

# Toxiinfeccions Alimentàries

| MALALTIA                      | FONT DE LA INFECCIÓ                                                                                                                                     |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gastroenteritis               | Manipuladors que no s'han llavat les mans. Aigües contaminades amb abocaments fecals.                                                                   |
| Salmonel·losi                 | Consum de productes contaminats (vedella o pollastre poc cuits), ous, productes lactis.                                                                 |
| Toxiinfecció per estafilococs | Es dona en cremes, pastissos i mariscos. Menjar tractat amb poca higiene. Contacte amb pell de manipulador. Insuficient cocció. Deficient refrigeració. |
| Hepatitis A                   | Manipulador amb esta malaltia. Mariscos crus provinents d'aigües contaminades.                                                                          |
| Campilobacterosi              | Carn de vedella contaminada crua o poc cuita. Llet no pasteuritzada. Aigua contaminada. Mariscos contaminats.                                           |
| Yersinia                      | Productes lactis conservats a temperatura ambient. Carn de porc mal curada i envasada o els seus derivats.                                              |
| Intoxicació per clostridis    | Creix en aliments que es refreden lentament. Aliments mal refrigerats. Pot desenvolupar-se en carn i pollastre.                                         |
| Shigelosi                     | Manipulació d'aliments poc higiènica. Aliments conservats a temperatura ambient.                                                                        |
| Botulisme                     | Conserves mal processades (casolanes). Poc àcides (bajoquetes, pimentons, espàrrecs).                                                                   |
| Còlera                        | Peix i marisc contaminat. Aigua contaminada. Aliments contaminats.                                                                                      |

## Recomanacions per a hostalers i particulars en matèria d'higiene dels aliments per a evitar riscos de toxiinfeccions alimentàries

### Guia de bones pràctiques a la cuina.

- Vigile les dates de caducitat i condicions d'emmagatzemament dels aliments.
- No mantinga plats elaborats a temperatura ambient.
- Conserve els aliments peribles en refrigeració ( 0-5 °C) o congelació (-18 °C), fins al mateix moment d'utilitzar-los. Cal tindre en compte que les temperatures fredes, detenen el creixement microbià però no maten els bacteris.
- No refrede lentament plats cuinats.
- Per a cuinar o recalcar un plat, al centre de l'aliment s'ha d'arribar als +70° C. Impedix el creixement microbià. Calfe només el que consumisca.
- Evite la contaminació encreuada. Separe els aliments crus dels cuinats, tant durant la seua manipulació com en el seu emmagatzemament.
- No sobrecarregue el frigorífic, permetrà la circulació de l'aire fred. Organitze les lleixes per grups: lactis, carns, fruites, plats cuinats, etc.
- Mantinga una bona higiene personal i vigile la neteja del lloc on cuina i la dels utensilis que utilitza.
- No permeta que entren animals a la cuina. No oblide llavar-se les mans després de tocar-los, i no fume quant estiga cuinant.
- Mai agrane la cuina en sec quan hi haja aliments exposats.
- Llave els vegetals crus amb aigua potable i unes gotes de lleixiu. Rente'ls bé.
- Adquirisca productes etiquetats. L'etiqueta és una garantia de seguretat.



- Compre en establiments que garantisquen una correcta manipulació dels aliments, tant en la seua preparació com en la seua conservació.