

Programa de Escuelas de Tiempo Completo

ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR ALIMENTOS

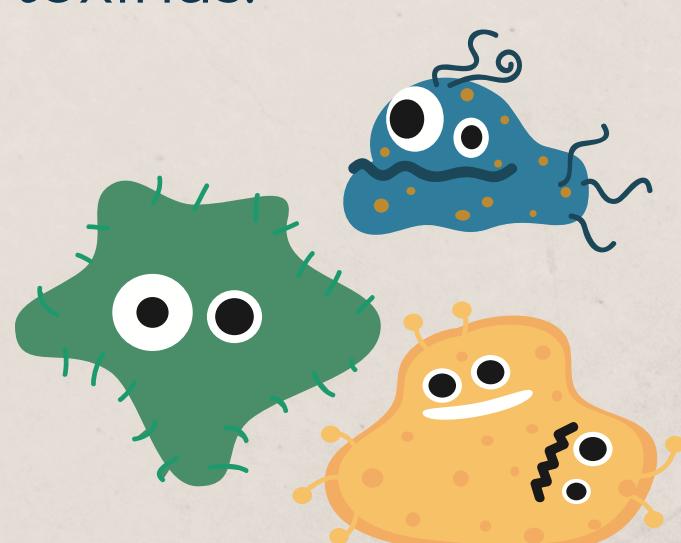
¿QUÉ SON?

Son las enfermedades provocadas por consumo de agua y/o alimentos contaminados, se pueden presentar como:

Infección: suceden por comer alimentos y/o agua contaminados por microorganismos.

Intoxicación: cuando los alimentos y/o agua se contaminan con toxinas de microorganismos o con algún producto químico.

Toxi-infección: al comer alimentos y/o agua contaminados por microorganismos peligrosos o sus toxinas.



SÍNTOMAS

- Dolor de cabeza
- Nauseas
- Vómito
- Dolor de estómago
- Diarrea
- Fiebre
- Debilidad

FORMAS DE CONTAMINACIÓN

- Agua contaminada.
- Alimentos crudos.
- Tierra y aire.
- Basura.
- Plagas y fauna nociva.
- Animales.
- Personas (manos y sudor).
- Utensilios, trapos, ropa y equipo.

CONDICIONES PARA REPRODUCIRSE

- **Humedad:** ambiente necesario para reproducirse.
- **Oxígeno:** les permite sobrevivir.
- **Alimento:** lo requieren para desarrollarse.
- **Temperatura y tiempo:** influye en la rapidez de su reproducción.



¿CÓMO SE PREVIENEN?

1. Limpieza: Mantener limpios y desinfectados los trapos, equipos, utensilios y superficies.

2. Agua y materia prima: Siempre usar agua potable para consumo y uso en la cocina; la materia prima se lava y desinfecta correctamente y se desecha cuando no cumple sus características optimas.

3. Separar alimentos crusos de cocinados.

4. Conservación correcta de los alimentos: Conocer las características de almacenamiento de cada alimento.

5. Cocción completa de los alimentos.

