



Asociación de Enfermeras

AdENyD
de Nutrición y Dietética

Enfermedades Transmisibles por Alimentos (E.T.A.)

Marilourdes de Torres Aured



www.adenyd.es



[@adenyd_asoc](https://twitter.com/adenyd_asoc)



[@Adenyd](https://www.facebook.com/Adenyd)

Proyecto **VIP** (**V**ideos de **I**nformación a **P**acientes)

- Coordinadora del Comité Científico -

Marilourdes de Torres Aured

- Autora del audio -

Cristina Miguel Atanes

- Coordinadora del Proyecto -

Mercedes López-Pardo Martínez

- Presidenta de AdENyD -

Carmen Martín Salinas



www.adenyd.es



[@adenyd_asoc](https://twitter.com/adenyd_asoc)



[@Adenyd](https://www.facebook.com/Adenyd)

ENFERMEDADES TRANSMISIBLES POR LOS ALIMENTOS EN TIEMPOS DEL COVID-19

En tiempos del COVID-19, las medidas de higiene y seguridad siguen siendo las de obligado cumplimiento pero ahora añadimos un control más exhaustivo.

La manera de almacenar, cocinar y sobretodo cómo transportar los alimentos al domicilio, tiene un efecto preventivo contra este virus u otros similares.

Las normas de actuación sobre la higiene con los alimentos y con todos sus procesos culinarios son los mismos en todas las circunstancias.

Durante la pandemia añadimos más control sobre el manejo de las bolsas de la compra al llegar a casa y al tirar los restos a los cubos de basura reciclable.

En la situación de epidemia por este virus, rociamos las bolsas con lejía antes de tirarlas

Aislamos los restos de alimentos, los introducimos en una bolsa aparte antes de tirarlos en la bolsa de basura general.

Seguridad,
Higiene y
Control Crítico



OBJETIVO

**Reducir las E.T.A.
(Enfermedades Transmisibles por Alimentos)**

Enfermedades Transmitidas por Alimentos (E.T.A.)



Enfermedades Transmitidas por los Alimentos

EFECTOS

- Pueden ser graves e incluso mortales y se dan con todo tipo de alimentos.
- En los que existe un alto contenido en proteínas es donde se produce un mayor desarrollo de las bacterias.

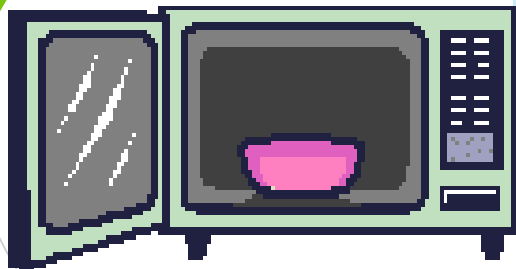
ALIMENTOS PROTEICOS

- Estos son leche, pescado, carnes, huevos y en ocasiones algunas hortalizas o también alimentos en conserva.





Factores que contribuyen en las E.T.A.



1. Inadecuado calentamiento o enfriamiento o recalentamiento de los alimentos.
2. Inadecuada conservación de alimentos cocinados con anterioridad al consumo.
3. Contaminación cruzada.
4. Incorrecta higiene personal
5. Ser portador de alguna infección y no poner las barreras oportunas.



Estas enfermedades transmisibles suelen estar producidas por:

Salmonela y E. Coli

Presentes en alimentos crudos de origen animal y en salsas con huevo o en postres lácteos.

Estafilococos,

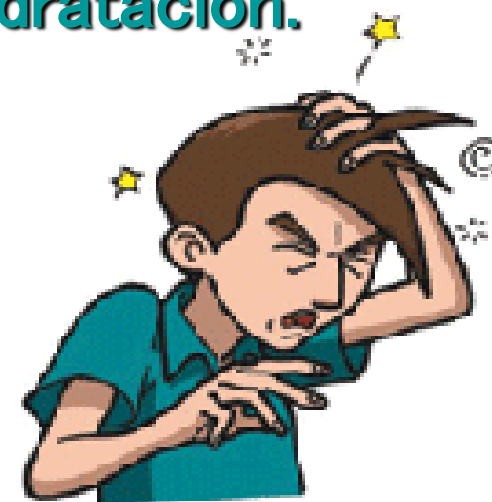
Al igual que el COVID-19 se encuentran en nariz, garganta y piel herida de los manipuladores, que los transmiten a los alimentos por una higiene deficiente.

Neurotoxinas del Clostridium botulinum

- Intoxicación letal
- Asociado con alimentos en conserva de preparación casera, o industrial defectuosa

Tratamiento farmacológico e hidratación.

Actuación ante
las E.T.A.



Adecuar la alimentación al estado físico

Factores responsables de contaminación más frecuentes



- Manipulaciones incorrectas y/o falta de limpieza en la manipulación.
- • Temperatura inadecuada en la conservación.
- • Cocción o fritura insuficiente en el corazón del producto.
- • **Contaminación cruzada, que se produce cuando se manejan alimentos crudos y cocinados sin la debida separación ni diferenciación de utensilios.**



Fundamental el lavado de manos



COVID-19

Medidas contra la contaminación de los alimentos

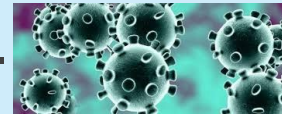


- Los alimentos no son hábitat natural para el coronavirus.
- Se podrían contaminar por



→ ser manipulados o preparados por personas portadoras del virus, que no usan protección.

→ ser expuestos al toser o estornudar, con partículas infecciosas que serían el vehículo del virus.



- Esta situación resulta muy improbable si al manipular los alimentos se cumplen con las normas de buenas prácticas en higiene.

Destrucción del COVID-19

En unos minutos con:

→ **Calor (más de 70°C)**

→ **Etanol (62-71%)**

→ **Peróxido de hidrógeno (0,2%)**

→ **Hipoclorito sódico (0,2%)**

← Alimentos cocinados

← Frutas y hortalizas
crudas y/o con cáscara

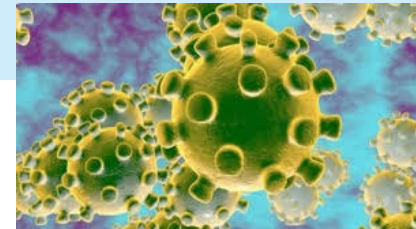
SIEMPRE QUE SE APLIQUEN SOBRE SUPERFICIES LIMPIAS.

COVID-19

No relajarse con
las Normas de
Buenas Prácticas



- Las frutas y hortalizas con cáscara, deben lavarse antes de pelarlas para que el cuchillo no favorezca – por arrastre- la contaminación cruzada (patatas, pepino, melón, sandía, naranjas para zumo,....)
- Si la fruta se va a comer cruda con piel o verdura cruda en ensalada, deben sumergirse esas piezas durante 5 minutos en agua potable con 1 cucharita de postre de lejía (4,5 ml) por cada 3 litros de agua. Después, aclarar con abundante agua corriente
- Tener la superficie de trabajo limpia con lejía.





OMS

ANEXO FINAL

**REGLAS DE ORO PARA LA
PREPARACIÓN DE
ALIMENTOS
RECOMENDADAS POR LA
ORGANIZACIÓN MUNDIAL
DE LA SALUD**



1. Elegir alimentos tratados higiénicamente desde su origen.
2. Cocinar bien los alimentos (alcanzando un mínimo de 65°C en el centro del producto).
3. Consumir los alimentos inmediatamente después de cocinar.
4. Conservar adecuadamente los alimentos cocinados.
5. Recalentar bien los alimentos (mínimo 65°C).
6. Evitar el contacto entre alimentos crudos y cocinados; y no usar los mismos utensilios a la vez.
7. Lavarse las manos con tanta frecuencia como sea necesario.
8. Mantener escrupulosamente limpias todas las superficies de trabajo en la cocina.
9. Proteger los alimentos de roedores y cualquier otro tipo de animales.
10. Utilizar para guisar, únicamente agua potable.

**Referencias bibliográficas.*

Esta presentación está revisada, ordenada y desarrollada por la autora, tomando como referencia las indicaciones y documentos de la AESAN, la OMS y la SESPAS, junto con la experiencia de 26 años, acumulada al ser Supervisora de la Unidad Funcional de Dietética y Nutrición del HUMS; y Responsable de su puesta en marcha e implantación, al principio de los años 90.

Marilourdes de Torres Aured
Colegiada n° 4777 del CODEZ

**Ante la duda consulte con su
enfermera**

www.adenyd.es



www.adenyd.es



@adenyd_asoc



@Adenyd

Proyecto **VIP** (**V**ideos de **I**nformación a **P**acientes)

- Coordinadora del Comité Científico -

Marilourdes de Torres Aured

- Autora del audio -

Cristina Miguel Atanes

- Coordinadora del Proyecto -

Mercedes López-Pardo Martínez

- Presidenta de AdENyD -

Carmen Martín Salinas