



# Las Enfermedades Transmitidas por Alimentos pueden ser peligrosas

En la comida pueden esconderse microorganismos o sus toxinas, causantes de enfermedades llamadas intoxicaciones alimentarias y algunas de ellas pueden ser muy graves.



**SALUD  
MGP**  
MAR DEL PLATA  
BATÁN



Prácticamente todos los alimentos poseen las condiciones necesarias para el desarrollo, multiplicación y supervivencia de microorganismos causantes de Enfermedades Transmitidas por Alimentos.

Algunos de ellos al ingresar a nuestro organismo se multiplican y luego de un tiempo de incubación causan diferentes enfermedades.

Otros durante su permanencia en el alimento se multiplican y eliminan una toxina que al ser ingerida junto al alimento nos provoca una intoxicación.

### **¿De dónde proceden estos microorganismos?**

La mayoría viven en el intestino del hombre o de animales y se eliminan en las heces, orina o saliva. Otros proceden de infecciones de heridas de la piel, de la garganta y nariz o de otras partes del cuerpo.

### **¿Cómo pasan al alimento?**

- > Uno de los principales focos de infección son las manos, sobre todo después del uso del sanitario por la abundancia de bacterias.
- > A través del polvo y la tierra que pueden volar en el ambiente donde hay gérmenes procedentes de deyecciones de animales, de esputos y basurales.
- > A través del agua si no es potable cuando se utiliza para el lavado de alimentos y utensilios.
- > A través de los insectos, especialmente moscas, que transportan los gérmenes que quedan adheridos en sus patas al posarse sobre material contaminado.
- > A través de utensilios mal lavados o expuestos a posible contaminación.

### **¿Cómo evitamos que nuestros alimentos se contaminen?**

- > Lavar las manos con agua segura y jabón antes de salir del sanitario y especialmente antes de manipular alimentos.
- > No dejando alimentos sobre mesadas, mesas, estanterías sin protección, evitando el contacto con polvo e insectos.
- > Manteniendo los utensilios, mesadas y superficies que estén en contacto con los alimentos limpios y desinfectados.

**Y si padecés alguna enfermedad que pueda ser transmitida por alimentos, no elabores comidas y sé cuidadoso con la higiene y desinfección.**

---

**Acordate que si observás alguna irregularidad en un comercio o industria relacionada con el sector alimenticio podés solicitar una inspección llamando gratis al 147.**

---