



Mediante 2.500 trípticos y contenidos en la web de la iniciativa 'El cocido caliente, enfrialo rápidamente'

## La Comunidad pone en marcha una campaña para reforzar el consumo seguro de alimentos cocinados

- Para prevenir la proliferación de bacterias se debe cocinar completamente la comida y enfriarla de forma rápida si no se va a consumir de inmediato
- En la Comunidad, la bacteria *Clostridium perfringens* causó 532 casos de gastroenteritis en los años 2016 y 2017

**27 de enero de 2019.**- La Comunidad de Madrid, a través de la Consejería de Sanidad, ha puesto en marcha una campaña informativa para reforzar el consumo seguro de alimentos cocinados y prevenir la proliferación de bacterias causantes de infecciones, principalmente gastroenteritis.

El lema de la campaña 'El cocido caliente, enfrialo rápidamente' se centra en este plato muy popular durante el invierno, que si se deja enfriar lentamente fuera de la nevera, pueda causar gastroenteritis.

De ahí que el mensaje clave de la campaña sea recordar que los alimentos deben cocinarse completamente y enfriarlos de manera rápida si no se va a consumir en el momento, para evitar la germinación de esporas de la bacteria *Clostridium perfringens*, causante de las gastroenteritis alimentarias.

La Dirección General de Salud Pública ha editado 2.500 trípticos interactivos que van a distribuir en establecimientos de restauración social (residencias de ancianos, comedores escolares, etc.) y restauración comercial (restaurantes, hoteles, etc.). Además, la información está disponible en la página web de la Comunidad de Madrid: <http://www.comunidad.madrid/servicios/salud/cocido-caliente-enfrielo-rapidamente>

A través del código QR que viene incluido en el tríptico se llega al enlace de la web de la Comunidad de Madrid donde puede encontrarse toda la información relacionada con esta bacteria, así como consejos para evitar la intoxicación y cómo proceder en caso de intoxicación alimentaria.

En la Comunidad de Madrid la bacteria *Clostridium perfringens* fue el agente responsable de 13 brotes de origen alimentario notificados en los años 2016 y 2017, con un total de 532 casos asociados notificados al Servicio de Epidemiología de la Dirección General de Salud Pública. La mayor parte de los



afectados había consumido cocido. El resto había ingerido otros guisos a base de carne (salsas de carne, estofados, lentejas, albóndigas, etc.).

La infección por *Clostridium perfringens* cursa a las 10 o 12 horas de consumir el alimento en cuestión, con gastroenteritis con diarrea, malestar general y dolor abdominal y la evolución suele ser benigna. La enfermedad afecta más a los niños y los ancianos.

Principalmente, existe más riesgo cuando los alimentos se preparan en grandes cantidades y con mucha antelación a su consumo, como ocurre en restaurantes, comedores o residencias. La elaboración anticipada del alimento dificulta enfriar rápidamente la comida y favorece el crecimiento de la bacteria.

Sanidad insiste en consumir de manera inmediata el alimento una vez cocinado, mantenerlo en caliente hasta su consumo (en fuego...) y enfriarlo rápidamente si se va a consumir más tarde (dos horas después...), bien introduciéndolo en el frigorífico, cambiándolo de recipiente, etc. Además, recuerda que el recalentamiento del alimento debe ser rápido y su consumo inmediato.

*Clostridium perfringens* es un microorganismo que forma parte de la microflora del intestino de los animales y de los humanos y, debido a su capacidad de formar esporas, está ampliamente distribuido por el ambiente: en el suelo, el polvo, la vegetación y los alimentos.

## LA INTOXICACIÓN ALIMENTARIA

Si se sospecha que se ha podido sufrir una intoxicación alimentaria, la Dirección General de Salud Pública insiste en acudir al médico de Atención Primaria para valorar el tratamiento, y no arrojar de manera inmediata los alimentos a la basura por si fuera necesario analizarlos.

También, hay que evitar preparar o manipular alimentos mientras se tengan síntomas y, en todo caso, mantener las recomendaciones de higiene en la preparación de alimentos.

Y por último, conviene acudir a los servicios de urgencias en caso de que se trate de una intoxicación con síntomas graves.