

Higiene de los alimentos:

¿cómo evitar la contaminación cruzada?

Si hablamos del cuidado de nuestra alimentación no debemos olvidar algo muy importante "La preparación" y no solo nos referimos al método en que se cocinará el alimento.

La preparación es un tema un poco más complejo de lo aparentado ya que representa escoger un alimento, seleccionar la manera en que se preparara es decir: el alimento se lavara, se desinfectara, se picara, cortara etc.

Pero, ¿por qué es tan importante saber cómo prepararlo?

Existen muchos factores que pueden dañar la composición de nuestro alimento y enfermarnos, únicamente por una mala manipulación de los mismos. A esto se le conoce como contaminación cruzada de los alimentos.

¿Pero que es la Contaminación cruzada? La Organización Mundial de la Salud (OMS) la define como la transferencia de agentes contaminantes de un alimento contaminado a otro que no lo está.

¿Cómo se contaminan los alimentos?

La contaminación puede ocurrir de 3 maneras:

a) Alimento a alimento

Es común cuando los alimentos están crudos, sin lavar y sin desinfectar, ya que en ellos habitan bacterias que pueden causar enfermedades. Estas bacterias pueden contaminar alimentos cocidos cuando se ponen en contacto directo con los alimentos crudos o sus líquidos como sangre o sueros.

b) Persona a alimento

Las manos pueden contaminarse con bacterias 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.

c) Superficie a alimento

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



Por esta situación es importante mantener una adecuada higiene en el majeo de nuestros alimentos ya que consumirlos contaminados pueden provocar enfermedades gastrointestinales.



Para nosotros es muy importante
tu opinión, **iEscríbenos!**

bewell@mx.lockton.com

