

Te damos 5 PUNTOS para evitar la contaminación cruzada de alimentos:



Lávate muy bien las manos después de ir al baño, después de manipular cualquier tipo de carne cruda o vegetales sin lavar y desinfectar, y antes de tocar alimentos que estén listos para ser ingeridos.



Evita que los utensilios con los que preparas alimentos crudos o sin desinfectar entren en contacto con alimentos cocidos o listos para su consumo



Usa trapos de cocinar distintos, uno para secar y otro para limpiar. El que es para limpiar, mantenlo en una solución desinfectante hecha con agua y gotas de cloro o de yodo (en el frasco de estas sustancias vienen las instrucciones de cuál es la proporción que hay que utilizar para hacer la mezcla).



Lava y desinfecta todos los utensilios, trapos y superficies que entren en contacto con los alimentos crudos, sobre todo si van a estar en contacto con aquellos que estén listos para comerse.



Cuando almacenes carne cruda y vegetales sin desinfectar, hazlo en los compartimentos inferiores y NUNCA sobre los alimentos listos para comerse. Mantén la comida en recipientes o bolsas de plástico bien cerradas.

Recuerda que es peligroso:

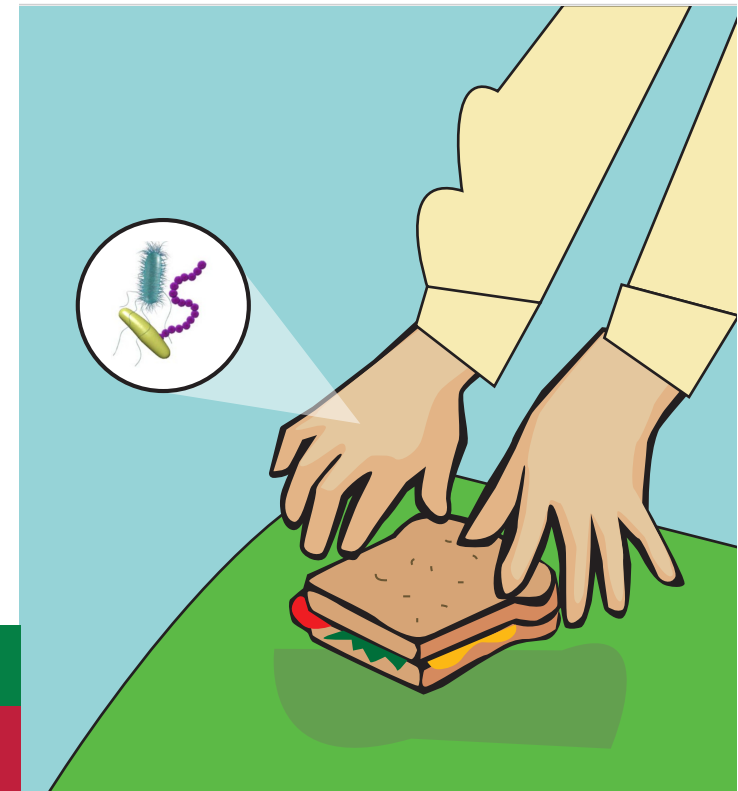
- Manipular los alimentos sin lavarse las manos después de ir al baño.
- Toser y estornudar sobre los alimentos. Si estás resfriado utiliza un cubrebocas.
- Tener heridas en las manos. Si es así, protégelas con un material resistente al agua.

Solución para desinfectar superficies, utensilios y trapos:

Para preparar soluciones desinfectantes pueden utilizar cloro. Agregar 8 ml o una tapita de cloro de uso doméstico por litro de agua, o bien, realiza esta solución conforme a las instrucciones del fabricante

¡Tú puedes proteger tu salud y la de los tuyos!

Contaminación Cruzada de los Alimentos



¿Qué es la contaminación cruzada?

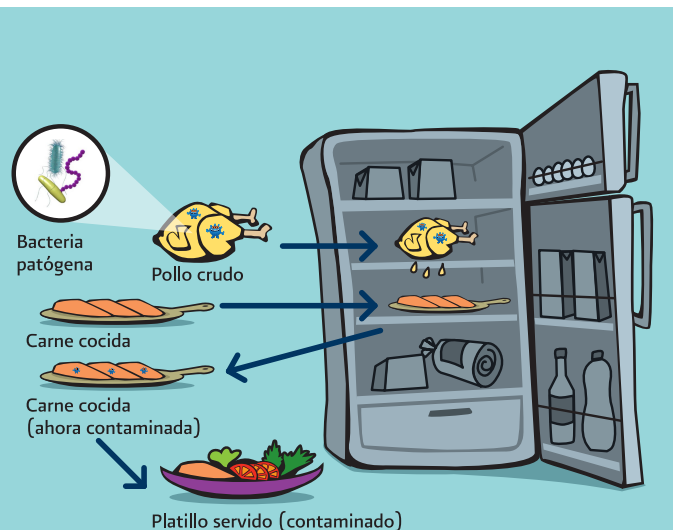
Es la transferencia de microorganismos como bacterias, virus y parásitos, desde alimentos crudos o sin desinfectar hacia alimentos que están listos para el consumo humano.

¿Cómo ocurre la contaminación cruzada?

Ésta puede ocurrir de tres maneras:

A) De alimento a alimento

En los alimentos crudos o sin lavar y desinfectar habitan microorganismos que pueden ser causantes de enfermedades. Estos microorganismos pueden contaminar alimentos cocidos o listos para consumir cuando se ponen en contacto directo con alimentos crudos o sus líquidos (sangre de la carne o suero de quesos).



Microorganismos



B) De persona a alimento

Las manos pueden contaminarse con microorganismos al tener contacto con alimentos crudos o sin desinfectar. Si no se hace un correcto lavado de manos, pueden ser transferidos a otros alimentos al momento de manipularlos.

Por ejemplo:

Cuando se manipula carne cruda y luego, sin lavarse las manos, se prepara un cóctel de frutas éste se puede contaminar con los microorganismos que estaban en la carne cruda.

C) De superficie a alimento

Ocurre cuando equipo y utensilios sucios (cucharas, cuchillos, trapos, tablas de picar) son puestos en contacto con alimentos que están listos para el consumo humano.

El resultado de estas tres situaciones es el consumo de alimentos contaminados que pueden provocar enfermedades gastrointestinales.

