

Ante el uso generalizado de la comidas trasladadas en tarteras para su consumo en el trabajo o centros educativos

La Comunidad ofrece consejos sobre el uso seguro de tarteras para evitar infecciones alimentarias

- Mediante folletos informativos y recomendaciones en la web www.madrid.org/seguridadalimentaria
- Los envases deben ir identificados con el símbolo de la copa y el tenedor o con la mención “para contacto con alimentos”

5 de febrero de 2017.- La Consejería de Sanidad, a través de la Dirección General de Salud Pública, ha puesto en marcha una iniciativa para promover el uso seguro de tarteras y evitar posibles infecciones alimentarias, mediante la edición de 6.000 folletos informativos y recomendaciones en www.madrid.org/seguridadalimentaria. Los dípticos, disponibles también en esta web, se van a distribuir en ayuntamientos, colegios y Servicios de Salud Pública de la Comunidad de Madrid.

Ante el uso generalizado del transporte de alimentos en tarteras para su consumo en el trabajo o centros educativos, la Subdirección General de Higiene y Seguridad Alimentaria de la Dirección General de Salud Pública insiste en la conveniencia de seguir unas pautas de correcto manipulado de alimentos desde la compra del envase al transporte hasta el consumo, pasando por supuesto por la preparación de la comida.

El primer paso para garantizar un consumo seguro es elegir el envase adecuado, que debe estar identificado con el símbolo de la copa y el tenedor o con la mención “para contacto con alimentos”. Esta información aparece grabada en el propio envase o en etiquetas adheridas a la tartera o su envoltorio. En algunos casos, la información aparece en el cartel que acompaña al producto. Hay que asegurarse que los recipientes plásticos especifiquen que son aptos para el microondas si se va a utilizar éste.

A la hora de preparar la comida es prioritario mantener unas adecuadas prácticas higiénicas, de forma que no dejemos la comida fuera del frigorífico muchas horas. Un plato preparado no debe permanecer en el refrigerador más de 48 horas.

La mayoría de los alimentos que se trasladan en tarteras requiere refrigeración, de ahí la importancia de introducirlos en bolsas con tamaño adecuado y que eviten pérdidas de frío. Se aconseja el empleo de recipientes isotérmicos o de frío que se pueden adquirir en la mayoría de supermercados y tiendas de menaje. Si el desplazamiento es largo, podemos incluir botellas de agua congelada o acumuladores de frío (bolsas cerradas que contienen un gel refrigerante que permite mantener productos en frío).

ALIMENTOS RECOMENDADOS

Los alimentos más recomendables para comer de tartera son los hidratos de carbono (pastas, arroz, legumbres...) y platos de verdura. Debemos evitar aquellos que contengan huevo crudo o poco cocinado como mayonesas caseras o tortillas poco cuajadas, nata o carne picada. Si se opta por el pescado o derivados hay que asegurarse que está totalmente cocinado para evitar la proliferación de bacterias.

Se deben separar los alimentos crudos de los cocinados para evitar contaminaciones cruzadas, y deberá, en su caso, emplearse, más de un envase.

Al llegar al trabajo, centro educativo o lugar donde se vaya a comer, se debe introducir la bolsa que alberga la tartera en el frigorífico abriéndola para que penetre el frío. Si no se dispone de refrigerador, conviene incluir un acumulador de frío o una botella de agua congelada. En todo caso, hay que conservar la bolsa alejada de fuentes de calor o luz directa.

Salud Pública recuerda que si mantenemos la tartera a temperatura ambiente durante más de cuatro horas, las bacterias crecerán rápidamente y podemos tener una infección alimentaria como una salmonelosis o intoxicación por toxina estafilocócica.

Antes de comer, y tras lavarse las manos, hay que asegurarse de calentar completamente los alimentos, y si se emplea el microondas removerlos para que se caliente de manera uniforme.