



Asignatura: Vocacional

Docente: Aurora Ortega Herrera -Camila Ramos

Curso: Laboral 3 A

Objetivo de Aprendizaje: Conservación y almacenamiento de los alimentos por "Refrigeración y congelación"

Contenido: Conservación y almacenamiento de los alimentos.

Habilidad: Comprender que los alimentos refrigerados o congelados conservan sus propiedades, distinguir, clasificar, y mencionar los alimentos que se pueden conservar con este método.

Semana N°: 26 (lunes 05 al viernes 09 de octubre)

HORARIO DE CLASES ONLINE SEMANAL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SOCIAL	LENGUAJE	LIBRE Reuniones administrativas	MATEMÁTICAS	VOCACIONAL
09:30 A 10:30	09:30 A 10:30		09:30 A 10:30	09:30 A 10:30
		LIBRE Reuniones administrativas	EDUCACIÓN FÍSICA 12:00 A 12:45	

Recuerda que el recuadro destacado con color corresponde a la asignatura a realizar ese día, el link de la clase se enviará 5 minutos antes de la hora señalada al correo y también por WhatsApp, debes estar atento.



Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Saludo y normas de la clase



Ser puntual
a la hora de
conectarse



Silenciar el
micrófono y
activarlo
cuando te
lo soliciten



Pedir la
palabra
para opinar,
levantar la
mano



Ser
respetuoso
con las
opiniones de
los demás



Escuchar y
poner
atención a
la clase



Todas las
preguntas
que hagas
son
importantes,
que no te
de
vergüenza
hacerlas.



Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

¿Qué aprenderás en la clase?

➤ Objetivo:

Conservación y almacenamiento de los alimentos por "Refrigeración y congelación"

➤ Habilidades que desarrollarás:



Comprender que los alimentos refrigerados o congelados conservan sus propiedades, distinguir, clasificar, y mencionar los alimentos que se pueden conservar con este método.



Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

¿Para qué
sirve
conservar
los
alimentos?

¿Cómo
conservan los
alimentos en tu
hogar?





Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Observa las siguientes imágenes y compara ¿Qué observas en ellas?



Download from
Dreamstime.com

This watermarked comp image is for previewing purposes only.

ID 58566307

© Photosiber | Dreamstime.com



Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Conservación de los alimentos

- Existen muchos factores que pueden afectar a la calidad de los alimentos o causar su deterioro. Para evitarlo y prevenir posibles intoxicaciones, es necesario mantenerlos a través de métodos de conservación.
- Los más comunes son:
 - ❖ Refrigeración o congelación.
 - ❖ Por calor.
 - ❖ Eliminación de agua.
 - ❖ Conservantes.





¿Qué es el método de conservación de los alimentos?

- ▶ El método de conservación de los alimentos es el que se utiliza para interrumpir el ciclo natural de los alimentos y así conserven su comestibilidad, su sabor y sus propiedades nutricionales.
- ▶ La conservación prolonga la vida útil de los alimentos, para el consumo humano o animal.





Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Método de refrigeración

- ▶ La refrigeración tiene efectos mínimos en el sabor, textura y el valor nutricional de la comida.
- ▶ Para la mayoría de los alimentos se puede esperar que la refrigeración extienda la vida por unos pocos días. Es importante recordar que la refrigeración no mata microorganismos o enzimas inactivas, sino que reduce el deterioro de los alimentos.





Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Consejos para maximizar la vida de los alimentos en su refrigerador:

- ▶ La comida refrigerada durará más si se limpia y guarda apropiadamente antes de refrigerarse y después se mantiene a la temperatura apropiada con la menor exposición a la temperatura ambiente.
- ▶ Se debe comprobar la temperatura usando un termómetro para refrigerador. Debe mostrar una temperatura bajo los 5 °C .
- ▶ Evite juntar productos, permita la circulación del aire alrededor de ellos.





La congelación

- ▶ La congelación funciona al inhibir el crecimiento de microorganismos, sin embargo la mayoría de los microorganismos (con excepción de los parásitos) se mantienen vivos cuando se congelan, por lo que los alimentos deben manejarse de forma segura antes de congelarlos y una vez descongelados.
- ▶ La calidad de los productos congelados varía dependiendo de cómo se preparan para ser congelados. Los alimentos congelados correctamente mantienen más de su color original, sabor y textura y generalmente más de sus nutrientes que los alimentos preservados por otros métodos.
- ▶ El congelado tiene poco efecto en el contenido nutricional de la comida. No existe casi ninguna pérdida de minerales o vitaminas en carnes, pescado o cerdo congelados porque las vitaminas A y D y los minerales no se ven afectados por el congelamiento.
- ▶ Las comidas se pueden mantener en el congelador de forma sana por 3 o 12 meses sin perder la calidad.





Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Consejos para congelar alimentos

- Mantenga su congelador al menos $\frac{3}{4}$ de capacidad para una operación eficiente
- Use y reemplace la comida
- Abra la puerta tan poco como sea posible
- Use correctamente las características de ahorro energética con las que cuenta su congelador
- Mantenga el sello de la puerta limpio y verifique que selle correctamente
- Descongele manualmente el congelador regularmente



Actividad: Observa las imágenes, clasifica los alimentos que se pueden refrigerar y congelar con los que no se pueden.

ALIMENTOS QUE SE PUEDEN REFRIGERAR O CONGELAR

ALIMENTOS QUE NO SE PUEDEN REFRIGERAR O CONGELAR





Actividad: Piensa y completa la siguiente tabla con alimentos que se pueden refrigerar o congelar

ALIMENTOS QUE SE PUEDEN REFRIGERAR O CONGELAR	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	



Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Reflexión



¿Qué vimos en la clase de hoy?

¿ Por qué es importante saber los métodos de conservación?



Pauta de evaluación

Indicadores	Logrado	Medianamente logrado	No logrado
Menciona lo qué es un método de conservación			
Distingue la refrigeración de la congelación			
Clasifica alimentos que se pueden refrigera, congelar de los que no se pueden.			
Nombra un alimento que se pueda refrigerar o congelar.			
Reflexiona sobre la importancia de mantener alimentos refrigerados o congelados.			
Participa de la actividad de la clase			