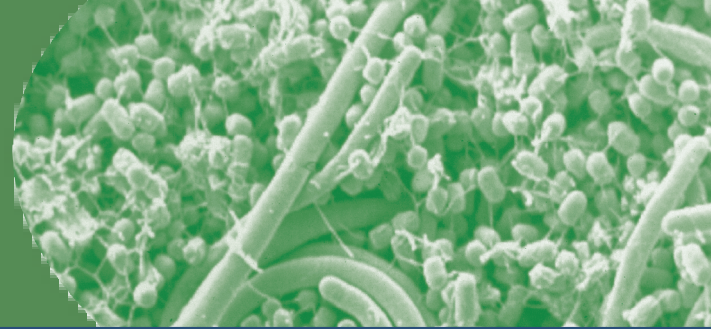




## Información sobre Inocuidad de Alimentos



# Salmonella Preguntas y Respuestas

**L**as bacterias "Salmonella" son la causa de enfermedades transmitidas por alimentos frecuentemente reportadas. Un enfoque completo sobre la inocuidad alimentaria, desde la granja hasta la mesa, es necesario para reducir la salmonellosis. Los granjeros, la industria, los inspectores de alimentos, los vendedores de alimentos, los trabajadores en el servicio de alimentos y los consumidores son cada uno un eslabón importante en la cadena de la inocuidad de alimentos. Este documento contesta preguntas comunes sobre la bacteria "Salmonella", 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 "Salmonella" y ofrece pautas para un manejo de alimentos que prevenga bacterias, como "Salmonella" causen enfermedades.

### ¿Qué es la Salmonella?

**R**La *Salmonella* es un bacilo en forma de bastoncillo, negativa a la tinción de Gram, que puede causar enfermedades diarreicas en los humanos. Son criaturas vivientes microscópicas que pasan de las heces de las personas o animales a otras personas u otros animales.

La familia *Salmonella* incluye sobre 2,300 serotipos de bacterias, las cuales son organismos unicelulares tan pequeños que no pueden ser vistos sin un microscopio. Dos serotipos de salmonellas, *Salmonella* Enteritidis y *Salmonella* Typhimurium, son los más comunes en los Estados Unidos y son los responsables de la mitad de todas las infecciones en humanos. Los tipos que no causan síntomas en animales pueden enfermar a las personas y viceversa. Si está presente en el alimento, usualmente no afecta el sabor, olor o apariencia de los alimentos. La bacteria vive en el tracto intestinal de los animales y humanos infectados.

Se conoce que la bacteria *Salmonella* ha estado causando enfermedades por sobre 100 años. Fueron descubiertas por el científico americano Dr. Daniel E. Salmon.

### ¿Qué es salmonellosis?

**R**La salmonellosis es una infección causada por la bacteria *Salmonella*. De acuerdo a los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), la salmonellosis causa un estimado de 1.4 millones de casos de enfermedades transmitidas por alimentos y más de 400 muertes anualmente en los Estados Unidos. El reporte de investigación del Programa Activo de Investigación de Enfermedades Transmitidas a través de los Alimentos (FoodNet, por sus siglas en inglés) del 2007, identifica a la *Salmonella* como la infección bacteriana más común reportada.

FoodNet es un proyecto colaborativo entre el CDC, los 10 lugares Programas de Nuevas Infecciones Emergentes (EPIs por sus siglas en inglés), el USDA y la Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés). Uno de los objetivos de FoodNET es medir la efectividad de diferentes medidas preventivas usadas para reducir la incidencia de intoxicaciones alimentarias atribuibles al consumo de carnes, aves y otros alimentos.

### ¿Cuáles son los síntomas de salmonellosis?

**R**Al pesar de que algunas personas no muestran síntomas de salmonellosis, la mayoría de las personas experimentan diarrea, dolor abdominal y fiebre entre 8 a 72 horas después de comer el alimento contaminado.

Síntomas adicionales pueden incluir escalofríos, dolor de cabeza, náusea y vómito. Los síntomas usualmente desaparecen dentro de un plazo de 4 a 7 días. Muchas personas con salmonelosis se recuperan sin tratamiento y quizás nunca visiten al doctor. Sin embargo, las infecciones con *Salmonella* pueden ser riesgosas para la vida, especialmente para 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 la gente con el sistema inmunológico débil (como aquéllos que sufren de VIH/SIDA, cáncer, diabetes, enfermedades de los riñones o pacientes de transplantes).

### **P¿Existen consecuencias a largo plazo?**

Usualmente, las personas con diarrea se recuperan completamente, aunque puede tomar varios meses antes de que la rutina de los intestinos vuelva enteramente a la normalidad. Un pequeño número de personas infectadas con *Salmonella* podrían desarrollar dolor en las coyunturas, irritación en los ojos y dolor al orinar. Ésto se llama el síndrome de Reiter. Puede durar meses o años y puede causar artritis crónica, que es difícil de tratar.

### **P¿Cómo las personas se enferman con salmonellosis?**

*Salmonella* vive en el tracto intestinal de los humanos y otros animales, incluyendo aves. La *Salmonella* es usualmente transmitida a los humanos por medio del consumo de alimentos contaminados con heces de animales. La *Salmonella* está presente en carnes y aves crudas y puede sobrevivir si el producto no se cocina hasta una temperatura interna mínima adecuada, medido con un termómetro para alimentos.

*Salmonella* también puede causar la enfermedad transmitida por alimentos, (salmonellosis), por medio de la propagación de bacterias, por ejemplo, cuando los jugos de carnes y aves crudas tienen contacto con alimentos listos para comer, como las ensaladas.

Los alimentos también se pueden contaminar por medio de una persona infectada, que muestre o no síntomas, manejando los alimentos con las manos sucias. La *Salmonella* también se puede encontrar en las heces de algunas mascotas, especialmente aquéllas con diarrea. Las personas se pueden infectar si no se lavan las manos después de tener contacto con estas heces. Particularmente, los reptiles tienen mayor probabilidad de contener *Salmonella*. Las personas siempre deben lavarse las manos inmediatamente después de manejar un reptil, aún cuando el reptil esté saludable.

### **P¿Qué alimentos tienen mayor probabilidad de enfermar personas?**

Cualquier alimento crudo de origen animal, como las carnes, las aves, la leche y los productos lácteos, los huevos y los pescados, así también como algunas frutas y vegetales pueden contener la bacteria *Salmonella*. La bacteria puede sobrevivir causando enfermedades si las carnes, las aves y los productos de huevo no son cocidos hasta una temperatura interna mínima adecuada, medido con un termómetro para alimentos, y si las frutas y vegetales no son lavados adecuadamente. La bacteria también puede contaminar otros alimentos que estén en contacto con las carnes y las aves crudas. Son necesarias las buenas prácticas de manejo de alimentos para prevenir que las bacterias en alimentos crudos causen enfermedades.

### **P¿Los pollos etiquetados como "Kosher", "sin - restricción" ("free-range"), "orgánico" ("organic") o "natural" tienen menos cantidad de bacterias Salmonella?**

El FSIS no conoce de alguna información científica que muestre que cierto tipo de pollo en específico tiene más o menos bacteria *Salmonella* que otras aves.

### **P¿Qué está haciendo el FSIS para prevenir la contaminación con Salmonella?**

El Servicio de Inocuidad e Inspección de los Alimentos es la agencia reguladora de salud pública dentro del USDA responsable por la inocuidad del suministro de carnes, aves y productos de huevo comerciales de la nación. Como parte de esta responsabilidad, el FSIS impuso en 1996 la Regla Final para los Sistemas de Análisis de Riesgo y Puntos Críticos de Control: Reducción de Patógenos (PR/HACCP, por sus siglas en inglés). Esta regla impone estándares de sanidad para *Salmonella* para usarse en establecimientos que sacrifican una clase seleccionadas de animales, utilizados para alimentos o para aquéllos que producen una clase seleccionada de productos molidos crudos, para verificar que los sistemas industriales sean efectivos, para controlar la contaminación de carnes y aves crudas con bacterias que causan enfermedades, como *Salmonella*.

Los inspectores del FSIS se aseguran de que los establecimientos estén cumpliendo con los estándares, recopilando muestras de productos seleccionados al azar y sometiéndolos a un laboratorio del FSIS para un análisis de *Salmonella*. El FSIS requiere que todas las plantas reduzcan las bacterias de acuerdo con el sistema PR/HACCP.

### **P¿Cómo los consumidores pueden prevenir la salmonellosis?**

**R**Las bacterias que se encuentran en los alimentos crudos de origen animal no tienen que causar enfermedades. La clave para prevenir las enfermedades en la casa, restaurantes, pasadías de Iglesia o en cualquier otro lado, es prevenir que las bacterias crezcan a altos niveles y destruirlas por medio de una cocción hasta la temperatura interna mínima adecuada. Siga estas pautas para una preparación adecuada de 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, vajilla 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 de toalla, 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, vajilla, 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 carnes, aves, cazuelas y otros alimentos y asegúrese de que éstos alcancen 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 pueden escoger cocinar las carnes hasta alcanzar una temperatura más alta. Cocine la carne molida de res, cerdo, cordero, y ternero hasta una temperatura de 160 °F (71.1 °C), al medir con un termómetro para alimentos.



## Salmonella Preguntas y Respuestas

- Toda ave debe alcanzar una temperatura interna mínima adecuada de 165 °F (73.9 °C), al medir con un termómetro para alimentos. .
- No se recomiendan las aves rellenas. Cocine el relleno por separado hasta alcanzar 165 °F (73.9 °C). .
- Comidas con huevo y cazuelas, hasta 160 °F (71.1 °C).
- 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 (73.9 °C).



### ENFRIAR: Refrigere prontamente

- Mantenga los alimentos sanos en la casa refrigerando pronto 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 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, 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 en agua fría se deben cocinar hasta una temperatura interna mínima adecuada inmediatamente después de la descongelación.
- Marine los alimentos en el refrigerador.
- Divida las grandes cantidades de sobrantes de alimentos en recipientes llanos para que se enfrien rápidamente en el refrigerador.

Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) <http://www.cdc.gov/salmonella/>

## ¿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](http://www.fsis.usda.gov/En_Espanol/index.asp)

### ¡Pregúntele 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**.