

EXCEL GESTION AMBIENTAL

SU MEJOR ALIADO EN SANEAMIENTO INDUSTRIAL®.

CERTIFICADO ISO 9001:2008 POR BUREAU VERITAS

MANEJO INTEGRADO DE PLAGAS (M.I.P.). EXCLUSIÓN DE AVES,

LIMPIEZA Y TRABAJO EN ALTURA, LAVADO Y DESINFECCIÓN DE TANQUES.



La Salmonelosis



La salmonelosis humana es una infección de origen alimentario provocada por la ingesta de un número elevado de bacterias viables (vivas) de algunas especies del género *Salmonella*, es una enfermedad infectocontagiosa producida por enterobacterias del género *Salmonella*, una de las infecciones alimentarias de más relevancia a nivel mundial.

Las salmonellas se encuentran de forma natural en el intestino del ser humano y de los animales, por lo que las heces son un foco de contaminación de los alimentos y del agua.

Las altas temperaturas y la falta de higiene en la cocina, así como la inadecuada manipulación de los alimentos, facilitan el crecimiento y la reproducción de la bacteria que origina este mal, entre cuyos síntomas se destacan diarrea, vómitos, fiebre, náuseas, dolor de cabeza y puede llegar a generar una gastroenteritis aguda. **Los síntomas aparecen entre las 8 y las 32 horas después de la ingesta de alimentos contaminados por la bacteria.** La hospitalización no es extraña si persiste la fiebre elevada y la diarrea, ya que se produce gran deshidratación, causada por la importante pérdida de líquidos.

La salmonelosis no llega a ser mortal, salvo en casos excepcionales de niños muy pequeños o de personas mayores que presentan un considerable deterioro de su salud. Los niños y los ancianos son, entonces, los principales grupos de riesgo, por lo que en estos casos deberán extremarse las precauciones y medidas de higiene. "En los pequeños de menos de dos meses puede llegar a ser muy grave".

➤ ¿Dónde se Producen las Infecciones?

El 50% de las infecciones se producen en la cocina, la bacteria llega en alimentos como las aves de corral o los huevos y puede transmitirse por contacto directo o indirecto a otros productos. Una vez en el alimento, y si las condiciones son las adecuadas, la salmonella es capaz de multiplicarse de forma peligrosa y aumentar su capacidad infecciosa, "este tipo de bacteria está en nuestro entorno", lo que **NO** debemos hacer es facilitar su crecimiento y reproducción, y una de las maneras es no rompiendo las cadenas de frío y de calor de los alimentos". La mayoría de las infecciones por salmonella están relacionadas directamente con los huevos crudos o poco cocinados, (mayonesa, clara batida, sopas o leche con yema), las aves mal cocidas y los alimentos cocinados que se mantienen a temperatura ambiente durante un tiempo prolongado son los implicados de forma más frecuente en la salmonelosis.

PBX: 4820404 – NIT. 830.063.663-4- CLL 42 No 27 A – 19 – BOGOTA D.C.

www.excel.com.co

EXCEL GESTION AMBIENTAL

SU MEJOR ALIADO EN SANEAMIENTO INDUSTRIAL®.

CERTIFICADO ISO 9001:2008 POR BUREAU VERITAS

MANEJO INTEGRADO DE PLAGAS (M.I.P.). EXCLUSIÓN DE AVES,

LIMPIEZA Y TRABAJO EN ALTURA, LAVADO Y DESINFECCIÓN DE TANQUES.

➤ **Los Peligros Del Huevo:**



Aunque no es el único alimento implicado, la mayoría de las infecciones por salmonella están relacionadas de forma directa con el huevo. El Instituto de Estudios del Huevo reconoce que uno de los principales riesgos de este alimento es la contaminación por salmonella. La cáscara, dice el instituto, se contaminan con las heces de las propias aves al pasar por la cloaca, pues las gallinas, así como otros animales y el hombre son posibles portadores. La salmonella se encuentra en la

cáscara, pero puede penetrar en el interior si no se mantienen unas condiciones de conservación adecuadas. Por ello, no se deben lavar nunca los huevos antes de meterlos en la nevera o fresquera, ya que como la cáscara es porosa, la humedad favorece la penetración de las bacterias al interior del huevo. Sin embargo, si los huevos se van a utilizar en ese mismo momento no implica mayor riesgo. La yema es el medio donde se desarrollan de forma más rápida. No compre huevos rotos, con restos de plumas o heces, pues son factor de contaminación. Aunque no necesitan condiciones especiales de conservación, guárdelos en el frigorífico para aumentar su vida útil. El recipiente donde se ha batido el huevo no debe contactar con la tortilla u otros platos ya elaborados. Existen varias vías de contaminación de este producto alimenticio, pero la clave siempre está en las medidas de prevención. Conviene tener en cuenta que la bacteria puede pasar al interior del huevo e infectar los otros productos con los que éste se mezcle. Además, la salmonella se reproduce a una gran velocidad en los alimentos frescos.

Las carnes (principalmente aves) y productos preparados a base de carnes picadas se deben cocinar a fondo. La temperatura y el tiempo serán suficientes para que estos alimentos no queden poco hechos en su parte central. Si están crudos, no los ponga en contacto con los ya cocinados, para evitar la contaminación cruzada.

➤ **Medidas de precaución:**

- Adquirir y utilizar sólo huevos envasados y etiquetados de forma correcta y, por tanto, procedentes de establecimientos autorizados. No usar huevos que estén sucios o rotos.
- Conservar los huevos frescos en el frigorífico desde su adquisición hasta el momento en el que se vayan a utilizar.
- Antes de utilizar el huevo, no antes, conviene lavar la cáscara con agua y detergente y secar bien, antes de cascar. El lavado **NO** debe hacerse antes para no debilitar la protección que ofrece la cáscara (porosa) frente a las contaminaciones.
- Si se adopta el lavado doméstico como medida protectora, éste no deberá realizarse sólo con agua o con estropajos. Se deberán lavar sólo huevos limpios, no manchados, mediante inmersión y con una solución acuosa de un desinfectante, preferentemente con unas gotas de hipoclorito, durante un mínimo de 5 minutos. En algunos casos se podrían emplear detergentes, pero si el enjuagado posterior no se realiza correctamente, existe el riesgo de que queden residuos químicos. Finalmente, hay

PBX: 4820404 – NIT. 830.063.663-4- CLL 42 No 27 A – 19 – BOGOTA D.C.

www.excel.com.co



EXCEL GESTION AMBIENTAL

SU MEJOR ALIADO EN SANEAMIENTO INDUSTRIAL®.

CERTIFICADO ISO 9001:2008 POR BUREAU VERITAS

MANEJO INTEGRADO DE PLAGAS (M.I.P.). EXCLUSIÓN DE AVES,

LIMPIEZA Y TRABAJO EN ALTURA, LAVADO Y DESINFECCIÓN DE TANQUES.



que proceder a enjuagar la cáscara con abundante agua y secar con papel de cocina limpio, no con paños o trapos.

- Tener cuidado para que no caigan trozos o restos de cáscara ni en la clara ni en la yema. Se desaconseja cascar los huevos en el borde del recipiente que se esta utilizando para tal fin.
- Los recipientes y utensilios utilizados para batir o prepara los huevos no deben entrar en contacto con otros alimentos y se han de lavar cuanto antes.
- Es necesario añadir a las salsas donde se utilice el huevo vinagre o limón, para acidificarla y así inactivar posibles gérmenes o, al menos, impedir su multiplicación. Aunque sea muy corto el lapso de tiempo entre preparación y consumo, se debe mantener las salsas recién preparada en refrigeración, hasta su consumo. Lo ideal es que la elaboración y el consumo se sucedan sin tiempos de espera.

➤ La salmonella en las ensaladas:



Las hojas de las ensaladas, al igual que otras hortalizas, verduras e incluso frutas, contienen en ocasiones microorganismos patógenos como "Salmonella" o "Escherichia coli (E.Coli)". Al tratarse de un alimento que se consume crudo, la eliminación de estos patógenos a través de un tratamiento térmico es poco probable. Conocer la manera en la que la "Salmonella" puede causar intoxicaciones alimentarias a través de las hojas de ensalada ha sido el centro de atención de una

investigación presentada durante la 21ª Conferencia Internacional del Alimento en Aberdeen, Escocia. Según este nuevo trabajo, llevado a cabo por expertos de la Royal University de Londres, algunas salmonelas utilizarían una especie de "filamentos largos" que les permitirían "nadar" y moverse alrededor de las hojas. La forma de adhesión sería similar a la de unos dedos finos y largos que se aferran a las hojas. La no presencia de estos filamentos no permite, en cambio, que las salmonelas se peguen a las hojas.

Si bien desde hace tiempo ya se conocen las vías de contagio (uso de fertilizantes contaminados, agua contaminada o el contacto con productos infectados durante el corte, el lavado, el almacenaje y la preparación), conocer cómo es el mecanismo a través del cual los patógenos se "atan" a la ensalada resulta primordial para poder desarrollar nuevos métodos de prevención y trabajar en distintas formas de lucha.

Uno de los mayores problemas en este ámbito es que el consumidor no puede, a simple vista, detectar si el alimento está contaminado: éste no muestra signos de infección, ni olores desagradables y la apariencia no es distinta a los alimentos "sanos". Hierbas aromáticas como la albahaca contienen, según el estudio británico, niveles de Salmonella que comportan un riesgo para la salud. La dificultad para detectar problemas de actividad bacteriana en este alimento refuerza los resultados como los obtenidos hasta ahora. Los responsables del estudio aseguran que ahora los pasos que se han de seguir tienen que ir encaminados a determinar el grado en que los diferentes tipos de hojas son más o menos susceptibles a la contaminación. Mientras, algunas medidas que se deben adoptar para reducir el riesgo son:

PBX: 4820404 – NIT. 830.063.663-4- CLL 42 No 27 A – 19 – BOGOTA D.C.

www.excel.com.co

EXCEL GESTION AMBIENTAL

SU MEJOR ALIADO EN SANEAMIENTO INDUSTRIAL®.

CERTIFICADO ISO 9001:2008 POR BUREAU VERITAS

MANEJO INTEGRADO DE PLAGAS (M.I.P.). EXCLUSIÓN DE AVES,

LIMPIEZA Y TRABAJO EN ALTURA, LAVADO Y DESINFECCIÓN DE TANQUES.

- No romper la cadena del frío.
 - Limpiar estos productos no sólo con agua, sino también con algún desinfectante apto para uso alimentario, y escurrirlos con agua abundante.
 - Mantener una estricta higiene personal.
 - Conservar las superficies de la cocina limpias.
- **Escherichia coli (E.coli):**

Esta enterobacteria es indicadora de contaminación fecal, muy común en el medio ambiente (agua o tierra), por lo que hortalizas y verduras (incluidas hierbas frescas) pueden contaminarse muy fácilmente. Por todo ello, los niveles de esta bacteria en verduras listas para su consumo en crudo deben mantenerse al mínimo. El 1,45% de las muestras contenían E.coli en cantidades mayores 1.000 ufc/g (unidades formadoras de colonias por gramo de producto, una medida de recuento que indica el número de microorganismos viables presentes en el alimento capaces de generar poblaciones tras su incubación), excediendo los criterios higiénicos establecidos por la normativa europea.

Existen muchos ejemplos de verduras frescas y frutas procedentes del mercado internacional que ocasionan enfermedades en los consumidores europeos, siendo especialmente numerosos los de verduras de hoja verde y hierbas frescas contaminadas, según demuestran estudios realizados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO). Las dos organizaciones concluyen que las verduras de hoja verde, entre las que se incluyen las hierbas frescas, tienen los mayores niveles de riesgos microbiológicos asociados a la producción de alimentos frescos. Esta aseveración está basada en el número de casos declarados de enfermedades gastrointestinales asociadas al consumo de este tipo de productos y al gran volumen de ellos que se cultivan y exportan siguiendo complicadas cadenas de producción.

➤ **¿Qué hacer en caso de intoxicación?**

Debido a los procesos diarreicos y a los vómitos que acompañan a toda toxiinfección, se produce gran pérdida de agua y sales minerales. Por ello, tomaremos desde el inicio suero oral ya preparado en farmacias o la solución rehidratante elaborada en casa (1 litro de agua hervida, zumo de uno o dos limones, dos cucharadas soperas de azúcar, 1-2 de bicarbonato y una de sal). Lo acompañaremos con otros líquidos templados (agua de arroz, té o manzanilla con limón).

A medida que mejoren los síntomas se realizará una dieta astringente a base de arroz, patata y zanahoria cocidos; pollo sin piel, carne magra de ternera o cerdo, pescado blanco a la plancha o hervido, plátano maduro, manzana rallada algo oxidada (astringente), membrillo, pomelo. Probar con un yogur natural no azucarado al día, le ayudará a regenerar y a recuperar el equilibrio de la flora intestinal antes de comenzar a tomar ningún otro lácteo. Una vez desaparezcan los síntomas, reiniciar progresivamente una alimentación normal.

PBX: 4820404 – NIT. 830.063.663-4- CLL 42 No 27 A – 19 – BOGOTA D.C.

www.excel.com.co



EXCEL GESTION AMBIENTAL

SU MEJOR ALIADO EN SANEAMIENTO INDUSTRIAL®.

CERTIFICADO ISO 9001:2008 POR BUREAU VERITAS

MANEJO INTEGRADO DE PLAGAS (M.I.P.). EXCLUSIÓN DE AVES,

LIMPIEZA Y TRABAJO EN ALTURA, LAVADO Y DESINFECCIÓN DE TANQUES.



➤ **Otras recomendaciones:**

Estas son las recomendaciones para otros tipos de alimentos en relación con la salmonella y otras toxiinfecciones alimentarias:

- Consumir alimentos que hayan sido tratados o manipulados higiénicamente: no se debe consumir leche sin tratamiento térmico (leche cruda). Las carnes, pescados y productos de repostería deben estar refrigerados o congelados.
- Cocinar correctamente los alimentos: los alimentos pueden estar contaminados por microorganismos. Si los alimentos se cocinan bien, estos microorganismos pueden ser destruidos por el calor. La temperatura a la que debe someterse el alimento debe ser suficiente para que alcance un mínimo de 70 grados centígrados en el centro del producto.
- Consumir los alimentos inmediatamente después de ser cocinados: es la mejor manera de evitar la proliferación de los gérmenes. No dejar nunca los alimentos cocinados a temperatura ambiente.
- Calentar suficientemente los alimentos cocinados: para conservarlos después de su preparación, puede mantener caliente hasta su consumo aquellos alimentos que lo permitan (sopas, purés, guisos?). Otro tipo de alimentos que no puedan ser sometidos a calor (ensaladas, gazpachos, etc.), deben ser refrigerados inmediatamente. No siempre es posible aprovechar sobras de una comida anterior, pero si decide hacerlo, caliente dichas sobras a la temperatura máxima antes de consumirlas.
- Evitar el contacto entre los alimentos crudos y los cocinados: un alimento cocinado puede volver a contaminarse por contacto con los alimentos crudos o con objetos que anteriormente hayan tocado un alimento crudo (cuchillos, tablas, superficies, trapos, etc.) El trapo de cocina o la bayeta puede ser un excelente vehículo de contaminación. Es preferible usar papel de cocina.
- Limpiar utensilios, tablas, superficies y manos al cambiar de un tipo de alimento a otro o de uno crudo a otro cocinado.
- Elegir materiales y utensilios de fácil limpieza y desinfección.
- Organizar la nevera: almacenar los alimentos preferiblemente envasados, colocando los cocinados en la parte superior y los crudos debajo.
- Asegurar una correcta higiene de la persona que va a manipular los alimentos y una limpieza adecuada de todas las superficies de la cocina. La persona que manipule alimentos debe observar unas estrictas prácticas higiénicas. Es imprescindible que tenga las manos siempre limpias, que las lave cada vez que haga falta y siempre que haga uso del servicio. Es muy importante hacer la limpieza de la cocina diariamente, como mínimo. Tener especial cuidado en almacenar la basura en recipientes lisos, lavables y cerrados y que éstos no se encuentren cerca de los alimentos.
- No consumir alimentos perecederos que estén expuestos a temperatura ambiente: En bares, cafeterías, restaurantes, etc., todos los alimentos deben estar protegidos por vitrinas y conservados en condiciones sanitarias adecuadas. Deben estar refrigerados siempre que sea preciso. Estas medidas deben ser exigidas por el consumidor, y cuando se observe que no se cumplen, los alimentos deben ser rechazados.

PBX: 4820404 – NIT. 830.063.663-4- CLL 42 No 27 A – 19 – BOGOTA D.C.

www.excel.com.co

EXCEL GESTION AMBIENTAL

SU MEJOR ALIADO EN SANEAMIENTO INDUSTRIAL®.

CERTIFICADO ISO 9001:2008 POR BUREAU VERITAS

MANEJO INTEGRADO DE PLAGAS (M.I.P.). EXCLUSIÓN DE AVES,

LIMPIEZA Y TRABAJO EN ALTURA, LAVADO Y DESINFECCIÓN DE TANQUES.

- Mantener los alimentos fuera del alcance de insectos, roedores y animales de compañía. No hay que olvidar que los animales pueden ser portadores de gérmenes patógenos y parásitos que originan enfermedades de transmisión alimentaria.
- Utilizar exclusivamente agua potable: el agua potable no es sólo imprescindible para beber, sino también para preparar los alimentos. Debe tener exclusivamente estos dos orígenes: aguas emvasadas o aguas de la red pública de distribución en la población. No se debe beber ni usar agua procedente de pozos que no esté potabilizada.
- En los tratamientos culinarios, trabajar siempre con marcha hacia delante para evitar cruces con etapas anteriores.

Fuente: http://www.consumer.es/web/es/salud/problemas_de_salud/2004/07/14/105824.php;
http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/aprender_a_comer_bien/enfermedad/2002/05/07/44321.php;
<http://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/2010/07/28/194657.php>;
<http://www.consumer.es/salmonella>; <http://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/ciencia-y-tecnologia/2007/06/29/28090.php> ; <http://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/ciencia-y-tecnologia/2004/02/25/11038.php>; <http://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/ciencia-y-tecnologia/2005/01/04/16044.php>; <http://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/sociedad-y-consumo/2001/04/11/21.php>; <http://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/sociedad-y-consumo/2008/10/06/180513.php>; <http://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/ciencia-y-tecnologia/2009/02/19/183505.php>.



PBX: 4820404 – NIT. 830.063.663-4- CLL 42 No 27 A – 19 – BOGOTA D.C.

www.excel.com.co