiento de la cocina, como las cocinas y los hornos, debería estar provisto de sistemas de bloqueo de puertas y de soportes para ollas para poder cocinar con mar gruesa.
- c)* Deberá disponerse de soportes (barras de protección en caso de tormenta) y pinzas ajustables para ollas y sartenes en los estantes y encimeras.
- d)* Las despensas y la cocina deberán estar provistos de equipos de enfriamiento, refrigeración y congelación, de capacidad apropiada al tamaño de la tripulación potencial y a la duración del viaje.



Anexo

- e) Será preciso disponer de un equipo de ventilación para la cocina, con campanas de cocina para eliminar los humos de la cocina y el horno.
- f) Los sistemas de gestión de la seguridad alimentaria deberán definirse cuidadosamente y, cuando proceda, ajustarse a los principios del análisis de peligros y puntos críticos de control (APPCC), a la documentación escrita, a las buenas prácticas de gestión o a los procedimientos que no requieren documentación, como es el caso de la higiene personal.
- g) Debería abastecerse la cocina de agua potable para beber y preparar los alimentos.
- h) Es importante que los equipos de agua potable se sometan a un mantenimiento apropiado para prevenir la proliferación de bacterias en el sistema.

Agua potable

- a) Los buques deberán estar equipados de un sistema de suministro de agua potable de buena calidad (por ejemplo, un depósito de agua) o de instalaciones para producir agua potable a bordo. El suministro de agua debe ser de buena calidad.
- b) Para garantizar la seguridad del suministro de agua potable deberán establecerse planes de seguridad del agua.
- c) Los cocineros de los buques deberían familiarizarse lo antes posible con los procedimientos aplicados en el buque para resolver problemas de suministro de agua potable. Por ejemplo, debería establecerse con claridad a quién se debe avisar en caso de que se detecte algún problema.

59




CERTIFICO QUE TODO LO ANTERIOR
ES FIEL COPIA DE SUS ORIGINALES
Panamá, 5 de Septiembre 2016

SECRETARÍA GENERAL



AUTORIDAD MARÍTIMA DE PANAMÁ
Dirección General de Gente de Mar



**ESTRUCTURA DEL CURSO DE COCINERO DEL BUQUE DE ACUERDO
AL CONVENIO SOBRE EL TRABAJO MARÍTIMO, 2006.
NIVEL DE GESTIÓN DE LA ALIMENTACIÓN Y SERVICIO DE FONDA**

1. FINALIDAD DEL CURSO:

Este curso proporciona formación sobre los fundamentos de la alimentación y servicio de fonda para los cocineros del buque de acuerdo al Convenio sobre el Trabajo Marítimo, 2006. Esta basado en la Regla 3.2, Norma A3.2 y Pauta B3.2 del Convenio sobre el Trabajo Marítimo, 2006.

2. OBJETIVO DEL CURSO:

Un alumno que concluya el curso satisfactoriamente y que cumpla las normas de rendimiento exigidas deberá ser competente las áreas relacionadas con la gestión de la alimentación y servicio de fonda; los alimentos y la higiene personal, así como la manipulación y el almacenaje de alimentos a bordo de un buque, asegurando que la gente de mar disponga de una alimentación y de agua potable de buena calidad suministrada en condiciones higiénicas reglamentadas.

3. NIVEL DE INGRESO:

Este curso se ha proyectado en particular para los cocineros del buque de acuerdo al Convenio sobre el Trabajo Marítimo, 2006. Antes de iniciar el curso, los alumnos deberán tener experiencia comprobada en cocina (cartas de experiencia y certificados o diplomas de capacitación).

4. MÉTODO O CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

El método de evaluación del alumno deberá consistir en un examen escrito y un examen práctico. El examen práctico deberá abarcar las competencias de conocimientos prácticos de cocina, higiene alimentaria y personal, almacenamiento de los alimentos, gestión de las reservas, protección del medio ambiente y seguridad y salud del servicio de fonda.



5. CERTIFICACIÓN, DIPLOMA O DOCUMENTO ACREDITATIVO:

Una vez el alumno haya concluido satisfactoriamente el curso y superado las evaluaciones, se le podrá expedir una certificación en la cual se acreditará que el titular ha seguido con provecho un curso de formación que cumple o excede el nivel de conocimientos y competencia especificado en la Regla 3.2, Norma A3.2 y Pauta B3.2 del Convenio sobre el Trabajo Marítimo y la Resolución ADM N° 068-2013 de la Autoridad Marítima de Panamá.

6. PERSONAL NECESARIO:

Se requiere de un instructor para impartir el contenido completo de este curso:

- 6.1. El instructor contará con el curso modelo OMI 6.09 sobre formación e instrucción, de acuerdo a la Regla I/6 del Convenio STCW '78, enmendado.
- 6.2. Formación suficiente en gestión de la alimentación y servicio de fonda.
- 6.3. Formación comprobada en Convenios Marítimos (MARPOL, SOLAS, IGS, CTM, 2006).

7. REFERENCIAS A TEXTO DE LA OIT:

- 7.1. Convenio sobre el Trabajo Marítimo, 2006.
- 7.2. Pautas sobre la formación de los cocineros de los buques MESC/2013/9.

8. SUMARIO Y CARGA HORARIA DEL CURSO DE COCINERO DEL BUQUE:

SUMARIO DEL CURSO		
Conocimientos, comprensión y aptitud	Horas Teóricas	Horas Prácticas
1. Conocimientos prácticos de cocina 1.1 Menús. 1.2 Elementos básicos de cocina. 1.3 Competencias prácticas de cocina. 1.4 Métodos de preparación. 1.5 Presentación y servicio. 1.6 Cocina práctica en circunstancias imprevistas. 1.7 Cocina Internacional - Aspectos religiosos y culturales. 1.8 Habilidades lingüísticas. 1.9 Aptitudes para el cálculo. 1.10 Habilidades de comunicación en general.	4	2



2. Higiene Alimentaria y Personal	6	
2.1 Higiene Alimentaria.		
2.1.1 Enfermedades de transmisión alimentaria.		
2.1.2 Síntomas de las enfermedades de transmisión alimentaria.		
2.1.3 Prevención de las enfermedades de transmisión alimentaria.		
2.1.4 Cómo romper la cadena de las enfermedades de transmisión alimentaria.		
2.1.5 Los alimentos pueden causar enfermedades.		
2.1.6 Alimentos de alto riesgo.		
2.1.7 Las bacterias y otros microorganismos pueden causar enfermedades.		
2.1.8 Contaminación cruzada.		
2.1.9 Sistema de autoevaluación de la seguridad alimentaria.		
2.1.10 Cómo limpiar y desinfectar las cocinas, los comedores y las despensas, y por qué es importante hacerlo.		
2.1.11 Cómo manipular los alimentos durante su preparación.		
2.1.12 Cómo servir la comida de forma segura.		
2.2 Higiene Personal.		
2.2.1 Higiene Personal.		
2.2.2 Infecciones cutáneas.		
2.2.3 Guantes.		
2.2.4 Cuándo dejar de trabajar por el bien de la salud de los demás.		
3. Almacenamiento de los alimentos.	4	2
3.1 Cómo se deberían almacenar los alimentos y por qué es importante tener las despensas bien ordenadas.		
3.2 Cómo manipular los productos refrigerados y congelados.		
3.3 Cómo conservar y recalentar las sobras de comida y aprovecharlas en otros platos.		
4. Gestión de las reservas.	2	
4.1 Gestión de Compras.		
4.2 Control y Manejo de Inventario.		
4.3 Previsión de la demanda.		
5. Protección del medio ambiente y la seguridad.	4	2
5.1 Conciencia de los riesgos potenciales.		
5.2 Comportamiento seguro en las cocinas.		
5.3 Evaluación de los riesgos.		



<p>5.4 Conocimiento básico del CTM 2006 – Regla 3.2 Norma A 3.2 y Pauta B3.2.</p> <p>5.5 Conocimiento del Capítulo IX del Convenio SOLAS 1974, enmendado.</p> <p>5.6 Conocimiento básico del Código IGS y de los sistemas de gestión de la seguridad.</p> <p>5.7 Notificación de lesiones profesionales.</p> <p>5.8 Primeros auxilios en las cocinas.</p> <p>5.9 Extinción de incendios en las cocinas.</p> <p>5.10 Anexo V del MARPOL sobre las Reglas para prevenir la Contaminación por las basuras de los buques.</p> <p>5.10.1 Residuos.</p> <p>5.10.2 Conciliar la limitación del despilfarro con la higiene y la seguridad.</p> <p>5.10.3 Recogida de residuos.</p> <p>5.10.4 Almacenamiento de residuos.</p> <p>5.10.5 Eliminación de residuos.</p>		
<p>6. La salud del servicio de fonda.</p> <p>6.1 Nutrición y salud.</p> <p>6.1.1 Comprender la nutrición.</p> <p>6.1.2 Planificación – compras y competencias.</p> <p>6.1.3 Alergias e intolerancias alimentarias.</p> <p>6.1.4 Conciencia de la importancia de la nutrición para combatir las enfermedades ligadas al modo de vida.</p>	2	
		22 HORAS 8 HORAS
TOTAL DE HORAS		30 HORAS


 CERTIFICO QUE TODO LO ANTERIOR
 ES FIEL COPIA DE SUS ORIGINALES
 Panamá, 5 de Septiembre 2016

 SECRETARÍA GENERAL