

**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:

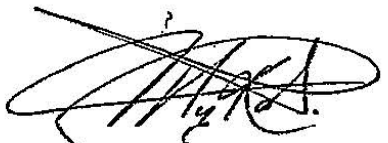
“Artículo Cuarto: Aquellos centros de formación marítima que soliciten el reconocimiento del “Curso de Cocina” conforme a la Norma A.3.2.2 de Convenio sobre el trabajo marítimo, 2006, deberán cumplir con lo establecido en la Resolución ADM No. 260-2014, de 15 de septiembre de 2014, modificada por la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

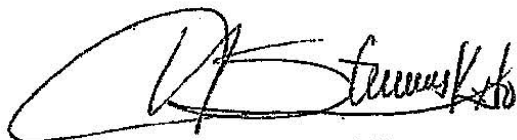
SEXTO: Esta Resolución comenzará a regir a partir de su publicación en la Gaceta Oficial de la República de Panamá.

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

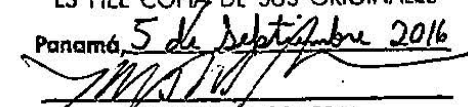
Dada en la Ciudad de Panamá, a los Veinticinco (25) días del mes de agosto del año dos mil dieciséis (2016).


JORGE BARAKAT PITY
ADMINISTRADOR DE LA
AUTORIDAD MARÍTIMA DE
PANAMÁ


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


JBP/SS/iem.



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

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



<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

RESOLUTION ADM No. 161-2016

**THE ADMINISTRATOR OF THE PANAMA MARITIME AUTHORITY,
in use of his legal powers, and**

WHEREAS:

That by Law Decree No. 7, of February 10th of 1998, is created the Panama Maritime Authority and it was assigned among its functions, recommend policies and actions, exercise act of administration, as well as to enforce the legal and regulative standards with regard to the maritime sector.

That the numeral 6, of the Article 4, of the Law Decree No.7 of February 10th of 1998, establishes that is function of the Panama Maritime Authority to oversee for the strict compliance of the established in the treaties, conventions and international instrument that have been ratified by the Republic of Panama, related to the maritime sector.

That inside the organic structure of the Panama Maritime Authority, it is found the General Directorate of Seafarers, administrative services and program execution body, which functioning and internal organization are adjusted to, the specified in the Law Decree N°7 of February 10th of 1998, and in addition to this, the regulations dictated with regard to it.

That according to the numerals 1 and 4 of the Article 33, the Law Decree No.7 of February 10th of 1998, the General Directorate of Seafarers of the Panama Maritime Authority has among its functions the compliance of the current legal standards on education, training, certification and watchkeeping of seafarers, according with the stated in the international conventions ratified by the Republic of Panama; and must authorize, oversee and supervise the compliance of the education and training programs of any of the institutions in which is teaching general nautical and maritime education.

That through Law No.2 of January 6th of 2009, the Republic of Panama ratified the Maritime Labour Convention, 2006 (MLC) of the International Maritime Organization (IMO), regulated through the Executive Decree No.86 of February 22nd of 2013.

That the Regulation 3.2 of the Maritime International Convention, 2006 (MLC), in its Standard A3.2.3, establishes that all seafarers engaged as ship's cooks, shall be trained, qualified and found competent to exercise this position.

That through Resolution ADM No.068-2013 of May 8th of 2013, the Panama Maritime Authority approved the minimum training knowledge required for the development of the "Cooking Course" in accordance with the Standard A.3.2.2 of the Maritime Labour Convention, 2006 (MLC) and approved the "Tutorial of Handling, Storage and Food Preparation (ANEX 1) for such cases established in the Standard A3.2.5 of the Maritime Labour Convention, 2006".

That the "Guidelines on the Training of Ships' Cooks" were adopted in September 2013 by a tripartite meeting of experts of the International Labor Organization (ILO), has the purpose to

provide guidance to the Member States for assist them in the implementation of the Regulation 3.2 in its Standard A3.2 of the Maritime Labor Convention, 2006 (MLC), related to the food and catering, particularly to the minimum standards regarding the qualifications and training of the ships' cooks.

That by the Resolution ADM No.260-2014 of September 15th of 2014, it was issued the regulation that governs the process by which the recognition's application of a Maritime Training Center are managed, as well as, the procedure for the recognition, evaluation, audit, supervision, control and the withdrawal of national and foreign Maritime Training Center.

That by Resolution ADM No.217-2015 of September 28th of 2015, it was modified the Resolution ADM No.260-2014 of September 15th of 2014, and it was regulated the concerning about the recognition of the Maritime Training Centers' branches.

That through Resolution J.D. 003-2015 of January 27th of 2015, are fixed new tariffs for the recognition requests as National and Foreign Maritime Training Centers' collection, for new courses addition request, and for the certificates issued by the courses given.

That in virtue of the previous considerations and with the aim of regulating the education and training program that are given the authorized Maritime Training Centers to the ships' cooks, according with the Maritime Labour Convention, 2006 (MLC), and the current national normative, the Administrator of the Panama Maritime Authority, in virtue of the powers given by Law Decree No.7 of February 10th of 1998; therefore

BE IT RESOLVED:

FIRST: **TO ADOPT** the "Guidelines on the Training of Ships' Cooks" approved by the International Labour Organization (ILO), which are attached and are integral part of this Resolution.

SECOND: **TO APPLY** the "Guidelines on the Training of Ships' Cooks" that the International Labour Organization (ILO) and what it is established in the Resolution ADM No.068-2013 of May 8th of 2013.

THIRD: **TO ORDER** the General Director of Seafarers to communicate through Circulars to the Users of this General Directorate the content of this Resolution.

FOURTH: **TO APPROVE** the developed structure of the Course of Ships' Cooks in accordance with the Maritime Labour Convention, 2006, Food and Catering Management Level, with a minimum class load of thirty (30) hours, which is attached and is integral part of this Resolution.

FIFTH: **TO MODIFY** the *Article 4 of the Resolution ADM No.68-2016, of May 8th of 2013*, which it will be as follows:

“Article Four: Such maritime training centers that request the recognition of the “Cooking Course” according the Standard A.3.2.2 of the Maritime Labour Convention, 2006, must fulfill with the established in the Resolution ADM No.260-2014 of September 15th, 2014, modified by the Resolution ADM No.214-2015 of September 28th of 2015, for the recognition of the National and Abroad Maritime Training Centers.”

SIXTH: That this Resolution will enter into force since its publication in Official Gazette of the Republic of Panama.

LEGAL BASIS: Law No.4, of May 5th of 1992.
Law No. 2, of January 6th of 2009.
Law Decree No.7, of February 10th of 1998 and its modifications.
Executive Decree No.86, of February 22nd of 2013.
Resolution J.D. No.003-2015, of January 27th of 2015.
Resolution ADM No.068-2013, of May 8th of 2013.
Resolution ADM No.260-2014, of September 15th of 2014.
Resolution ADM No. 217-2015, of September 28th 2015.

TO BE COMMUNICATE AND COMPLIED

Given in Panama City, at the twenty fifth (25th) day of the month of August of the year two thousand of sixteen (2016).

SIGNATURE

JORGE BARAKAT PITY

Administrator of the Panama Maritime Authority

JBP/SS/icm

SIGNATURE

SHIARA STEVENS

Deputy of the Legal Office, Acting as Legal Office Secretary

International Labour Organization

**Guidelines on the training
of ships' cooks**

International Labour Office Geneva

Preface

The International Labour Conference adopted the Maritime Labour Convention, 2006 (MLC, 2006), at a special Maritime Session held in 2006 in Geneva. The basic aims of the MLC, 2006, are to ensure comprehensive worldwide protection of the rights of seafarers and to establish a level playing field for member States and shipowners committed to providing decent working and living conditions for seafarers.

It is difficult to overestimate the importance of food and nutrition to seafarers. Food is crucial to maintaining the health and morale of crews. Without safe, nutritious and appealing food seafarers would not be able to perform their duties effectively on board ship.

These *Guidelines on the training of ships' cooks* were adopted in September 2013 by a tripartite meeting of experts composed of experts from governments, shipowner organizations and seafarer organizations, and their advisers, as well as observers from governments and international organizations. The Governing Body of the ILO, at its March 2014 session, authorized their publication.

Each country may have its own practices relating to the process of training of ships' cooks. The flag State's competent authorities may wish to adapt these *Guidelines* to fit their current practices. These Guidelines are designed to provide practical assistance to governments in drafting their own national guidelines. It is hoped that they will also contribute to the health and morale of seafarers.

Alette van Leur
Director
Sectoral Activities Department

Abbreviations

CCP	critical control point
DMLC	declaration of maritime labour compliance
FAO	Food and Agriculture Organization of the United Nations
GMPs	good management practices
HACCP	hazard analysis and critical control points
ILC	International Labour Conference
ILO	International Labour Organization
IMO	International Maritime Organization
ISM Code	International Safety Management Code
MARPOL Convention	International Convention for the Prevention of Pollution from Ships
MLC, 2006	Maritime Labour Convention, 2006
SOLAS Convention	International Convention for the Safety of Life at Sea, 1974
STCW Convention	International Convention on Standards of Training, Certification and Watchkeeping for Seafarers, 1978, as amended
WHO	World Health Organization

Contents

Preface	V
Abbreviations	VII
1. Introduction	1
1.1. ILO work in the maritime sector	1
1.2. Overview of the MLC, 2006	2
1.3. Structure of the MLC, 2006	4
1.4. MLC, 2006: Regulation 3.2, Standard A3.2 and Guideline B3.2 – Food and catering	5
1.5. Enforcement provisions	8
1.6. Aim of the Guidelines	9
1.7. Structure of the Guidelines	10
2. Minimum requirements for ships’ cooks	11
2.1. Responsibilities of the competent authority	11
3. Division of responsibilities and obligations	15
3.1. The shipowner	15
3.1.1. Providing food free of charge to seafarers	15
3.1.2. Sufficient quantities of good quality food	15
3.1.3. Sufficient good quality drinking water	16
3.1.4. Minimizing the effects of contaminated seawater	17
3.1.5. Support and resources for the ship’s cook	17
3.1.6. Training in food and personal hygiene	17
3.1.7. The organization and equipment of the galley and storage rooms	18
3.1.8. National laws and regulations or other measures	19

Guidelines on the training of ships' cooks

3.2.	The master	19
3.2.1.	Supplies	19
3.2.2.	Galley equipment and storage facilities inspection	20
4.	Competencies for ships' cooks	21
4.1.	Overview	21
4.2.	Practical cookery – Basic cooking skills	22
4.2.1.	Menus	22
4.2.2.	Fundamentals of cooking	24
4.2.3.	Practical cooking skills	25
4.2.4.	Methods of preparation	26
4.2.5.	Presentation and serving	27
4.2.6.	Practical cookery under unforeseen circumstances	27
4.3.	Galley administration, management and supervision	28
4.4.	Prevention of food-borne disease	29
4.4.1.	Food-borne disease	29
4.4.2.	Food can cause illness	29
4.4.3.	High-risk foods	29
4.4.4.	Bacteria and other micro-organisms that can cause illness	30
4.4.5.	Symptoms of food-borne disease	30
4.4.6.	Food-borne disease prevention	31
4.4.7.	Cross-contamination	32
4.4.8.	Food safety self-assessment system	32
4.5.	Food hygiene	34
4.5.1.	How to break the food-borne disease chain	34
4.5.2.	How to clean and sanitize the galley, mess and stores and why it is important to do so	34
4.5.3.	How food should be stored and why it is important to keep good order in stores	35

4.5.4.	How to handle refrigerated and frozen products	35
4.5.5.	How to handle food during preparation	36
4.5.6.	How to keep and reheat leftovers and how to reuse them in other dishes	36
4.5.7.	How to serve food safely	37
4.6.	Personal hygiene	37
4.6.1.	Personal hygiene	37
4.6.2.	Skin infections	38
4.6.3.	Gloves	38
4.6.4.	When to stop working for the sake of the health of others	38
4.7.	Nutrition and health – Balanced menus	39
4.7.1.	Understanding nutrition	39
4.7.2.	Planning – Purchasing and competencies	40
4.7.3.	Food allergy and food intolerances	40
4.7.4.	Awareness of the importance of nutrition for combating lifestyle diseases	41
4.8.	Religious and cultural aspects	42
4.9.	Other basic skills	42
4.9.1.	Language skills	42
4.9.2.	Calculation skills	42
4.9.3.	General communication skills	42
4.10.	Workplace safety and health	43
4.10.1.	Awareness of potential hazards	43
4.10.2.	Safe behaviour in the galley	43
4.10.3.	Risk assessment	44
4.10.4.	Knowledge of the ISM Code and safety management systems	45
4.10.5.	Reporting occupational injuries	45
4.11.	First aid in the galley	45
4.12.	Firefighting in the galley	46

Guidelines on the training of ships' cooks

4.13. Waste	46
4.13.1. Wastage, hygiene and safety	46
4.13.2. Waste collection	46
4.13.3. Waste storage	47
4.13.4. Waste disposal	47
Appendix	49
Suggestions of good practices	49
Stores of food and drink	49
Organization and equipment	50
Drinking water	51

1. Introduction

1.1. ILO work in the maritime sector

1. The International Labour Organization (ILO) has always recognized the specificity of maritime employment and the needs of those who make their livelihoods on the world's oceans and seas. The earliest international labour standards concerning work at sea were adopted in 1920. The maritime work of the ILO continues to bring together representatives of governments and shipowners' and seafarers' organizations from the maritime sector to develop international standards and policies to promote decent work for all seafarers and conditions of fair competition for shipowners.

2. The Maritime Labour Convention, 2006 (MLC, 2006), was adopted by the International Labour Conference (ILC) at a special Maritime Session held in February 2006 in Geneva. The basic aims of the MLC, 2006, are to ensure comprehensive worldwide protection of the rights of seafarers and to establish a level playing field for member States and shipowners committed to providing decent working and living conditions for seafarers, thus contributing to the elimination of substandard shipping. As an estimated 90 per cent of world trade is carried on ships, the world's more than 1.5 million seafarers are essential to international trade and the international economic and trade system. The MLC, 2006, recognizes the importance of ensuring that sufficient food and drinking water of appropriate quality are served on board by qualified and trained catering personnel. The Convention strikes a careful balance between firmness with respect to principles and flexibility with regard to implementation.

Guidelines on the training of ships' cooks

3. The Guidelines on the training of ships' cooks (hereinafter "the Guidelines") are intended to provide supplementary practical information and guidance to flag States that can be reflected in their national laws and other measures to implement Regulation 3.2 and the Code of the MLC, 2006. It must be emphasized that these Guidelines are intended as a practical resource to be used by any government that finds them helpful. In all cases, the relevant national laws or regulations, collective bargaining agreements or other measures to implement the MLC, 2006, in the flag State should be viewed as the authoritative statement of the requirements in that State. The Guidelines may also be useful to labour-supplying States that have specialized training schools for ships' cooks.

1.2. Overview of the MLC, 2006

4. The MLC, 2006, is a global legal instrument generally considered to be the "fourth pillar" of the international regulatory regime for quality shipping, complementing the key instruments of the International Maritime Organization (IMO), namely the International Convention for the Safety of Life at Sea, 1974 (the "SOLAS Convention"), as amended, the International Convention on Standards of Training, Certification and Watchkeeping for Seafarers, 1978 (the "STCW Convention"), as amended, and the International Convention for the Prevention of Pollution from Ships, 1973, as amended by the Protocol of 1978 (the "MARPOL Convention").

5. The MLC, 2006, contains a comprehensive set of standards, based on maritime labour instruments (Conventions and Recommendations) adopted by the ILC between 1920 and 1996.

The Convention consolidates and updates more than 68 international maritime labour standards. It sets out seafarers' rights to decent conditions of work on a wide range of subjects and aims to be globally applicable, easily understandable, readily updatable and uniformly enforced.

6. Ships' cooks are seafarers whose primary responsibility on board a ship is to prepare food for the crew of the ship. Their role extends beyond the preparation of food to include maintenance of the kitchen and ensuring the cleanliness and hygiene of food and drink preparation areas and the handling and storage of food and stores.

7. Two of the earlier maritime Conventions revised by the MLC, 2006, are the Food and Catering (Ships' Crews) Convention, 1946 (No. 68), and the Certification of Ships' Cooks Convention, 1946 (No. 69). Convention No. 68 required the provision of food and water supplies which, having regard to the size of the crew and the duration and nature of the voyage, were to be suitable in respect of quantity, nutritive value, quality and variety; and the arrangement and equipment of the catering department in every ship in such a manner as to permit the service of proper meals to the members of the crew. Convention No. 69 required ships' cooks to hold a certificate of qualification based on successful completion of an examination prescribed by the competent authority including both practical and theoretical tests on food preparation and the handling and storage of food on board ship. The Guidelines will also be valuable for those States who have ratified Conventions Nos 68 and 69 but have yet to ratify the MLC, 2006.

Guidelines on the training of ships' cooks

1.3. Structure of the MLC, 2006

8. The MLC, 2006, comprises three different but related parts: the Articles, the Regulations and the Code. The Articles and Regulations set out the core rights and principles and the basic obligations of member States ratifying the Convention. The Code contains details for the implementation of the Regulations. It comprises Part A (mandatory Standards) and Part B (non-mandatory Guidelines). The Regulations and the Code are organized into general areas under five “Titles”, as set out below.

- Minimum requirements for seafarers to work on a ship (Title 1).
- Conditions of employment (Title 2).
- Accommodation, recreational facilities, food and catering (Title 3).
- Health protection, medical care, welfare and social security protection (Title 4).
- Compliance and enforcement (Title 5).

9. When taken as a whole, the MLC, 2006, covers most aspects of the living and working conditions of seafarers. It applies to seafarers as defined in its Article II(1)(f), that is all persons who are employed or engaged or work in any capacity on board a ship to which the Convention applies. This definition thus includes not just the crew involved in navigating or operating the ship but also, for example, hotel personnel working on the ship. Cooks and other catering personnel are therefore protected by the Convention.

1.4. MLC, 2006: Regulation 3.2, Standard A3.2 and Guideline B3.2 – Food and catering

10. While other provisions of the MLC, 2006, apply to ships' cooks, the present Guidelines focus on Regulation 3.2, Standard A3.2 and Guideline B3.2, with respect to ships' cooks, which are reproduced below for ease of reference.

Regulation 3.2 – Food and catering

Purpose: To ensure that seafarers have access to good quality food and drinking water provided under regulated hygienic conditions

1. Each Member shall ensure that ships that fly its flag carry on board and serve food and drinking water of appropriate quality, nutritional value and quantity that adequately covers the requirements of the ship and takes into account the differing cultural and religious backgrounds.
2. Seafarers on board a ship shall be provided with food free of charge during the period of engagement.
3. Seafarers employed as ships' cooks with responsibility for food preparation must be trained and qualified for their position on board ship.

Standard A3.2 – Food and catering

1. Each Member shall adopt laws and regulations or other measures to provide minimum standards for the quantity and quality of food and drinking water and for the catering standards that apply to meals provided to seafarers on ships that fly its flag, and shall undertake educational activities to promote awareness and implementation of the standards referred to in this paragraph.
2. Each Member shall ensure that ships that fly its flag meet the following minimum standards:

Guidelines on the training of ships' cooks

- (a) food and drinking water supplies, having regard to the number of seafarers on board, their religious requirements and cultural practices as they pertain to food, and the duration and nature of the voyage, shall be suitable in respect of quantity, nutritional value, quality and variety;
- (b) the organization and equipment of the catering department shall be such as to permit the provision to the seafarers of adequate, varied and nutritious meals prepared and served in hygienic conditions; and
- (c) catering staff shall be properly trained or instructed for their positions.

3. Shipowners shall ensure that seafarers who are engaged as ships' cooks are trained, qualified and found competent for the position in accordance with requirements set out in the laws and regulations of the Member concerned.

4. The requirements under paragraph 3 of this Standard shall include a completion of a training course approved or recognized by the competent authority, which covers practical cookery, food and personal hygiene, food storage, stock control, and environmental protection and catering health and safety.

5. On ships operating with a prescribed manning of less than ten which, by virtue of the size of the crew or the trading pattern, may not be required by the competent authority to carry a fully qualified cook, anyone processing food in the galley shall be trained or instructed in areas including food and personal hygiene as well as handling and storage of food on board ship.

6. In circumstances of exceptional necessity, the competent authority may issue a dispensation permitting a non-fully qualified cook to serve in a specified ship for a specified limited period, until the next convenient port of call or for a period not exceeding one month, provided that the person to whom the dispensation is issued is trained or instructed in areas including food and personal hygiene as well as handling and storage of food on board ship.

7. In accordance with the ongoing compliance procedures under Title 5, the competent authority shall require that frequent documented inspections be carried out on board ships, by or under the authority of the master, with respect to:

- (a) supplies of food and drinking water;
- (b) all spaces and equipment used for the storage and handling of food and drinking water; and
- (c) galley and other equipment for the preparation and service of meals.

8. No seafarer under the age of 18 shall be employed or engaged or work as a ship's cook.

Guideline B3.2 – Food and catering

Guideline B3.2.1 – Inspection, education, research and publication

1. The competent authority should, in cooperation with other relevant agencies and organizations, collect up-to-date information on nutrition and on methods of purchasing, storing, preserving, cooking and serving food, with special reference to the requirements of catering on board a ship. This information should be made available, free of charge or at reasonable cost, to manufacturers of and traders in ships' food supplies and equipment, masters, stewards and cooks, and to shipowners' and seafarers' organizations concerned. Appropriate forms of publicity, such as manuals, brochures, posters, charts or advertisements in trade journals, should be used for this purpose.

2. The competent authority should issue recommendations to avoid wastage of food, facilitate the maintenance of a proper standard of hygiene, and ensure the maximum practicable convenience in working arrangements.

3. The competent authority should work with relevant agencies and organizations to develop educational materials and on-board

Guidelines on the training of ships' cooks

information concerning methods of ensuring proper food supply and catering services.

4. The competent authority should work in close cooperation with the shipowners' and seafarers' organizations concerned and with national or local authorities dealing with questions of food and health, and may where necessary utilize the services of such authorities.

Guideline B3.2.2 – Ships' cooks

1. Seafarers should only be qualified as ships' cooks if they have:

- (a) served at sea for a minimum period to be prescribed by the competent authority, which could be varied to take into account existing relevant qualifications or experience;
- (b) passed an examination prescribed by the competent authority or passed an equivalent examination at an approved training course for cooks.

2. The prescribed examination may be conducted and certificates granted either directly by the competent authority or, subject to its control, by an approved school for the training of cooks.

3. The competent authority should provide for the recognition, where appropriate, of certificates of qualification as ships' cooks issued by other Members, which have ratified this Convention or the Certification of Ships' Cooks Convention, 1946 (No. 69), or other approved body.

1.5. Enforcement provisions

11. Enforcement and compliance requirements are set out in the Articles and in Title 5 of the Convention. The flag State must verify, through an effective and coordinated system of regular inspection, monitoring and other control measures, that

ships comply with requirements through national laws or regulations, through collective bargaining agreements or through other measures implementing the MLC, 2006. Ships of 500 gross tonnage (gt) or over engaged in international voyages must also be certified for compliance with the requirements of the Convention and are required to carry a maritime labour certificate and a declaration of maritime labour compliance (DMLC).

12. The DMLC has two parts. Part I is to be completed by the flag State and must contain references to the relevant details of the national requirements implementing the MLC, 2006. Part II is prepared by the shipowner and outlines the measures that the shipowner has put in place to ensure ongoing compliance on the ship with these flag State requirements. Standard A5.1.3(10)(b) requires shipowners to document in Part II of the DMLC ongoing compliance with the national requirements between inspections and the measures proposed to ensure that there is continuous improvement.

13. The requirements of Regulation 3.2 and Standard A3.2 concerning food and catering – one of the 14 areas of working and living conditions on a ship that are subject to mandatory certification – must be met upon inspection in order for a maritime labour certificate to be issued.

1.6. Aim of the Guidelines

14. The relevant national laws or regulations, collective bargaining agreements or other measures implementing the MLC, 2006, are the authoritative statement of requirements on the training and qualification of ships' cooks. The MLC, 2006, sets out the requirements that are to be implemented nationally. These Guidelines refer only to the requirements set out in the MLC, 2006, and

Guidelines on the training of ships' cooks

are to be considered as general guidance only. Thus, although more detailed guidance is provided in Chapters 3 and 4 below, these Guidelines will not necessarily be wholly applicable in all countries.

15. These Guidelines reflect the requirements set out in the Articles, Regulations and Part A of the Code, including the requirement that the ILO member States shall give due consideration to implementing their responsibilities in the manner provided for in the non-mandatory part of the Code (Part B). This means that there may be differences of detail between provisions of the MLC, 2006, and national provisions that have been adopted to implement Regulation 3.2.

16. The Guidelines are a tool to assist the competent authority in the implementation of the MLC, 2006. Article II(1)(a) of the Convention defines the competent authority as the minister, government department or other authority having power to issue and enforce regulations, orders or other instructions having the force of law in respect of the subject matter of the provision concerned.

1.7. Structure of the Guidelines

17. The Guidelines are organized to provide guidance, with increasing detail, on the qualifications and training of ships' cooks. Chapter 2 covers the minimum requirements set out in Regulation 3.2. Chapter 3 explains the responsibilities of the different actors involved with food provision and preparation. Chapter 4 sets out the competencies of trained and qualified ships' cooks. The appendix sets out suggestions of good practices with respect to ships' cooks.

2. Minimum requirements for ships' cooks

18. Access to adequate food and drinking water of appropriate quality and provided free of charge on board ship is vital to the health and well-being of seafarers. The minimum standards for food and catering on board ship, as set out in Regulation 3.2(1) and (2) and Standard A3.2(1) and (2), relate to the quantity, nutritional value, quality and variety of food, based on the duration and nature of the voyage and the number of seafarers on board. The seafarers' religious requirements and cultural practices with regard to food must also be duly taken into account. For flag State inspection requirements, reference should be made to the *Guidelines for flag State inspections under the Maritime Labour Convention, 2006*.

19. In accordance with Standard A3.2(8), no seafarer under the age of 18 shall be employed or engaged or work as a ship's cook.

2.1. Responsibilities of the competent authority

20. Under Standard A3.2(4), the competent authority shall approve or recognize training courses for ships' cooks. This means evaluating training schools to ensure that the level of instruction in the core competencies required from ships' cooks is adequate to give the seafarers the skills they need to safely prepare nutritious and appropriate food during the voyage.

21. The competent authority should prescribe a minimum period of service at sea as a requisite for working as a ship's cook. It has the discretion to vary the minimum period to take into account qualifications or experience. This implies that the period of service

Guidelines on the training of ships' cooks

at sea may be completed while working in a different capacity on board ship, and outside the galley.

22. The ship's cook should be provided with a certificate, or other form of documentary evidence, granted either directly by the competent authority or subject to its control, by an approved training school. In the latter case, the competent authority should ensure that training schools use a method of evaluating student ships' cooks that confirms that the students have the necessary skills to prepare food safely on board ships. The competent authority should also: determine the method of evaluating and documenting ships' cooks who are currently working on ships but do not hold documentation of qualification from an approved training school; determine whether to recognize certificates or other documents granted by the competent authorities of other States, and the procedures for granting such recognition; and specify what documentation must be carried on board for the purposes of inspection.

23. The method of evaluation should be through an examination. The ship's cook should pass an examination prescribed by the competent authority or an equivalent examination at an approved training course for cooks. The examination may be conducted either directly by the competent authority or subject to its control, by an approved school for the training of cooks. The examination should have written or oral, as well as practical components. Testing of practical skills can be done by a project-oriented test covering all the competences, from ordering provisions to practical cookery and serving, from an overall point of view. The examination should cover practical cookery, food and personal hygiene, food storage, stock control, and environmental protection and

Minimum requirements for ships' cooks

catering health and safety. The ship's cook should receive evidence of successful completion of the examination.

24. The methods of evaluation described above may raise problems of practical application in certain circumstances, especially in the situation of ships' cooks who have successfully served in that capacity at sea for some time without having undergone approved training. In such situations, the competent authority should establish alternative methods for ships' cooks certification which, in the competent authority's view, meet the requirements of the Convention and the practical needs of the ship's cook concerned.

25. The competent authority should consider maintaining a list of approved schools for the training of ships' cooks to facilitate verification and inspection.

26. In accordance with Standard A3.2(7), the competent authority shall require that frequent documented inspections be carried out on board ships by, or under the authority of, the master with respect to: supplies of food and drinking water; all spaces and equipment used for the storage and handling of food and drinking water; and galley and other equipment used for the preparation and service of meals.

27. The competent authority may also consider publishing information on nutrition and on methods of purchasing, storing, preserving, cooking and serving food on board a ship.

3. Division of responsibilities and obligations

28. The aim of this chapter is to differentiate between the responsibilities and obligations of the shipowner, the master and the ships' cooks in relation to Regulation 3.2 and the provision and preparation of food for the crew on board ship.

3.1. The shipowner

29. The shipowner is defined in Article II(1)(j) of the MLC, 2006. Under Standard A5.1.3(10)(b), Part II of the DMLC is to be completed by the shipowner and shall identify the measures adopted to ensure ongoing compliance with the national requirements and the measures proposed to ensure that there is continuous improvement. Part II of the DMLC should also provide information on the frequency of inspections, the documentation collected and the procedures to be followed where noncompliance is noted.

30. The shipowner should define the master's specific responsibilities regarding food, catering and hygiene under the MLC, 2006.

3.1.1. Providing food free of charge to seafarers

31. Regulation 3.2 requires shipowners to provide seafarers with food free of charge during the period of engagement.

3.1.2. Sufficient quantities of good quality food

32. Supplies of food and drinking water should be suitable in respect of quantity, nutritional value, quality and variety for the duration and nature of the voyage, having regard to the number of seafarers on board, their religious requirements and their cultural practices. Shipowners should establish minimum standards

Guidelines on the training of ships' cooks

and procedures for ensuring the quantity and quality of food on board. Many different purchasing and catering systems are used in international shipping. The shipowner should ensure that a system is in place that provides supplies of sufficient quantity and quality to be loaded on board and should take into account quantities when entering into piracy high-risk areas.¹ The ship should have sufficient facilities for frozen and cold stores and dry stores. Appropriate facilities are essential to preserve the quality of the supplies.

33. The shipowner should ensure that there is a systematized and regular review of the quantity and quality of stores to ensure that a proper evaluation and corrective action can be taken in due time, so that it is possible at any time to provide the crew with adequate, varied and nutritious meals that take due account of religious requirements and cultural practices. The shipowner should ensure that the members of the crew know their roles and responsibilities in this regard by way of procedures or training.

3.1.3. Sufficient good quality drinking water

34. The MLC, 2006, requires shipowners to ensure that the quantity and quality of drinking water supplies are suitable considering the number of crew on board and the duration and nature of the voyage.

35. Shipowners should provide a drinking water system that ensures clean drinking water supplies. The quality of the water may be tested to conform to national or regional regulations or World Health Organization (WHO) standards.²

¹ Especially in citadels.

² WHO: *Guidelines for drinking-water quality*, fourth edition, 2011; WHO: *Guide to ship sanitation*, third edition, 2011.

36. The shipowner should establish procedures and minimum standards for the quantity and quality of drinking water on each ship, depending on the nature of the voyage, crew size, and so on. Drinking water systems on board are normally handled by engineers. Shipowners should ensure that the engineers are qualified to operate the drinking water system and to regularly check water quality. There should also be a plan for maintaining the water system, including the documentation of water quality, and an emergency response plan for cases where testing the water indicates that there may be a problem with its quality. Procedures should also outline the various roles and responsibilities of crew members in relation to drinking water.

3.1.4. Minimizing the effects of contaminated seawater

37. The shipowner and master should take measures to minimize the risks associated with contaminated seawater and eating seafood emanating from that water.

3.1.5. Support and resources for the ship's cook

38. The shipowner and the master should consider the necessary support and resources to enable the ship's cook to discharge his or her duties, including ensuring that there are a sufficient number of seafarers in the galley. Consideration should be given to the extra work generated by catering for the religious and cultural requirements of a mixed crew, that there may be additional authorized persons on board, and that the actual number of seafarers on board may exceed the prescribed manning level.

3.1.6. Training in food and personal hygiene

39. The shipowner should ensure that there are adequate health and safety procedures in place for the specific ship type,

Guidelines on the training of ships' cooks

and that training includes the handling of food and personal hygiene on board to ensure that food is prepared and served in hygienic conditions.

3.1.7. The organization and equipment of the galley and storage rooms

40. The shipowner should ensure that equipment of the galley and storage rooms is appropriate to allow for the adequate storage of sufficient stores for the duration of the voyage, a safe working environment and adequate, varied and nutritious meals to be prepared and served in hygienic conditions, in line with the general principles on sufficient procedures regarding the safety and maintenance of equipment and safety of work as required under the MLC, 2006, and the ISM Code.

41. The galley and storage rooms should be designed to ensure good order and hygienic conditions and to ensure that it is easy to access products and keep rooms clean. It should be easy to get around corners and there should be enough space to set food safely aside in the galley. This means there should be sufficient room for worktops, machinery, equipment and materials to be used without the risk of crew members getting injured. In the galley, it is essential to ensure that there is enough workspace to keep raw ingredients separate and to keep food off the floor.

42. The shipowner and master should ensure that procedures on waste management cover galley waste.

43. The shipowner should provide the necessary protective clothing and equipment in line with the MLC, 2006, Regulation 4.3 – Health and safety protection and accident prevention.

Division of responsibilities and obligations

3.1.8. National laws and regulations or other measures

44. The shipowner should ensure that the ship complies with the relevant national laws, regulations, collective bargaining agreements or other measures implementing the MLC, 2006.

3.2. The master

45. The master should be responsible for following the galley procedures set up by the shipowner and for taking appropriate action and informing the shipowner according to procedures if non-conformities are observed.

46. The master should confirm that ships' cooks carry documentation to show that they are qualified and trained for their positions.

47. Standard A3.2 requires the master, or a person designated by the master, to ensure that frequent documented inspections are carried out, on board ship, in order to verify that there are sufficient supplies of good quality food and drinking water on board and that the galley equipment and storage facilities are in good condition, as discussed in Sections 3.2.1 and 3.2.2 below.

3.2.1. Supplies

48. Catering and purchasing procedures generally vary from ship to ship. The master's role and responsibilities depend on how much authority is delegated to the ship's cook in the shipowner's policies and collective bargaining agreements. The master is responsible for establishing good working relations with the ship's cook and for making arrangements that support the ship's cook's ability to serve adequate, varied and nutritious meals.

Guidelines on the training of ships' cooks

49. It is recommended that the master's inspections should reveal and document whether the supplies of food and drinking water are sufficient. The inspections should be carried out regularly, preferably on a weekly basis, and include information from the ship's cook on the status of provisions, including the quality and the variety of stores. The master should establish a system that monitors over- and under-provisioning for reporting to the shipowner.

3.2.2. Galley equipment and storage facilities inspection

50. Standard A3.2 requires that the master frequently inspect the equipment used for the storage and handling of food and drinking water. The master should establish procedures for systematic inspections and should ensure that deficiencies are handled appropriately. The inspection should include direct visual observation and a walk through the galley and storage areas. The inspection should also confirm whether equipment is safe to use and can be cleaned thoroughly and that relevant parts of an established self-assessment programme are followed as intended. The master should maintain consistent communication with the ship's cook to ensure that information is shared regularly.

4. Competencies for ships' cooks

4.1. Overview

51. This chapter addresses the skills that ships' cooks should acquire during their education or training. The recommended qualifications and training requirements for ships' cooks reflect the fact that ships' cooks may manage galley operations, including both the procurement of supplies and practical food production.

52. Ships' cooks should have the skills, support and resources to serve proper quantities of quality, nutritious food that takes into account seafarers' various religious and cultural backgrounds, and fulfils hygiene requirements. Knowing how to ensure hygiene in and around the galley is a crucial skill for ships' cooks and Regulation 3.2 expressly states that food on board must be served under hygienic conditions. Knowing how to store and handle food hygienically plays a crucial role in preventing people from falling ill from the food served on board.

53. The paragraphs on practical cookery emphasize that ships' cooks should have a wide understanding of the processes used in and around the galley, taking into account that it should be possible to keep food on board for some time, and highlight that it is essential for the ships' cook to have access to a varied selection of good quality raw ingredients.

54. The food products with shortest shelf life should be used first on the voyage. Food products should be used in an economical, sensible and varied way. The meals that are served should also meet the different requirements and needs of the crew for a nutritious, varied and good quality diet. The food served daily should

Guidelines on the training of ships' cooks

also take account of individual needs, for example the needs of diabetics and crew members with food intolerance or allergies. The ships' cook should also understand the significance of the cultural, religious and social aspects of mealtimes on board. Regulation 3.2 specifically mentions the need to take into account the differing cultural and religious backgrounds of the crew.

55. Ships' cooks require competencies in order to meet expectations of the shipowner and master and seafarers with respect to food being made from scratch using raw ingredients. Nutritionally balanced ready meals or semi-processed products should only be used for a short period of time.

56. This chapter also addresses other competencies that ships' cooks are expected to have, including workplace safety and communication and other basic skills, for example calculation skills to change the number of servings prepared in a set recipe to reflect the number of crew members likely to eat a particular dish at a particular meal.

4.2. Practical cookery – Basic cooking skills

4.2.1. Menus

57. The ship's cook should:

- be familiar with the various types of menus and their differences;
- be able to read, understand and follow a recipe, have knowledge regarding nutrition, raw ingredients, preparation techniques and cultural and religious requirements, and be able to apply these skills in menu planning;

Competencies for ships' cooks

- be familiar with the company menu book, if applicable;
- be familiar with the rules of menu composition;
- be able to estimate the amount of leftovers and include their use in menus, reducing food wastage both in the longer term and in day-to-day planning;
- take into account the role of all the senses, the need for variation and the importance of nutritional value when planning;
- be able to understand the importance of weekly menus, and to be able to organize and prepare the weekly menus;
- be able to prepare a meal so that the ingredients retain their nutritional content while still maintaining a tempting appearance;
- be aware of the social aspect of mealtimes and of the practical consequences of this on menu planning, including with regard to special traditions, celebrations and occasions;
- have an understanding of the interaction between mealtimes and the daily rhythms of work on board and the importance of such interaction in terms of the practicalities of serving meals and snacks;
- be familiar with what constitutes a healthy diet.

58. In order to be able to design and serve a varied menu, the ship's cook should have knowledge of and ability to use recipes, various cooking methods and information on how nutrients change during cooking, taking into account nutritional and taste implications.

Guidelines on the training of ships' cooks

59. A ship's cook should also be able to prepare:

- a cold table;
- hot and cold dishes;
- egg dishes;
- lunch dishes;
- soup, especially basic stock soups;
- sauces, especially basic sauces;
- rice types, noodles and pasta dishes;
- fish, meat and poultry;
- garnishes and accompaniments;
- vegetables;
- desserts;
- fresh bread and bakery products;
- international cuisine, taking into account cultural and religious requirements;
- additional meals for persons who may be on board when authorized (excluding passengers).

4.2.2. Fundamentals of cooking

60. The ship's cook should have knowledge of basic food chemistry and of how the storage and preparation of raw ingredients influences the quality and nutritional value of the ingredients.

61. The ship's cook should also have knowledge of how to assess the quality of raw ingredients and processed or semi-processed foods, and be able to select and use seasonal and local foods when purchasing provisions, and understand dairy products and their uses.

4.2.3. Practical cooking skills

62. In order to undertake practical aspects of cooking, the ship's cook should have acquired the necessary theoretical competencies needed for planning, preparing and serving a varied, nutritious menu in a practical way. The ship's cook should:

- be able to organize good work processes and efficient product flows and have the ability, in practice, to establish safe food handling practices such as filleting, deboning, trimming and portioning meat without wastage during preparation. It is important that the ship's cook has a good overview of stores and has established schedules for the timely thawing of relevant food;
- be able to combine the principles of variation, reusing leftovers and prevention of food wastage;
- be able to bake bread and other bakery products and pastries using various bakery methods, including the use of dried yeast;
- know how to use the utensils and equipment in the galley, for instance know how to use the oven, how to correctly use cutting boards and kitchen knives and the different knife skills;
- be fully aware of how to use fiddles (storm bars) and pan holders correctly in situations of bad weather;

Guidelines on the training of ships' cooks

- understand the value of hygienic and practical conditions for cooking, in order to facilitate the preparation of food and the improvement of work processes;
- be familiar with food preservation methods;
- be able to prepare meals taking account of preparation time and methods that are crucial to final taste.

4.2.4. Methods of preparation

63. The ship's cook should know how to apply different food preparation techniques, be aware of the advantages, disadvantages and typical uses of each technique and have a knowledge of the most common ways of preparing food to meet special cultural and religious requirements. The ship's cook should recognize different butchery cuts and have knowledge of various cooking methods.³

64. The ship's cook should also have knowledge of:

- how to handle the practical production of hot and cold food, including different types of meat, fruit and vegetables in combination with different accompaniments, spices and cooking methods, taking into account the different senses (appearance, taste, colour, composition, and so on) and good work processes, allowing the meals to be finished and served at the right time;
- how to retain the nutritional content, including knowledge of the chemical processes in cooking that affect raw ingredients and their nutrients;

³ Such as: all types of roasting; spit grilling; using the microwave; using a water bath; pan frying; using a deep fat fryer; blanching; boiling; poaching; steaming; braising; marinating; and baking.

- ideal roasting and core temperatures for meat and how to use and sanitize probe thermometers;
- the importance of the cooking method for the consistency, appearance and taste of a meal and good principles for serving food;
- how to plan and prepare snacks and bake bread and cakes.

4.2.5. Presentation and serving

65. A meal can be served and presented in many different ways. Methods of presentation and service generally depend on tradition, culture or religion. While sense of taste is by and large the same across the globe, the taste experience is always individual, as it is fundamentally a reflection of tradition and previous experience.

66. For most people, mealtimes provide an important social meeting opportunity and so it is important for the ship's cook to have some insight into the seafarers' needs.

67. The buffet is the most common way of serving food on board ships. The presentation of a meal in terms of colour, smell and taste has a major impact for those who are to eat it. Hot food should be served hot and likewise cold food should be served cold. Serving temperature and the presentation of the meal can critically influence the perception of a meal. The ship's cook should therefore have knowledge of fundamental principles for presentation and serving.

4.2.6. Practical cookery under unforeseen circumstances

68. The ship's cook should also be able to adapt menu plans during the voyage in the event of unforeseen changes in circumstances.

Guidelines on the training of ships' cooks

69. There are special on-board challenges. The weather can be bad and it can be difficult to prepare a menu as planned. Safety always comes first, so it should be possible to depart from the planned menu in, for example, heavy weather or on an extended voyage and to cope with the challenges of long voyages by proper planning and provisioning before departure.

70. The ship's cook should know the procedures required to increase the level of safety in the galley during bad weather, for example by using fiddles (storm bars), holders, clamps and high-sided pans.

4.3. Galley administration, management and supervision

71. The ship's cook's role varies when it comes to purchasing, depending on corporate policies, catering facilities and competencies. In some cases, the master does most of the purchasing, and in others it involves joint cooperation. A ship's cook should be able to manage the purchasing process.

72. All ships' cooks should be able to have an overview of and should systematically monitor the products in the ship's storage rooms and alert the master if there is any lack of provisions.

73. Ships' cooks should keep informed about: the rotation of stores and meal planning; the size of the crew or authorized persons on, or expected to come on, the ship; the amount of stores held; and the shelf life, price and quality of food.

74. A ship's cook should be able to order supplies.

75. The ship's cook should:

- know how to deal with administrative and financial issues, accounts and menu planning related to their department;

- be able to understand all the administrative tasks relating to galley operations and day-to-day food production, in some cases in conjunction with the master;
- be able to plan and undertake managerial tasks, supervise other catering personnel and provide basic instruction or training.

4.4. Prevention of food-borne disease

4.4.1. Food-borne disease

76. Food-borne disease is a general term used to describe any disease or illness caused by eating contaminated food and may also be referred to as “food poisoning”.

4.4.2. Food can cause illness

77. The ship's cook should have knowledge of the most common reasons for contamination from physical objects, chemical substances and micro-organisms. The most serious problems in cookery are often caused by micro-organisms and viruses. Ensuring good hygiene requires knowledge about micro-organisms and how they can be transferred to food and understanding the procedures for keeping stores in good order.

4.4.3. High-risk foods

78. The ship's cook should have knowledge of which foods are especially risky. Food could already be contaminated when delivered to the ship because of faults during production or a breach in the refrigeration chain. Food products can easily be contaminated by bacteria when handled incorrectly. It is easy for micro-organisms to spread to other food by careless work processes. All seafarers in the galley should follow food safety procedures,

Guidelines on the training of ships' cooks

including when working under pressure to serve food quickly. Furthermore, seafarers should be aware of the factors that cause bacteria to reproduce, that could lead to the contamination of even low-risk foods.

4.4.4. Bacteria and other micro-organisms that can cause illness

79. The ship's cook should have knowledge of why micro-organisms can cause illness, what happens when they get into the body, and how these can be transferred from people to food and from food to people.

80. The ship's cook should have knowledge of the fact that some micro-organisms are useful while others make food rot (which can be smelt and seen). The most dangerous micro-organisms – pathogenic bacteria – give no indications that they are within food and people cannot see or smell them.

81. The ship's cook should also understand: how bacteria reproduce, become dormant and form spores; that the rate of bacterial growth is influenced by the nutritious value of the food, time, humidity and temperature; how to control these factors; and the “hurdle effect”, in other words how food may be processed during production to minimize the risk of contamination prior to delivery to the ship.

4.4.5. Symptoms of food-borne disease

82. The ship's cook should have knowledge of:

- the bacteria that cause food-borne disease and the names of these pathogenic bacteria;
- the food products most susceptible to bacteria, which can result in food-borne disease if eaten when contaminated;

- the symptoms of food-related illness;
- the incubation period between the consumption of contaminated food products and the breakout of a food-related illness;
- the most common signs of food-borne disease, variations in the illness pathway and the worst-case scenarios in which food-borne disease can lead to complications and permanent consequences and ultimately death.

4.4.6. Food-borne disease prevention

83. The ship's cook should know how food-borne disease can be prevented, in other words have knowledge of:

- actions that can be taken in the workplace;
- the influence of behaviour and personal hygiene;
- the significance of keeping good order and carefully planned work processes;
- the importance of correct handling and protection from cross-contamination;
- the importance of correct storage and protection from vermin and pests;
- the importance of chilling and temperature monitoring;
- the importance of heat in cooking food;
- the importance of dishwashing, clean cutlery and crockery and maintenance of equipment;
- the importance of cleaning;
- the importance of a self-assessment system and of following procedures.

Guidelines on the training of ships' cooks

4.4.7. Cross-contamination

84. The ship's cook should understand what cross-contamination is, since it is one of the most significant reasons for food-borne disease. It is important to have knowledge of:

- how good work processes can prevent cross-contamination;
- why structured storage in dry stores, refrigerators and freezers is important;
- whereabouts in the process cross-contamination most commonly occurs;
- the equipment that can help in prevention;
- the need to prevent unauthorized personnel from entering the galley.

4.4.8. Food safety self-assessment system

Box 4.1 – Note on hygiene systems

There is an internationally recognized system for handling food hygiene, called the HACCP system. It may be used to systematically monitor and control critical control points (CCPs), which are measurable factors or processes in food production. It is a system for documenting and following up on faults and rectifying actions. The HACCP system may be used in general shipping but is especially applicable for passenger ships. Cargo ships without passengers may benefit from being familiar with the principles underlying the HACCP system when drawing up and organizing a self-assessment system.

85. The ship's cook should be familiar with different food safety systems and recognize the importance of GMPs, systematic self-assessment and HACCP principles. Ships should take HACCP principles into account. The following guidelines provide a systematic approach to self-assessment:

- What is a self-assessment programme?
 - A self-assessment programme includes procedures to provide documentation that the master or ship's cook is conducting quality control and quality assurance procedures on all processes that could affect food production and food safety in the galley.
 - A self-assessment programme could be implemented to ensure compliance with food safety legislation.
 - Self-assessment uses CCPs. The CCPs are critical points in the food production and cooking processes that can be checked.
 - Self-assessment may involve both formal written procedures and less formal procedures. For example, this could involve checking temperatures on deliveries, during the preparation of food and when heating and subsequently chilling cooked foods.
- Who is responsible for a self-assessment programme?
 - Self-assessment procedures should be drawn up by the shipowner.
 - The master should run the self-assessment programme as intended and in accordance with other procedures

Guidelines on the training of ships' cooks

on board relating to safety and maintenance. The ship's cook should be able to identify CCPs and demonstrate upon official request that food safety procedures have been implemented.

4.5. Food hygiene

4.5.1. How to break the food-borne disease chain

86. The ship's cook should understand: that food products should be protected against contamination; that bacterial growth should be prevented by eliminating ideal conditions for growth, such as humidity and warmth; that the refrigeration chain should be maintained by monitoring temperatures and recording and acting on fluctuations; and that bacteria in food can be destroyed by cooking and reheating at the correct temperatures.

4.5.2. How to clean and sanitize the galley, mess and stores and why it is important to do so

87. The ship's cook should have knowledge of:

- where and how to clean and sanitize and how cleaning and sanitizing can be used against micro-organisms and pests or vermin;
- how to use cleaning equipment and products and how to ensure correct dilution;
- how to store cleaning products and personal protective equipment;
- the most hazardous cleaning products and sanitizers and their impact on people and the environment;

- how to draw up cleaning plans and procedures and detailed workplans;
- how high cleaning standards can act as a good example and influence other people.

4.5.3. How food should be stored and why it is important to keep good order in stores

88. The ship's cook should have knowledge of:

- how to store highly perishable, perishable and long-life foods;
- how to read date labelling;
- how to store dry foods safely and correctly, especially after opening;
- how to clean and keep good order in the stores and the galley in general;
- the best way to maintain the nutritional value of stored vegetables;
- how to handle food products on delivery and how to stack shelves (first-in, first-out system).

4.5.4. How to handle refrigerated and frozen products

89. The ship's cook should have knowledge of:

- how to organize the cold/freezer rooms and the first-in, first-out system;
- how to store various types of food products;
- ideal refrigeration and freezer temperatures;

Guidelines on the training of ships' cooks

- shelf life during refrigeration and how to prevent cross-contamination;
- how to defrost and repack food and how to use containers approved for storing food;
- how to monitor and document refrigerator and freezer temperatures.

4.5.5. How to handle food during preparation

90. The ship's cook should have knowledge of:

- how to organize work processes and ensure correct product flows;
- how to carry out good work processes when cleaning and chilling are in progress;
- how to use equipment, utensils and fiddles correctly, including kitchen knives;
- which product groups should be kept separated to avoid cross-contamination;
- ideal roasting and core temperatures for meat and the use of the ship's probe thermometers.

4.5.6. How to keep and reheat leftovers and how to reuse them in other dishes

91. The ship's cook should have knowledge of:

- how to ensure food safety when refrigerating leftovers;
- the importance of marking dates for reuse;

Competencies for ships' cooks

- how to ensure the ideal core temperature when reheating to 165 degrees Fahrenheit or 74 degrees Celsius;
- how to use the microwave oven and microwave-safe packaging;
- the fact that under no circumstances leftovers should be heated more than once;
- that reheated served food should not be reused.

4.5.7. How to serve food safely

92. The ship's cook should have knowledge of:

- how to handle food safely when organizing a buffet;
- the general rule that food should be kept on a buffet for a maximum of three hours, in order to maintain food quality;
- how to maintain constant heating and chilling on a buffet;
- how to correctly cool down food prior to chilling;
- the importance of maintaining good hygiene at tables in the mess during meals;
- the importance of using alcohol-based hand rub dispensers for the sanitizing of hands.

4.6. Personal hygiene

4.6.1. Personal hygiene

93. The ship's cook should have knowledge of:

- the importance of taking personal responsibility for good hygiene;

Guidelines on the training of ships' cooks

- the importance of hand washing and how to wash hands thoroughly;
- what to wear in the galley;
- the factors that can put other people's health at risk;
- the importance of personal behaviour and of taking the lead in setting a good example.

4.6.2. Skin infections

94. The ship's cook should have knowledge of: the causes of allergies; how to prevent skin infections; how to prevent skin allergy from foods; and allergic symptoms.

4.6.3. Gloves

95. Gloves should be approved for food preparation and should be of a good quality. It is important to have knowledge of:

- the fact that using gloves can never be a replacement for washing hands between work processes;
- when gloves should be worn to protect food, for example when hands have burns, cuts or infections;
- the different types of gloves and how to prevent cross-contamination by using gloves;
- sanitizing chainmail gloves after each use.

4.6.4. When to stop working for the sake of the health of others

96. The ship's cook should have knowledge of when to stay out of the galley due to illness, what to do if falling ill and when to return to work without putting the health of others at risk.

4.7. Nutrition and health – Balanced menus

4.7.1. Understanding nutrition

97. Ships' cooks should be:

- aware of the composition of the components of the diet and ensure that such components are nutritionally balanced. This includes awareness of the recommendations of the competent national authorities or the WHO and implies, among other things, knowledge of the content and composition of food in terms of fats, proteins, carbohydrates, vitamins, minerals and trace elements;
- able to provide a diet plan that provides the crew with the correct nutrition in the long term. The diet plan should comply with international (WHO/FAO) or national requirements for recommended nutrients and drawn up taking account of cultural and religious issues relating to food;
- able to translate the diet plan into specific purchasing plans, menus and dishes or recipes so that the energy content in various types of food, menus and diet plans can be calculated and assessed.

98. The ship's cook should have a basic understanding of:

- nutritional physiology;
- physiological factors;
- the body's metabolism;
- the role of nutrients;

Guidelines on the training of ships' cooks

- nutritional recommendations concerning carbohydrates, dietary fibre, fats, proteins, alcohol, water, salts, minerals and vitamins;
- the importance of diet and exercise;
- the connection between lifestyle disease and diet.

4.7.2. Planning – Purchasing and competencies

99. The ship's cook should:

- be able to draw up a varied diet plan that satisfies current nutritional requirements;
- be aware of all the food groups and of the composition of a diet plan and know how different foods are used;
- be aware of special religious and cultural food-related issues;
- be able to read, understand and follow the instructions in a recipe;
- be able to draw up a menu plan for a lengthy period;
- where appropriate, be able to order food products to support a menu plan, taking due account of raw ingredient usage and the financial implications.

4.7.3. Food allergy and food intolerances

100. Ships' cooks should have knowledge of food allergies and intolerances and their potential reactions, including the fact that some allergic reactions and intolerances can be life threatening. It is also important for them to be aware of global differences in common allergic reactions and intolerance reactions. The ship's

cook should know how to use suitable foods as substitutes when preparing nutritious meals. All ships' cooks with responsibility for cooking daily meals should have an understanding of:

- the most common food allergies and food intolerances (and what causes them);
- the impact of being exposed to a substance to which you are allergic or intolerant;
- how food allergies and intolerances vary between different parts of the world;
- the alternatives that can be used instead of foods that cause allergy or intolerances;
- how to define diet plans and menus that take account of crew members with allergies or intolerances (this also means being aware of suitable alternative products);
- how to communicate with crew to be aware of their allergies or intolerances.

4.7.4. Awareness of the importance of nutrition for combating lifestyle diseases

101. Ships' cooks should be aware of the role of nutrition in combating lifestyle diseases such as diabetes, high blood pressure, breathing difficulties, stroke, cardiovascular disease and cancer. Ships' cooks should ensure that crew members are given healthy dietary options.

102. A nutritionally balanced diet should ensure that all crew members have a reduced risk of developing the lifestyle diseases associated with being overweight. Therefore, the ship's cook

Guidelines on the training of ships' cooks

should be able to draw up a menu plan in line with international and national recommendations.

4.8. Religious and cultural aspects

103. The ship's cook should have knowledge of:

- the rituals, customs and guidelines associated with food and meals;
- religious or cultural dietary requirements, including requirements concerning purchasing, segregation, preparation, and cooking of different types of food for cultural and religious reasons.

4.9. Other basic skills

4.9.1. Language skills

104. Oral and written information concerning nutrition should be provided to the crew in the working language of the ship.

105. Ships' cooks should have language skills that enable them to follow directions and cooking recipes in practice.

4.9.2. Calculation skills

106. Ships' cooks should be able to convert units of measurement in recipes and calculate wastage.

4.9.3. General communication skills

107. The ship's cook should:

- understand that it is important for well-being on board to communicate with the crew. It is important for the ship's cook to master the most basic principles of communication;

Competencies for ships' cooks

- be able to respectfully ask crew members for information about food allergies and other dietary restrictions or needs, so that menu plans can be adapted appropriately. The ship's cook should also be able to discuss the limitations of the catering services and determine what accommodations would meet the needs of the crew;
- be able to constructively communicate with the master on the ordering of provisions;
- be able to manage, instruct and train other seafarers working in the galley;
- have knowledge of various cultural communication behaviours.

4.10. Workplace safety and health

4.10.1. Awareness of potential hazards

108. Ships' cooks should be aware of the potential hazards in the galley, which include: cuts from using knives (the most common injury); scalds; burns; cuts and crush injuries from using machines; injuries from lifting; caustic burns; and injuries resulting from trips and falls.

4.10.2. Safe behaviour in the galley

109. Ships' cooks should know how to behave safely in the galley, including how to:

- ensure that the body is not put under unnecessary strain and that stores are stowed safely for heavy weather;
- monitor the galley and keep stores tidy and in good order to prevent trips and falls;

Guidelines on the training of ships' cooks

- secure pans and other equipment in heavy seas;
- safely handle knives;
- deal with and operate the machinery in the galley;
- choose appropriate clothing and personal protective equipment, such as uniforms, aprons, jackets (e.g. reefer jacket), etc.;
- secure doors and hatches;
- follow directions for the usage of cleaning products;
- deal with galley fires.

4.10.3. Risk assessment

110. Education and training should enable the ship's cook to contribute to risk assessment processes, involve the seafarers working in the galley in such processes and make a plan to prevent accidents and wear and tear of equipment.

111. The ship's cook should know how to carry out the most important steps in a risk assessment process, including:

- identifying the potential for accidents or wear and tear associated with work in the galley;
- conducting an assessment of how often the hazard really occurs, how great the consequences are, which hazards are easy to prevent and which are difficult to prevent;
- developing a solution with the involvement of the relevant safety organization and the seafarers working in the galley;
- drawing up a written action plan showing solutions to be implemented, indicating when and who is responsible.

112. Risk assessment is a continuous, dynamic and inclusive process. Preventative actions should be evaluated and reassessed at regular intervals and following accidents or near misses. The process should not be limited to those working in the galley – other seafarers may also have helpful contributions in the identification of potential risks and the development of safer solutions.

4.10.4. Knowledge of the ISM Code and safety management systems

113. The ship's cook should:

- be familiar with the ISM Code;
- know, follow and give input to procedures adapted for the work they do in the galley and associated areas, maintain the system and provide instruction on it;
- have knowledge of ships' safety committees.

4.10.5. Reporting occupational injuries

114. The ship's cook should know the responsibilities for reporting of occupational injuries and near misses.

115. The ship's cook should be familiar with post-incident procedures and corrective actions taken to minimize the risk that an injury or exposure could occur in the future.

4.11. First aid in the galley

116. Ships' cooks should, like all seafarers, be able to provide first aid, but they should also know how to provide specific first aid for the particular kinds of accidents that can occur in the galley,

Guidelines on the training of ships' cooks

such as fires, accidents with machinery, cuts, scalds, caustic burns and crush injuries.

117. It is also important for crew members to be able to assess when medical assistance should be sought. The competent authority and the shipowner have the duty to provide medical care on board ship and ashore as provided in Regulation 4.1 and Standard A4.1 of the MLC, 2006.

4.12. Firefighting in the galley

118. Ships' cooks should know how to extinguish burning oil – absolutely no attempt should be made to put it out with water. Instead, the fire should be extinguished by smothering it. Given the issues involving oil in the galley, it is important that all crew members working in the galley are provided training in accordance with the MLC, 2006, Regulation 1.3, which provides that seafarers shall not be permitted to work on a ship unless they have successfully completed training for personal safety on board ship. This training may be met by completion of STCW Basic Training requirements.

4.13. Waste

4.13.1. Wastage, hygiene and safety

119. Education and training should address the issues of minimizing food wastage, preventing pollution and preventing the spread of food-borne disease.

4.13.2. Waste collection

120. The ship's cook should be trained to use the most appropriate systems of waste collection or to establish a system on board.

He or she should also know about the most appropriate containers for collecting waste (bins with lids, preferably with a foot pedal) in the galley and mess rooms and where to position them.

121. The ship's cook should be able to use the system to ensure proper collection of waste and know: how bins and containers should be sanitized; how often waste should be collected from various bins (for example, waste from the galley should be collected at least at the end of each work day); how waste should be sorted (for example, into plastic, metal and paper or other combustibles); and how to ensure regular checks on the shelf life of food in store.

4.13.3. Waste storage

122. The ship's cook should be trained in the most appropriate waste storage systems. All seafarers working in the galley should know where waste should be stored (in a closed room, not near stores and provisions, not on the floor and in bags that can be closed).

4.13.4. Waste disposal

123. The ship's cook should know how to dispose of waste appropriately, for example when it is appropriate to use a waste grinder and when waste should be compacted.

124. The ship's cook should be familiar with the requirements of MARPOL Convention's Annex V concerning Garbage Management Plans and Garbage Record Books, including the recording and documentation requirements.

Appendix

Suggestions of good practices

This appendix sets out suggestions of good practices with respect to ships' cooks that could enhance the implementation of Regulation 3.2 of the MLC, 2006.

Stores of food and drink

- (a) The quantity of food supplies should be appropriate, having regard to the size of the crew and the duration and nature of the voyage.
- (b) Food supplies should also be suitable, having regard to the religious and cultural requirements of a diverse crew.
- (c) The quality of food should be ensured through the use of trusted suppliers, the appropriate storage and handling of the raw ingredients in the preparation of food, the use of menu plans and the analysis of regular feedback from the crew.
- (d) Stores of food should be systematized and regularly reviewed, to make it possible to keep track of the quantity and quality of the food.
- (e) To avoid under-provisioning, stores should be sufficient to provide for a minimum number of standard, varied meals.
- (f) Food wastage should be minimized.
- (g) If the usual storage rooms are insufficient for keeping supplies for a long voyage, food should be kept in rooms away from

Guidelines on the training of ships' cooks

diesel fumes and heat (for example, in rooms that are not close to the engine).

- (h) A quick response plan should be in place for dealing with any outbreaks of pests.
- (i) Waste should be managed on board ship in accordance with the provisions of Annex V of the MARPOL Convention.
- (j) Galley waste should be handled and stored separately from food stores, raw materials and drinking water and should be kept in bins with closed lids to prevent contamination and pests.

Organization and equipment

- (a) Meat slicers, mixing equipment and other similar equipment should be fitted with safety devices to prevent injuries.
- (b) Galley equipment such as cookers and ovens should be fitted with pan and door holders for cooking in heavy weather.
- (c) Fiddles (storm bars) and pan holders should be available for keeping pots and pans on shelves and worktops.
- (d) Chilling, refrigeration and freezing equipment should be available in stores and in the galley and appropriate for the potential crew size and the length of the voyage.
- (e) Equipment should be available for ventilating the galley, with cooker hoods for removing fumes from the cooker or oven.
- (f) Food safety management systems should be well defined and, where appropriate, based on hazard analysis and critical control point (HACCP) principles, written documentation and good

management practices (GMPs), or on procedures not requiring documentation, such as those relating to personal hygiene.

- (g) Potable water should be provided in the galley for drinking and food preparation.
- (h) It is important for drinking water equipment to be properly maintained to prevent the growth of bacteria in the system.

Drinking water

- (a) The ship should be fitted with a system to provide fresh water (for example, a bunkering system) or have facilities to produce water on board. The water supply should be of good quality.
- (b) Water safety plans should be established to ensure the safety of a drinking water supply.
- (c) Ships' cooks should be familiar with the ship's procedures for resolving problems with the fresh water supply as soon as possible. For example, it should be clear who specifically to contact if a problem is detected.



General Directorate of Seafarers

SYLLABUS OF THE SHIP'S COOK COURSE ACCORDING TO THE MARITIME LABOUR CONVENTION, 2006 FOOD AND CATERING MANAGEMENT LEVEL

1. COURSE PURPOSE

This course provides training on the food and catering's fundamental for ship's cook according to the Maritime Labour Convention, 2006. It is based on Regulation 3.2, Standard A3.2 and Guide B3.2 of the Maritime Labour Convention 2006.

2. COURSE OBJECTIVE

A student who satisfactorily ends the course, and complies with the demanded performance standards, shall be competent in the areas related with the management of food and catering; food and personal hygiene, as well as the on board ship's handling and storage, ensuring that the seafarers will dispose of good quality of food and running water given in ruled hygienic conditions.

3. ENTRY LEVEL

This course was specially focused for cooks of ship according to the Maritime Labour Convention, 2006. Before starting the course, students shall have kitchen's proof experience (experience letters, training certificates or diplomas)

4. ASSESMENT METHOD OR CRITERIA

The student's assessment method will consist of a written and practical test. The practical test must cover the competencies of kitchen's practical knowledge, food and personal hygiene, food storage, reserves' management, environment protection, and catering security and health.

5. CERTIFICATE, DIPLOM OR SUPPORTING DOCUMENT

Once the student has satisfactorily finished and passed all the assessments, a certification can be issued, in which will be credited that the holder has followed the training course and complies or

surpasses the level of knowledge and competency that have been specified in the Regulation 3.2, Standard A3.2. and Guideline B3.2. of the Maritime Labour Convention and the Resolution ADM N°068-2013 of the Panama Maritime Authority.

6. STAFF NEEDED

An instructor is required to teach the complete content of this course:

- 6.1. The instructor shall hold the model course IMO 6.09 , training course for instructors, according with Regulation I/6 of the STCW'79 Convention, as amended.
- 6.2. Enough training on food and catering management.
- 6.3. Proof training in Maritime Conventions (MARPOL, SOLAS, IGS, CTM, 2006).

7. MLC REFERENCETEXT

- 7.1. Maritime Labour Convention, 2006.
- 7.2. Guideless on the training of ships' cooks MESC/2013/9

8. SHIP'S COOK COURSE' CLASS LOAD AND SUMMARY

Knowledge, learning, and sufficiency	Theoretical hours	Practical hours
1. Practical cookery- Basic cooking skills 1.1. Menus 1.2. Fundamentals of cooking 1.3. Practical cooking skills 1.4. Methods of preparation 1.5. Presentation and serving 1.6. Practical cookery under unforeseen circumstances 1.7. International cuisine – Religious and cultural aspects 1.8. Language skills 1.9. Calculation skills 1.10. General communication skills	4	2
2. Food and personal hygiene 2.1. Food hygiene 2.1.1. Food-borne disease. 2.1.2. Symptoms of food-borne disease 2.1.3. Food-borne disease prevention 2.1.4. How to break the food-borne disease chain 2.1.5. Food can cause illness 2.1.6. High-risk foods 2.1.7. Bacteria and other micro-organisms that can cause illness 2.1.8. Cross-contamination 2.1.9. Food safety self-assessment system 2.1.10. How to clean and sanitized the galley, mess and stores and	6	2

<ul style="list-style-type: none"> why it is important to do so 2.1.11. How to handle food during preparation 2.1.12. How to serve food safely 2.2. Personal hygiene <ul style="list-style-type: none"> 2.2.1. Personal hygiene 2.2.2. Skin infections 2.2.3. Gloves 2.2.4. When to stop working for the sake of the health of others 		
<p>3. Food storage</p> <ul style="list-style-type: none"> 3.1. How food should be stored and why it is important to keep good orders in stores 3.2. How to handle refrigerated and frozen products 3.3. How to keep and reheat leftovers and how to reuse them in other dishes 	4	2
<p>4. Food storage management</p> <ul style="list-style-type: none"> 4.1. Purchasing management 4.2. Stock's Management and Control 4.3. Food demand 	2	
<p>5. Environmental protection and catering health and safety</p> <ul style="list-style-type: none"> 5.1. Awareness of potential hazards 5.2. Safe behavior in the galley 5.3. Risk assessment 5.4. Basic knowledge of MLC, 2006 5.5. Knowledge of Chapter IX of the SOLAS Convention 1974, as amended. 5.6. Basic Knowledge of the IGS Code and of the security management systems 5.7. Reporting occupational injuries 5.8. First aid in the galley 5.9. Firefighting in the galley 5.10. MARPOL Annex V concerning Prevention of pollution by garbage from ships. <ul style="list-style-type: none"> 5.10.1. Waste 5.10.2. Wastage, hygiene and safety 5.10.3. Waste collection 5.10.4. Waste storage 5.10.5. Waste disposal 	4	2
<p>6. Nutrition and health</p> <ul style="list-style-type: none"> 6.1. Health and nutrition <ul style="list-style-type: none"> 6.1.1. Understanding nutrition 6.1.2. Planning- purchasing and competencies 6.1.3. Food allergy and food intolerances 6.1.4. Awareness of the importance of nutrition for combating lifestyle disease 	2	
	22 HOURS	8 HOURS
TOTAL HOURS	30 HOURS	