

# SETAS...

con SUMO cuidado

## - 6 CONSEJOS BÁSICOS PARA LA RECOLECCIÓN Y EL CONSUMO DE SETAS -

- 1.- Asegúrese de conocer bien las setas y recolecte únicamente aquellas que conozca.
- 2.- Evite consumir setas recogidas por otras personas, salvo que tenga absoluta seguridad de que son expertos en el tema.
- 3.- Recolecte sólo la cantidad que vaya a consumir. Las setas son alimentos perecederos y no pueden conservarse mucho tiempo en el frigorífico.
- 4.- No consuma setas recogidas en los bordes de las carreteras, ni las próximas a campos de cultivo o zonas industriales. Acumulan productos tóxicos.
- 5.- No crea todo lo que dicen los dichos populares sobre la comestibilidad de las setas.
- 6.- UNA SETA NO COMESTIBLE PUEDE SER MUY PARECIDA A OTRA QUE SÍ LO ES. Por tanto, deben consumirse sólo aquellas que se conozcan con certeza.

**¡NO OLVIDE QUE ALGUNAS SETAS SON MORTALES!.**

En caso de aparecer alteraciones digestivas o nerviosas después de comer setas, recomendamos acudir al centro sanitario más próximo, siendo importante llevar algún ejemplar de las setas ingeridas.

- Teléfonos de Interés: 112 (Urgencias) y 915 620 420 (Instituto Nacional de Toxicología)



**Junta de  
Castilla y León**  
Consejería de Sanidad

**Agencia de Protección de la Salud  
y Seguridad Alimentaria**

con SUMO cuidado