



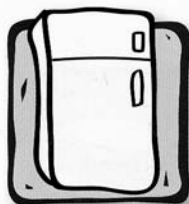
Región de Murcia
Consejería de Sanidad y
Consumo

Dirección General de
Salud Pública

Enfermedades de transmisión alimentaria en celebraciones

Normas básicas para su prevención





Textos: Alberto Zancajo Villa
Imprime: Imprenta Regional
Depósito legal: MU-56/2001

En sus celebraciones... no ponga en juego su salud ni la de sus invitados

Las enfermedades de transmisión alimentaria son aquellas que se adquieren por el consumo de alimentos contaminados. Estas afecciones tienen un marcado carácter estacional, y es precisamente la primavera una de las estaciones que entraña más riesgo, no sólo por el aumento de las temperaturas sino por ser una época típica de celebraciones, en las que un episodio de este tipo adquiere especial relevancia.

Para evitar este tipo de incidentes es muy conveniente repasar las normas y recomendaciones relativas a la preparación y conservación de alimentos como orientación a la hora de organizar estas celebraciones ya sea en un comedor colectivo o en nuestro domicilio. ■

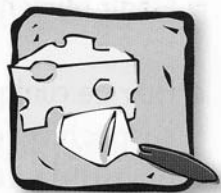
Al contratar los servicios en un bar o restaurante debemos:



- **Elegir menús que no entrañen riesgos:** evitar salsas mayonesas, cremas o cualquiera de ellas que lleven huevo crudo en su composición.
- **Comprobar la limpieza en los locales.** Normalmente quien cuida la limpieza del establecimiento también se esmera en servir o vender productos de buena calidad.
- **Comprobar la higiene del personal manipulador:** limpieza en lo que respecta a la ropa, aseo personal, manos perfectamente limpias.
- **Vigilar la limpieza de utensilios** como cuchillos, máquinas de cortar, etc.



- **Las vitrinas expositoras deben estar ordenadas**, sin incompatibilidades (alimentos crudos junto a cocinados) y con dispositivos que marquen la temperatura adecuada.
- **Revisar los alimentos en fresco**, que no le den gato por liebre.
- **Exigir al responsable del establecimiento garantías** referentes a: materias primas utilizadas, refrigeración de los alimentos integrantes del menú, mínima antelación en la elaboración de los platos antes de ser servidos, etc.
- En caso de dudar de la higiene, cambie de establecimiento y a ser posible póngalo en conocimiento de la **Dirección General de Salud Pública**



Al organizar la celebración en nuestro domicilio debemos:



- Elegir alimentos con garantía sanitaria de origen.
- Huir de cualquier oferta, "ganga", que nos resulte sospechosa o incapaz de garantizar la procedencia del producto. Leer atentamente el etiquetado.

- Almacenar correctamente los alimentos. Mantener en condiciones de refrigeración o congelación los alimentos perecederos y semiperecederos.



- Descongelar los alimentos siempre en frigorífico o microondas, nunca a temperatura ambiente.

- **Cocinar bien los alimentos.**
- **Cocinaremos siempre con la menor antelación posible al consumo.**
- **Evitar el contacto entre los alimentos crudos y los cocinados, con el fin de evitar lo que se denomina “contaminación cruzada”.**
- **Lavar las manos muy a menudo.**
- **Mantener escurpulosamente limpias todas las superficies de trabajo.**
- **Mantener los alimentos fuera del alcance de insectos, roedores, etc.**
- **Utilizar agua potable para la preparación culinaria de los alimentos.**
- **Mucho cuidado con las mayonesas y salsas que lleven huevo.**





Región de Murcia
Consejería de Sanidad y Consumo
Dirección General de Salud Pública