



Información sobre Inocuidad de Alimentos



Campylobacter Preguntas y Respuestas

La bacteria "Campylobacter" es la segunda causa de enfermedades transmitidas por alimentos reportada con mayor frecuencia. Un enfoque completo sobre la inocuidad alimentaria desde la granja hasta la mesa es necesario para reducir la campilobacteriosis. Los granjeros, la industria, e inspectores de alimentos, los vendedores de alimentos, los trabajadores en servicio de alimentos y los consumidores son cada uno un eslabón crítico en la cadena de la inocuidad alimentaria. Este documento contesta preguntas comunes acerca de la bacteria "Campylobacter", describe cómo el Servicio de Inocuidad e Inspección de los Alimentos (FSIS, por sus siglas en inglés) del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés) está atendiendo el problema de la contaminación de productos de carnes y aves con "Campylobacter" y ofrece pautas para un manejo de alimentos para prevenir que bacterias, como "Campylobacter", causen enfermedades.

P¿Qué es Campylobacter?

R *Campylobacter* es una bacteria gram negativa, microaerófila y es una de las causantes de enfermedades diarreicas, bacterianas, más común en los Estados Unidos. *Campylobacter jejuni*, es la cepa asociada con la mayor parte de las infecciones reportadas en los seres humanos, puede estar presente en el cuerpo sin causar una enfermedad notable. Los organismos *Campylobacter* se pueden encontrar en cualquier lugar y comúnmente se pueden encontrar en el tracto intestinal de gatos, perros, aves, ganado vacuno, ganado porcino, roedores, monos, aves silvestres y en algunos humanos. La bacteria pasa a través del cuerpo en las heces y circula a través ambiente. También, se encuentra en agua no tratada.

P¿Qué daños puede causar la bacteria Campylobacter?

R La infección causada por la bacteria *Campylobacter* se llama campilobacteriosis y usualmente es causada consumiendo leche sin pasteurizar, carnes o aves crudas o no cocidas completamente, u otros alimentos y agua contaminados y por contacto con las heces de animales infectados. Aunque la bacteria puede estar presente en el trato intestinal de personas y animales sin causar ningún síntoma o enfermedad, estudios indican que el consumir *Campylobacter* en una cantidad tan pequeña como 500 células puede causar la enfermedad.

Los síntomas de infección con *Campylobacter*, los cuales ocurren usualmente entre 2 a 10 días después de ingerir la bacteria incluyen fiebre, dolor abdominal y diarrea (usualmente con sangre). En algunos casos, los médicos recetan antibióticos cuando la diarrea es severa. La enfermedad puede durar aproximadamente una semana.

Algunas complicaciones pueden incluir meningitis, infecciones de tracto urinario y posiblemente artritis (rara y casi siempre es de corta duración), y raramente el síndrome de Guillain-Barré, un tipo inusual de parálisis. A pesar de que muchas de las personas que contraen campilobacteriosis se recuperan completamente dentro de 2 a 5 días, algunas infecciones con *Campylobacter* pueden ser fatales, resultando en un estimado de 124 muertes al año.

P¿Quiénes son los más susceptibles?

R Cualquier persona puede enfermarse con *Campylobacter*. Sin embargo, los infantes y los niños pequeños, las mujeres embarazadas y sus bebés por nacer y las personas de edad avanzada están a mayor riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos, así como las personas con el sistema inmunológico débil (como aquéllos que sufren de VIH/SIDA, cáncer, diabetes, enfermedades de los riñones o que han tenido transplantes de órgano).

¿Cómo el *Campylobacter* se puede controlar?

R *Campylobacter* se puede detener en diferentes puntos de la cadena de producción y de mercadeo de los alimentos:

En la granja:

- Como es recomendado por el USDA, las buenas prácticas de saneamiento, en la granja disminuyen la oportunidad para que las bacterias se propaguen entre los animales y las aves.
- La pasteurización de la leche y el tratamiento de las fuentes de agua del municipio, eliminan otra ruta de transmisión del *Campylobacter* y otras bacterias.
- En la planta:
- Los alimentos crudos no son estériles y no existe ningún requerimiento de que éstos sean estériles. Las compañías procesadoras de alimentos son responsables de seguir prácticas de manufactura, apropiadas y vigentes, para disminuir las oportunidades para la propagación del *Campylobacter* y otras bacterias.

En la tienda:

- Una retirada de alimentos es un acto voluntario por parte del fabricante o distribuidor para proteger al público de productos que podrían causar problemas de salud o posiblemente la muerte. El FSIS lleva a cabo un número suficiente de medidas efectivas para verificar si la compañía que está retirando el producto ha contactado al distribuidor o vendedor.

Individuos:

- Reportando el problema es otra manera en la podemos controlar esta bacteria y prevenir que otros estén expuestos a la fuente de contaminación. Cualquier individuo que sufra de síntomas de campylobacteriosis debe comunicarse con un médico. Los médicos que diagnostican campylobacteriosis y los laboratorios clínicos que identifique este organismo, deben reportar los resultados con su departamento de salud local.

¿Qué está haciendo el FSIS para prevenir las infecciones causadas por *Campylobacter*?

R En su compromiso por asegurar que el público tenga un suministro de alimentos sano y libre de enfermedades, el FSIS está trabajando constantemente para mejorar el nivel de inocuidad y reducir los contaminantes en el suministro de carnes y aves.

En el 1998, el FSIS comenzó a imponer una combinación de procesos de control, muestras microbiológicas, estándares de cumplimiento para la reducción de patógenos y procedimientos operacionales de estándares de sanidad basados en el Análisis de Riesgos y Puntos Críticos de Control (HACCP, por sus siglas en inglés) que reducen significativamente la contaminación de carnes y aves con bacterias dañinas y para reducir los riesgos de enfermedades transmitidas por los alimentos. Los establecimientos pueden escoger el incluir *Campylobacter* en sus análisis de HACCP. Si el establecimiento identifica como posible la contaminación con *Campylobacter*, y es evidente que esto podría resultar en un problema durante el proceso, el FSIS espera que el establecimiento diseñe y tenga puntos de control en el lugar para prevenir este peligro microbiano hacia la inocuidad de los alimentos.

El HACCP clarifica las responsabilidades de la industria y del FSIS en la producción de productos inocuos de carnes y aves. La función del FSIS es asignar estándares apropiados de inocuidad de alimentos y de mantener una inspección fuertemente supervisada para asegurar que dichos estándares se cumplan.

El USDA está apoyando investigaciones para aprender más sobre el *Campylobacter* en los alimentos y cómo controlarlo.

Finalmente, el FSIS mantiene programas extensivos de educación sobre el manejo adecuado de los alimentos para ayudar a las personas a prevenir y a reducir los riesgos de enfermedades transmitidas por los mismos.

¿Cuál es la mejor manera de prevenir las infecciones por *Campylobacter*?

Las carnes y aves pueden contener *Campylobacter*. Sin embargo, la bacteria se puede encontrar en casi todas las aves crudas porque vive dentro del tracto intestinal de las aves saludables. Mejorando las prácticas de manejo adecuado de los alimentos en la cocina, reducirá el número de enfermedades con *Campylobacter*. La bacteria *Campylobacter* es extremadamente frágil y se puede destruir fácilmente por medio de la cocción hasta la temperatura interna mínima adecuada. También se destruye por medio de los sistemas típicos para tratar agua. No se puede confiar que la congelación destruirá la bacteria. Los congeladores caseros generalmente no están lo suficientemente fríos para destruir bacterias.

Para destruir la bacteria *Campylobacter* y disminuir los riesgos de una enfermedad transmitida por alimentos:

LIMPIAR: Lávese las manos y lave las superficies frecuentemente

- Lávese las manos con agua tibia y jabón por



20 segundos antes y después de manejar los alimentos y después de usar el baño, cambiar pañales y tocar mascotas.

- Lave los utensilios, tablas de cortar, platos y mostradores con agua caliente y jabón después de preparar cada alimento y antes de preparar el siguiente alimento.
- Considere utilizar toallas de papel para limpiar las superficies de cocina. Si usa paños, límpielos a menudo en el ciclo caliente de su máquina de lavar.

SEPARAR: No propague la contaminación

- Separe las carnes, aves y pescados crudos de otros alimentos en su carrito de compras y en su refrigerador.

- Si es posible, utilice una tabla de cortar para frutas y verduras frescas y otra separada para carnes, aves y pescados crudos.



- Lave siempre las tablas de cortar, platos, mostradores y utensilios con agua caliente y jabón, después que éstos tengan contacto con carnes, aves y pescados crudos.
- Nunca coloque alimentos cocidos en el mismo plato que fue utilizado para carnes, aves y pescados crudos.

COCINAR: Cocine hasta una temperatura adecuada

Utilice un termómetro para alimentos limpio cuando mida la temperatura interna de los alimentos y asegúrese de que las carnes, aves, cazuelas y otros alimentos se cocinen hasta una temperatura interna mínima adecuada:

- Cocine todos los asados, filetes y chuletas, de carne cruda de res, cerdo, cordero y ternero, hasta una temperatura interna mínima de 145 °F (62.8 °C), al medir con un termómetro para alimentos antes de remover la carne de la fuente de calor. Para inocuidad y calidad, permita un tiempo de reposo de al menos tres minutos, antes de picar y consumir la carne. Por razones de preferencia personal, los consumidores puede escoger cocinar las carnes hasta alcanzar una temperatura más alta.



- Carne molida de res, cerdo, ternera y cordero, hasta 160 °F (71.1 °C).
- Comidas con huevo y cazuelas, hasta 160 °F (71.1 °C).
- Toda ave debe alcanzar una temperatura interna mínima adecuada de 165 °F (73.9 °C), al medir con un termómetro para alimentos.
- Para prevenir enfermedades, cocine el relleno por separado hasta alcanzar 165 °F (73.9 °C).
- No coma o beba alimentos que contengan leche sin pasteurizar.
- Los pescados deben alcanzar 145 °F (62.8 °C), medido con un termómetro para alimentos.
- Recaliente hasta hervir las salsas, sopas y salsas de carne. Re-caliente completamente otras sobras hasta por lo menos 165 °F (62.8 °C).



- Marine los alimentos en el refrigerador.
- Divida las grandes cantidades de sobrantes de alimentos en recipientes llanos para que se enfríen rápidamente en el refrigerador.
- No llene demasiado el refrigerador. El aire frío debe circular para mantener los alimentos sanos.

ENFRIAR: Refrigere prontamente

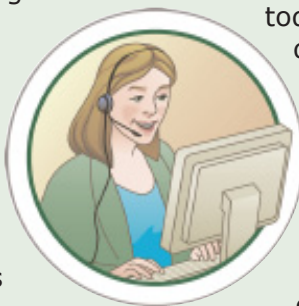
- En la casa, mantenga los alimentos sanos, refrigere prontamente y apropiadamente. Refrigere o congele los alimentos perecederos, los alimentos preparados y sobrantes de alimentos dentro de 2 horas [1 hora si la temperatura está sobre los 90 °F (32.2 °C)].
- Los congeladores deben registrar una temperatura de 0 °F (-17.8 °C) o menos y los refrigeradores, 40 °F (4.4 °C) o menos.
- Descongele los alimentos en el refrigerador, sumergidos en agua fría o en el horno de microondas. Los alimentos no se deben descongelar a temperatura ambiental. Los alimentos que se descongelen en el horno de microondas o sumergidos en agua fría se deben cocinar hasta una temperatura interna mínima adecuada antes de refrigerarse.

Para más información sobre la bacteria *Campylobacter*, visite la página electrónica de los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) al: <http://www.cdc.gov/nczved/divisions/dfbmd/diseases/campylobacter/>

¿Preguntas sobre inocuidad alimentaria?

Llame a la Línea de Información sobre Carnes y Aves

Si tiene preguntas sobre carnes, aves y productos de huevos, llame gratis a la Línea de Información sobre Carnes y Aves del Departamento de Agricultura de los EE.UU. al **1-888-674-6854**.



La Línea está abierta durante todo el año, de lunes a viernes, desde las 10 a.m. hasta las 4 p.m., hora del este (inglés y español). Puede escuchar mensajes grabados sobre la inocuidad alimentaria, disponibles durante las 24 horas del día. Visite la página electrónica, es Español, del FSIS, www.fsis.usda.gov/En_Espanol/index.asp

¡Pregúntale a Karen!

El sistema automático de respuestas del FSIS puede proveerle información sobre la inocuidad de los alimentos, 24 horas del día/7 días a la semana, y "charlas" en vivo durante las horas laborables de la Línea de Información.



PregunteleKaren.gov

Envíe sus preguntas por correo electrónico al **MPHotline.fsis@usda.gov**.