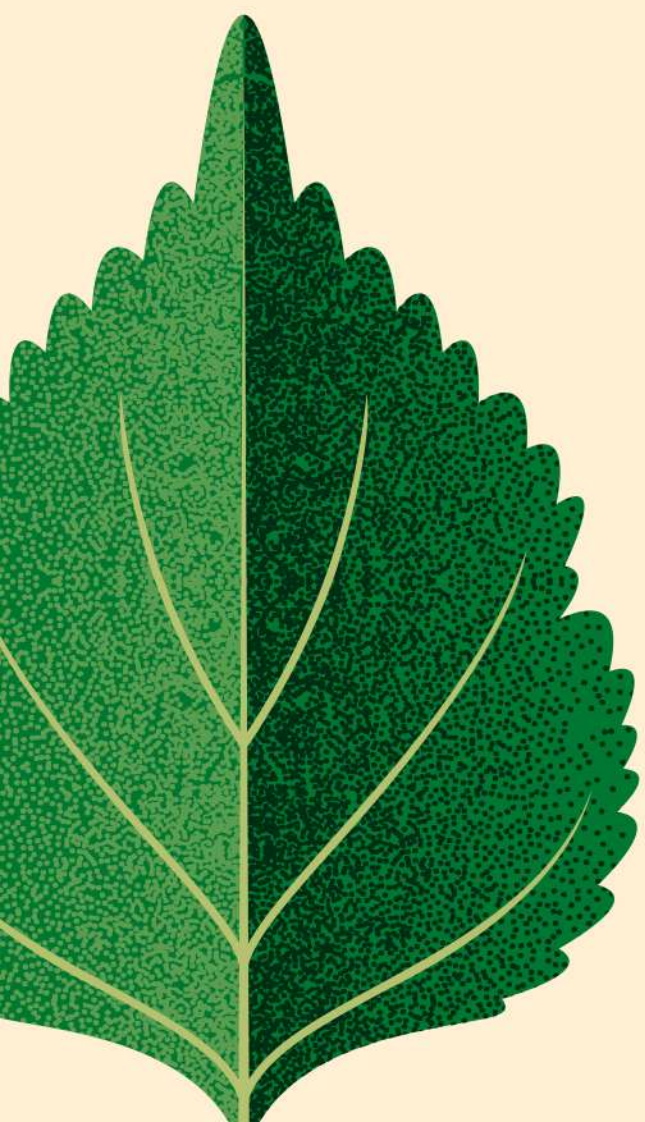


CÓMO PREVENIR TOXIINFECCIONES ALIMENTARIAS EN VERANO



ÍNDICE







- LAVADO DE MANOS.....03
- USO DE ALIMENTOS SEGUROS.....05
- REFRIGERACIÓN DE PINCHOS Y TAPAS.....07
- COCINADO SUFICIENTE DE LOS ALIMENTOS.....08
- ENFRIAMIENTO ADECUADO.....09
- CORRECTA REGENERACIÓN DE LOS ALIMENTOS...10
- SALMONELOSIS.....11
- OTROS PATÓGENOS.....12



LAVADO DE MANOS



¿Cómo debemos lavarnos las manos?

-  Con agua caliente y jabón (bactericida si puede ser)
-  Del codo hacia la mano.
-  Palmas, dorsos, entre los dedos.
-  Cepillo de uñas.
-  Aclarar las manos con agua.
-  Secado con papel desechable.



¿Cuándo hay que lavarse las manos?

- Antes de comer o beber.
- Antes de preparar alimentos.
- Antes de servir alimentos.
- Después de ir al baño.
- Al cambiar de alimentos.
- Después de saludar con la mano.
- Después de manipular dinero.
- Después de fumar.
- Después de sacar la basura.
- Después de limpiar.
- Después de toser o estornudar.
- Después de tocarse la nariz, ojos o boca.

Y SIEMPRE QUE SEA NECESARIO...



UTILIZAR ALIMENTOS SEGUROS



Productos que hayan recibido tratamiento térmico.

Control de temperaturas de refrigeración ($\leq 4^{\circ}\text{C}$) y congelación ($\leq -18^{\circ}\text{C}$)
mantener la cadena del frío

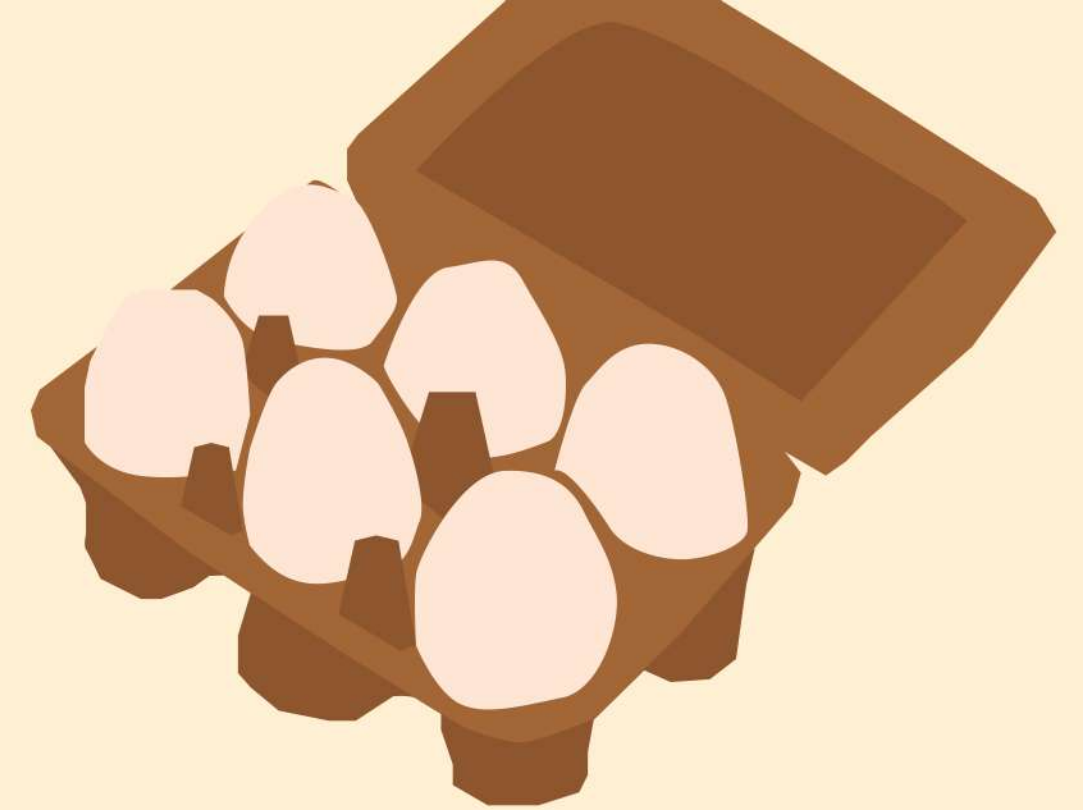


Precaución con alimentos de riesgo:



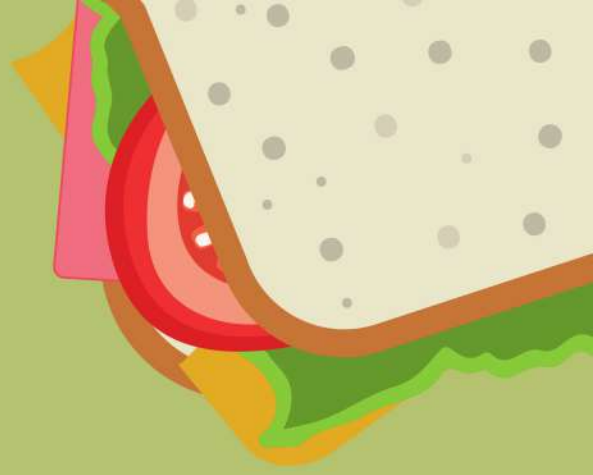
HUEVO FRESCO

- Cáscara limpia e íntegra. No lavar los huevos.
- Respetar fecha de consumo preferente.
- Evitar el contacto del huevo crudo con alimento ya cocinado.
- Lavado de manos tras manipulación de huevos.
- No cascar el huevo en el borde del recipiente.
- Extremar precauciones de higiene.
- Mantener los productos con huevo fresco -no estables a temperatura ambiente- en refrigeración y desechar los que no se consuman en el día.
- Cocinado suficiente: 70°C durante 2 segundos en el centro del producto. Para consumo inmediato: 63°C durante 20 segundos (huevo frito...) Si no se alcanzan estas temperaturas, obligatorio usar **OVOPRODUCTO PASTEURIZADO**.





REFRIGERACIÓN DE LOS PINCHOS Y TAPAS

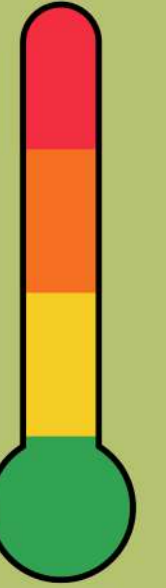


Proteger **TODOS** los pinchos y otros alimentos **TOTALMENTE** en vitrinas y conservar en refrigeración en caso necesario.





COCINAR SUFICIENTEMENTE LOS ALIMENTOS



De forma general, alcanzar un mínimo de 70°C durante 2 minutos en el centro del producto.

Mantenimiento en caliente $\geq 63^{\circ}\text{C}$

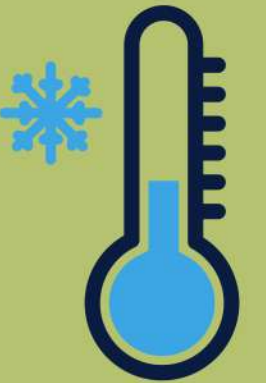




ENFRIAMIENTO ADECUADO

Enfriamiento rápido: Disminuir la temperatura de 60°C a 10°C en el interior del alimento en menos de 2 horas.

Real Decreto 1021/2022 por el que se regulan determinados requisitos en materia de higiene de la producción y comercialización de los productos alimenticios en establecimientos de comercio al por menor.





REGENERAR CORRECTAMENTE LOS ALIMENTOS

Alcanzar, al menos, 74°C en el centro del alimento durante un mínimo de 15 segundos en menos de 1 hora.

El alimento recalentado o regenerado deberá llegar al consumidor lo antes posible. Todos los alimentos recalentados o regenerados que no se consuman se descartarán y no volverán a calentarse ni utilizarse.

SALMONELOSIS



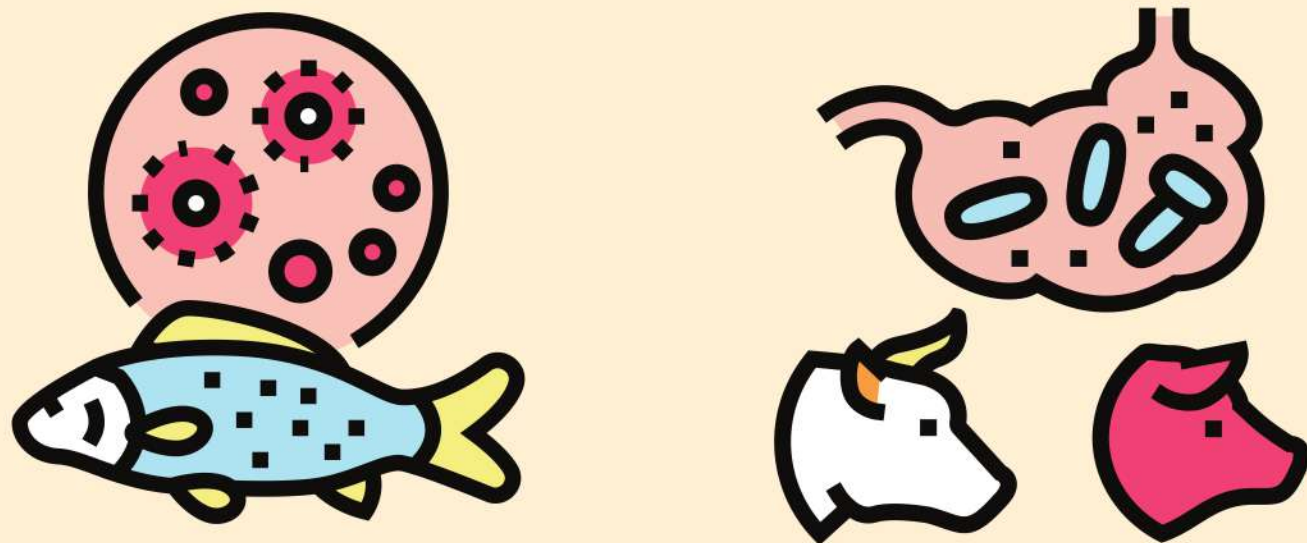
Una de las enfermedades de transmisión alimentaria más común.

Síntomas: Diarrea, fiebre, dolor abdominal, vómitos, náuseas, cefalea, etc.

Los síntomas aparecen de 6 a 72 horas después de la ingesta de alimentos contaminados.

Población de riesgo: infancia, 3ª edad, embarazadas, personas inmunodeprimidas.

Alimentos de riesgo: huevos crudo o poco cocinados, carne cruda o poco cocinada, especialmente aves de corral, leche y productos lácteos sin tratamiento térmico; agua contaminada, frutas y hortalizas crudas.



PREVENCIÓN:

Correcto lavado de manos.

Limpieza y desinfección de superficies, utensilios y equipos.

Separación de alimentos crudos y cocinados.

Cocinar completamente los alimentos.

Lavar y desinfectar las frutas y hortalizas: lejía de uso alimentario.

OTROS PÁTOGENOS...

LISTERIA MONOCYTOGENES



Esta bacteria puede crecer a temperaturas de refrigeración entre 4-6°C.

Se adhiere con facilidad al acero inoxidable.

Es capaz de formar biofilms en superficies mayor resistencia a la eliminación, capaz de persistir a la limpieza y desinfección.

Síntomas: Fiebre, diarrea, vómito... En grupos de riesgo: meningitis, aborto, septicemia...

Alimentos de riesgo: alimentos listos para el consumo refrigerados con una vida útil prolongada (salchichas, patés etc.), productos de la pesca ahumados, productos lácteos (leche cruda, quesos de pasta blanda...), ensaladas preparadas y frutas o verduras frescas.

GRACIAS

