

OTRAS RECOMENDACIONES GENERALES PARA EVITAR TOXIINFECCIONES ALIMENTARIAS POR SALMONELLA

- Para una correcta higiene de las manos se deben quitar anillos, joyas y adornos antes de comenzar la limpieza, tanto con agua y jabón como con soluciones de base alcohólica.
- Los responsables de la manipulación de alimentos deberían evitar llevar uñas artificiales y mantener las uñas propias cortas menos de 5mm, limpias y sin pintar.
- Evitar contaminaciones cruzadas manteniendo aislados los alimentos crudos de los ya cocinados, conservados en recipientes tapados, manteniendo los alimentos que así lo requieran a temperaturas de refrigeración adecuadas.



LA HIGIENE de MANOS es
TAREA de TODOS



PLAN GENERAL DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS DE LA SEGURIDAD SOCIAL 2019

Preparar y conservar bien los alimentos, cuidar la higiene personal evitará infección por Salmonelosis



LOGO

COMO PREVENIR LA SALMONELOSIS



MAZ | suma
Área de Actividades Preventivas



www.maz.es [@mutuamaz](https://twitter.com/mutuamaz) [/mutua-maz](https://www.linkedin.com/company/mutua-maz) [/mutuaMAZ](https://www.youtube.com/channel/UC...)

MAZ MUTUA COLABORADORA CON LA SEGURIDAD SOCIAL Nº11

Área de Actividades Preventivas

¿QUÉ ES LA SALMONELOSIS?

Las Salmonelosis constituyen un grupo de infecciones producidas por bacterias del género *Salmonella*, adquiridas por la ingestión de alimentos o bebidas contaminados; se caracterizan por estado febril asociado a manifestaciones gastrointestinales, diarrea y dolores abdominales, moderados o severos.

La *Salmonella* es la causa mayoritaria de los brotes de toxiinfecciones alimentarias y de alteraciones gastroentéricas.



¿EN QUE ALIMENTOS SE PUEDE ENCONTRAR?

Los alimentos que suelen estar contaminados en origen por *Salmonella* son:

- Los huevos frescos.
- Las carnes, especialmente las aves y las carnes picadas.
- La leche cruda y otros productos lácteos, si no han sido pasteurizados.
- Los vegetales regados con aguas contaminadas.



¿CÓMO PREVENIRLA?

- ✓ Deben cocinarse los alimentos con calor suficiente para que la temperatura en el interior del alimento alcance al menos 70°C, a esta temperatura se destruye la *Salmonella*.
- ✓ Las carnes de aves y las carnes picadas nunca han de quedar crudas o poco hechas en su interior.
- ✓ Lavarse las manos para manipular los alimentos con frecuencia.
- ✓ Comprobar que las superficies, recipientes y utensilios en contacto con los alimentos estén limpios antes y después de cada uso.
- ✓ Evitar el contacto de los alimentos crudos y de los cocinados o preparados.
- ✓ Lavar y desinfectar vegetales, sobretodo los de consumo en crudo.
- ✓ Una vez preparados los alimentos, si no se van a consumir de inmediato, mantenerlos en frío.



- ✓ Las carnes, pescados y mariscos han de estar refrigerados lo antes posible tras su compra.
- ✓ Hay que evitar que las carnes puedan escurrir sobre otros alimentos destinados al consumo en crudo.
- ✓ Inmediatamente antes de utilizar el huevo (no antes), se recomienda lavarlo con agua y detergente y secarlo bien. No se hará antes, ya que de lo contrario eliminaríamos una cutícula protectora de la cáscara que lo protege durante su conservación.
- ✓ Evitar la caída de trozos de cáscara en la yema y clara a la hora de cascar el huevo, desaconsejándose cascarlo en el borde de platos o recipientes.

