

08/07

L'Agència de Salut Pública de Barcelona adverteix dels riscos d'una mala manipulació dels aliments, tant a la llar com en establiments de restauració

A L'ESTIU CAL EXTREMAR PRECAUCIONS DAVANT DE LES TOXIINFECCIONS ALIMENTÀRIES

Les elevades temperatures de l'estiu afavoreixen l'aparició d'aquests brots, vinculats molt sovint al consum d'ous crus o poc cuits

Les toxiinfeccions alimentàries són malalties que es donen com a resultat d'haver ingerit aliments contaminats per gèrmens patògens (bacteris, virus i paràsits), les seves toxines, o per substàncies químiques. El més freqüent és que provoquin una gastroenteritis aguda. Tothom hi està exposat.

Es considera que hi ha una toxiinfecció alimentària quan 2 o més persones que han compartit un àpat presenten símptomes com nàusees, vòmits, diarrea, dolor abdominal, febre o, en algunes ocasions, símptomes neurològics. **Quan es sospita que hi ha una toxiinfecció alimentària cal declarar-ho amb urgència** a l'autoritat responsable de salut pública, que en l'àmbit de la ciutat és l'Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB).

La declaració d'una sospita de brot genera un procés d'investigació per part de l'ASPB que implica l'obtenció d'informació mèdica i dels aliments ingerits pels exposats, les anàlisis de laboratori per esbrinar l'agent causal i les inspeccions als establiments presumptament implicats, amb l'anàlisi del personal que hi manipula els aliments. **En els darrers anys hi ha hagut una mitjana de 30 toxiinfeccions alimentàries per any, afectant la meitat d'elles a unes 4 persones cada una.**

Per algunes toxiinfeccions alimentàries no és possible establir amb certesa l'agent causal. En, aproximadament, la meitat de les toxiinfeccions s'identifica la Salmonella com a agent causal, sent l'aliment implicat en la majoria d'aquests casos els ous crus o poc cuits. Respecte a l'àmbit on es produeixen aquestes toxiinfeccions, cal recordar que sovint apareixen en menjadors col·lectius, però no és estrany que es donin en l'entorn domèstic. Les toxiinfeccions es poden evitar seguint unes recomanacions bàsiques i tenint cura en la manipulació dels aliments frescos.

Com podem evitar una toxiinfecció alimentària

- Higiene acurada de les mans abans de la preparació dels aliments
- Higiene acurada de les mans després de manipular aliments crus i abans de manipular aliments cuinats
- Preparació dels aliments amb poca antelació
- Conservar els aliments en refrigeració
- Evitar la interrupció de la cadena de fred, refrigeració insuficient o mala descongelació
- Evitar l'escalfament o cocció insuficients
- Evitar menjar ous crus. Mantenir-los en refrigeració a una temperatura entre 0° i 6°. Els ous es poden congelar si es volen guardar durant molt de temps: els ous no es congelen amb la closca, cal batre la clara i el rovell i d'aquesta forma es poden guardar durant 1 any.

Altres riscos de toxiinfecció alimentària: **Anisakiosi**

Els anisakis són paràsits presents en alguns peixos. Si es menja peix cru o poc cuit amb aquest paràsit, pot provocar una malaltia que comporta dolor gastrointestinal, acompanyat o no de vòmits i nàusees.

Per evitar l'anisakiosi:

- ❑ Cal netejar bé el peix i treure'n les vísceres.
- ❑ Congelar tot aquell peix destinat a ser consumit en cru. Cal insistir en que la sal, el vinagre i el suc de llimona no eliminen el paràsit en el producte cru.
- ❑ Cuinar correctament el peix que vulguem servir, ja sigui fregit, cuit o al forn. N'hi ha prou amb cuinar-lo un mínim de 10 minuts a temperatura superior als 65°C.