

Con el objetivo de garantizar la salud de los consumidores, la Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León programa actividades de control e inspección en los establecimientos e industrias alimentarias, consiguiendo un elevado nivel de seguridad de los alimentos.

Sin embargo, **recuerde que muchas enfermedades transmitidas por los alimentos tienen su origen en la incorrecta conservación y preparación de estos alimentos en los propios hogares.**

¿QUÉ ES LA SALMONELLA?

Es un germen que puede encontrarse en los alimentos, el agua y el medio ambiente contaminados con heces procedentes de animales o personas infectadas. Las bacterias pasan a los alimentos a través de manos sin lavar, superficies de trabajo sucias o de otros alimentos crudos, contaminados o insuficientemente cocinados.

Los huevos y sus derivados poco cocinados o crudos (mayonesas, clara batida y cremas), las carnes, especialmente de ave, y el pescado son los alimentos más frecuentemente contaminados, aunque la Salmonella también puede encontrarse en mariscos y otros alimentos.

La higiene personal, la correcta preparación y la adecuada conservación de los alimentos son las claves para evitar la salmonelosis.

**Prepare y conserve bien
los alimentos,
cuide su higiene personal
y tendremos un verano
sin salmonelosis**



**VERANO
VACACIONES
SOL, CALOR
~~SALMONELA~~
BAÑADOR
PISCINA**

**Este verano
sin salmonelosis**

Agencia de Protección de la Salud
y Seguridad Alimentaria

con SEMPO cuidada



¿Cómo se puede evitar la salmonelosis?

En verano, con el aumento de las temperaturas, se incrementa la probabilidad de que la *Salmonella* prolifere en nuestros alimentos. Evitando la salmonelosis **protegeremos a los más sensibles: niños y ancianos**



Hábitos para la compra

- Las carnes, pescados y productos de repostería deben estar refrigerados o congelados
- Rechace los huevos que no estén etiquetados y los que no lleven fecha de consumo preferente. Tampoco admita los sucios o rotos
- En bares, cafeterías, restaurantes, etc., rechace los alimentos elaborados, que precisando de refrigeración, estén expuestos a temperatura ambiente

Sea exigente en la higiene personal y especialmente:

- Cuidando que los niños laven con agua caliente y jabón sus manos después de jugar con su mascota: tortugas, pollos o patitos, perros, gatos, etc.; y siempre antes de comer
- Ayudando a sus ancianos, niños pequeños y personas discapacitadas a su cuidado, en su higiene personal y en especial en caso de diarreas
- Extremando la limpieza e higiene de sus manos cuando prepare los alimentos
- Comprando que las superficies, recipientes y utensilios en contacto con los alimentos estén limpios antes y después de cada uso



Almacene los alimentos racionalmente

- Refrigere las carnes, pescados y mariscos lo antes posible tras su compra
- Evite que las carnes escuman sobre otros alimentos que van a ser consumidos en crudo
- No lave los huevos pues la humedad favorece la penetración de la *Salmonella* a su interior

Extreme las precauciones al preparar la comida...

- No rompa el huevo en el borde de los recipientes donde los vaya a batir y emplee el recipiente únicamente para esta operación
- No separe las claras de las yemas con la propia cáscara del huevo
- Cuaje bien los tortillos
- Prepare la mayonesa con la máxima higiene
- Descongele las carnes y pescados en recipientes cerrados en el frigorífico
- Cocine suficientemente los mariscos adquiridos vivos

... y sea prudente al consumirla

- Evite comer huevos crudos o alimentos poco cocidos que contengan huevos crudos
- Evite consumir carnes insuficientemente cocinadas, especialmente las de ave
- No consuma leche cruda



Conservar la comida preparada adecuadamente

- No ponga en contacto los alimentos crudos con la comida preparada
- Utilice recipientes herméticos para guardar y mantener refrigerada la comida
- Conserve en el frigorífico los alimentos cocinados y sobras de comida hasta su consumo
- Cualquier mayonesa o salsa similar, si es casera debe consumirse inmediatamente tras su elaboración. Si es industrial debe mantenerla en frigorífico una vez iniciada su consumo
- Conserve siempre en frigorífico los pasteles, natillas, salsas, etc., y consúmalos en las 24 horas siguientes a su elaboración
- En sus excursiones no deje nunca los alimentos preparados al sol o en el interior del coche. Conserve los en una nevera portátil



**y así, con sumo cuidado,
conseguiremos un verano
sin salmonelosis**



Agencia de Protección de la Salud
y Seguridad Alimentaria

Con IUMD Cuidado



Junta de
Castilla y León