

Intoxicación por carne y achuras en mal estado: ¿qué recomendaciones se deben tener en cuenta?

31/01/2023



Tras darse a conocer la noticia de cuatro casos de pacientes intoxicados en Berazategui, de los cuales dos fallecieron, el Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires dio una serie de recomendaciones a tener en cuenta para evitar complicaciones.

A la hora de hablar de síntomas, los pacientes ingresaron con un cuadro de diarrea, vómitos y otros síntomas compatibles con intoxicación alimentaria.

PROVINCIA DE BUENOS AIRES

BROTE DE ORIGEN ALIMENTARIO

SALMONELLAS Y SHIGELLAS

Bacterias asociadas con trastornos digestivos. Se transmiten a través del consumo de agua o alimentos contaminados y también por el contacto directo con animales o con personas infectadas.



RECOMENDACIONES



Utilizar agua segura. Si no es agua de red: agregar dos gotas de lavandina por litro de agua, hervirla o utilizar pastillas potabilizadoras.



Lavarse las manos con agua y jabón después de ir al baño, después de cambiar pañales, antes de amamantar, antes y después de preparar alimentos y consumirlos.



Mantener la higiene en la preparación de alimentos.



Utilizar alimentos frescos, limpios, bien cocinados y recientemente preparados.



Lavado de vegetales: lavar y desinfectar con agua segura frutas y verduras sobre todo al consumirlas crudas y en lo posible, pelarlas.



Cocinar bien los alimentos: los huevos hasta que tengan consistencia dura. Si los huevos tienen olor o sabor extraño, no consumirlos.



Las carnes deben estar bien cocidas por dentro y por fuera, hasta que pierdan totalmente el color rosado, teniendo especial cuidado con la carne picada, hamburguesas, albóndigas, empanadas, pastel de carne, achuras, etc



No consumir carne si tiene mal olor al momento de prepararla o si perdió la cadena de frío. Las carnes no deben descongelarse más de una vez en caso de haber sido frizadas.



No usar el mismo cuchillo, tabla o mesada donde se apoyó carne cruda para cortar otros alimentos, sin antes lavarlos con agua y detergente.



Evitar la contaminación cruzada: limpiar y desinfectar las superficies, las tablas de cortar y los utensilios después de que hayan tomado contacto con carne cruda y/o sus jugos.



Separar las carnes crudas y/o sus jugos de los alimentos listos para consumir, principalmente durante la compra, el almacenamiento y la preparación de los mismos.



Consumir leche, derivados lácteos y jugos que estén pasteurizados.



Conservar alimentos frescos y cocidos en la heladera.



Evitar la ingesta de medicamentos sin indicación médica e infusiones caseras.

FUENTE: Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires

télam
DIGITAL

Las recomendaciones para tener en cuenta

- **Utilizar agua segura.** Si no es agua de red: agregar dos gotas de lavandina por litro de agua o hervirla de 2 a 3 minutos o utilizar pastillas potabilizadoras.
- **Lavarse las manos con agua y jabón** después de ir al baño, después de cambiar pañales y antes de amamantar. También antes y después de preparar alimentos (en especial después de tocar

carne cruda) y consumirlos.

- **Mantener la higiene** en la preparación de alimentos.
- **Utilizar alimentos frescos**, limpios, bien cocinados y recientemente preparados.
- **Lavado de vegetales:** lavar y desinfectar cuidadosamente con agua segura frutas y verduras sobre todo si se consumen crudas y en lo posible, pelarlas.

☒ **Asado y achuras. Foto: Télam.**

- **Cocinar bien los alimentos:** los huevos hasta que tengan consistencia dura. Si los huevos tienen olor o sabor extraño, no consumirlos.
- Las carnes deben estar bien cocidas **por dentro y por fuera**, hasta que pierdan **totalmente el color rosado**, teniendo **especial cuidado** con la carne picada, hamburguesas, albóndigas, empanadas, pastel de carne, achuras, etc.
- **Cocción correcta:** cocinar completamente hasta que no queden partes rosadas en su interior y sus jugos sean claros (mínimo 71°C en el centro de la pieza).
- **No consumir carne si tiene mal olor** al momento de prepararla o si perdió la cadena de frío.
- Las carnes **no deben descongelarse más de una vez** en caso de haber sido frizadas.
- **No usar el mismo cuchillo, tabla o mesada** donde se apoyó carne cruda para cortar otros alimentos, sin antes lavarlos con agua y detergente.
- **Evitar la contaminación cruzada:** en las áreas de preparación de alimentos limpiar y desinfectar las superficies, las tablas de cortar y los utensilios después de que hayan tomado contacto con carne cruda y/o sus jugos.

- **Separar las carnes crudas y/o sus jugos de los alimentos listos para consumir**, principalmente durante la compra, el almacenamiento y la preparación de los mismos.
- Consumir leche, derivados lácteos y jugos que estén **pasteurizados**.
- Conservar alimentos **frescos y cocidos en la heladera**.
- **Evitar la ingesta** de medicamentos sin indicación médica e infusiones caseras.

Fuente: diario 26