

[Inicio](#) > Claves para mantener los alimentos inocuos

PREVENCIÓN

Claves para mantener los alimentos inocuos

Para prevenir enfermedades transmitidas por alimentos como el síndrome urémico hemolítico, el Senasa recomienda algunas pautas para tener en cuenta al cocinar.



Buenos Aires, 31 de julio de 2018 - Al cocinar los alimentos es importante que las personas tengan en cuenta el origen de los alimentos y las transformaciones que estos atraviesan. Especialmente porque deben saber que los alimentos, como resultado de prácticas inadecuadas de manipulación, pueden transmitir enfermedades.

En estos casos, la contaminación de lo que se consume suele darse por simples descuidos como poner carne cruda y verduras sin lavar en la misma tabla o no cocinar bien la carne de una hamburguesa, entre otras prácticas incorrectas.

Una de estas enfermedades es el síndrome urémico hemolítico (SUH), causada por algunas cepas de la bacteria *Escherichia coli* que suele estar presente en la materia fecal de animales y personas y afecta el sistema renal y urinario de los humanos, en especial los niños.

Por eso, en el marco de la campaña “SUH: pequeños grandes cuidados” el Servicio Nacional de Sanidad y Calidad Agroalimentaria (Senasa) recomienda una serie de consejos para tener en cuenta en las cocinas de los argentinos.

- **Utilice agua y alimentos inocuos:** Use agua potable y alimentos frescos. Siempre revise la fecha de vencimiento.
- **Mantenga la limpieza:** Lávese las manos con agua y jabón antes de comer o preparar alimentos y después de ir al baño. Limpie y desinfecte las áreas donde se preparan los alimentos.
- **Separe carnes y verduras crudas entre sí, y del resto de los alimentos:** Guarde los

alimentos en recipientes limpios y tapados. Utilice diferentes utensilios para preparar alimentos crudos y cocidos.

- **Cocine los alimentos completamente:** Cocine bien todos los alimentos, especialmente las carnes para prevenir el SUH.
- **Alimentos a temperaturas seguras:** Mantenga la leche, la carne, el queso y los alimentos perecederos refrigerados.

Para que un alimento sea seguro debe estar libre de contaminación por bacterias, virus, parásitos y agentes físicos y las sustancias químicas cumpliendo con los límites máximos legales.

¡Recuerde siempre lavarse las manos antes de comer o cocinar!

Martes, Julio 31, 2018 - 10:46

COPYRIGHT © 2015 SENASA ® - VERSION 2.2

SERVICIO NACIONAL DE SANIDAD Y CALIDAD AGROALIMENTARIA - AV. PASEO COLÓN N° 367 -
ACD1063 - BUENOS AIRES, ARGENTINA | TELÉFONO (+54 - 011) 4121-5000

Enlace del contenido:

<http://www.senasa.gob.ar/senasa-comunica/noticias/claves-para-mantener-los-alimentos-inocuos>