

Las recomendaciones de la Dirección General de Salud Pública se encuentran en el portal web oficial de la Administración regional

La Comunidad de Madrid pide que se extremen las precauciones con las comidas este verano para evitar intoxicaciones alimentarias

- Aumentan este riesgo las altas temperaturas, unidas a una conservación, manipulación y cocinado incorrectos
- La salmonela, asociada a los productos elaborados con huevo, es la bacteria más frecuentemente causante de este tipo de problemas

14 de agosto de 2023.- La Comunidad de Madrid recuerda la necesidad de extremar en verano las precauciones con las comidas para evitar intoxicaciones alimentarias. Estas últimas se ven favorecidas por las altas temperaturas, lo que aumenta el riesgo cuando se suma a una conservación, manipulación y cocinado incorrectos.

La salmonela es la bacteria más frecuentemente implicada en este tipo de problemas, y está asociada principalmente con el empleo del huevo en la elaboración de tortillas, mayonesas y postres sin cocción, entre otros. En el caso de las primeras, los expertos en seguridad alimentaria subrayan que hay que hacerlas con la mínima antelación, consumirlas inmediatamente o mantenerlas en el frigorífico por un periodo máximo de dos días. Asimismo, deben someterse a un guiso completo, cuajando su centro y no servirlos en el mismo plato empleado para su preparación, evitando así una posible contaminación con los restos de huevos crudos.

Por otra parte, es absolutamente desaconsejable lavarlos con anterioridad, dado que la cáscara es muy porosa y pueden penetrar bacterias en su interior. Igualmente, nunca hay que cascarlos en el borde del recipiente donde se van a batir, ya que el agente patógeno podría estar en la superficie.

Se recomienda elaborar las salsas y mayonesas con el producto pasteurizado o industrial. En caso contrario, hay que hacerlo poco antes de su consumo, conservarlas en el frigorífico y no guardar las sobras. Del mismo modo, los postres manipulados han de permanecer a temperaturas de refrigeración.

El Gobierno regional también subraya el especial cuidado que hay que tener con la población vulnerable en el ámbito de la alimentación. Así, por ejemplo, nunca hay que dar fruta cortada, almacenada a temperatura ambiente durante más de

dos horas a mujeres embarazadas, población mayor, niños muy pequeños o personas con problemas de inmunidad.

CONSEJOS PARA COMIDAS PREPARADAS ENVASADAS

La Dirección General de Salud Pública recuerda también que las comidas preparadas envasadas no son conservas. A diferencia de estas últimas, que sí tienen estabilidad térmica y pueden guardarse a temperatura ambiente, las primeras deben mantenerse en el frigorífico a los grados indicados en la etiqueta. Hay que descartar los envases visiblemente abombados, perforados o aquellos que, al abrirlos, expulsan aire desde su interior.

Además, se deben seguir fielmente las instrucciones de preparación indicadas por el fabricante en la etiqueta del producto elaborado, al tratarse de una información que garantiza la seguridad de su consumo. Incluye la temperatura, el tiempo requerido para calentarlo y demás indicaciones de uso y no son, en definitiva, recomendaciones culinarias, como podría parecer a primera vista.

Todos estos consejos se encuentran disponibles en el portal web oficial de la Comunidad de Madrid, en distintos espacios sobre alimentación segura, entre los que destacan el [manipulado de huevos](#), [conservas caseras para evitar el botulismo](#), [picnics y barbacoas](#) o [frutas cortadas](#).