



Departamento de Agricultura de los Estados Unidos
Servicio de Inocuidad e Inspección de los Alimentos

Inocuidad Alimentaria y Seguridad Alimentaria: Lo que Deben Saber los Consumidores



El Departamento de Agricultura de EE. UU. (USDA por sus siglas en inglés) ha estado protegiendo el suministro de alimentos de la nación por cerca de un siglo. Esta experiencia tan larga ha permitido que el Servicio de Inocuidad e Inspección de los Alimentos del USDA (FSIS por sus siglas en inglés) obtenga la pericia y desarrolle los sistemas para proteger el suministro de carnes, aves, y productos de huevo de nuestra nación contra la contaminación accidental o intencional.

Con una sólida infraestructura de inocuidad alimentaria en vigencia, el FSIS ha podido dedicarse a fortalecer los programas existentes y mejorar las líneas de comunicación interna y externa. Con la cooperación de la industria, los consumidores, y otras agencias del gobierno, el FSIS ha puesto en vigencia un sistema que, con mejoramientos realizados y por realizar, ha de responder apropiadamente a una emergencia de la seguridad alimentaria.

Índice

- PÁGINA 4** El Servicio de Inocuidad e Inspección de los Alimentos del USDA
- PÁGINA 5** Lo que deben saber los consumidores...
La manipulación correcta de los alimentos
- PÁGINA 7** Lo que deben saber los consumidores...
Intoxicaciones alimentarias
- PÁGINA 8** Lo que deben saber los consumidores...
Retirada de productos
- PÁGINA 9** Lo que deben saber los consumidores...
Cómo mantener los alimentos sanos durante una emergencia
- PÁGINA 10** ¿Qué alimentos y agua se debe mantener en el hogar?
- PÁGINA 11** ¿Cuánto tiempo se pueden guardar los alimentos enlatados?
- PÁGINA 12** Lo que deben saber los consumidores...
Cómo mantener seguro el abastecimiento de alimentos
- PÁGINA 13** Lo que deben saber los consumidores...
El riesgo de contaminación intencional
- PÁGINA 14** Lo que deben saber los consumidores...
Cómo reportar posible sabotaje de alimentos
- PÁGINA 15** Información adicional

El Servicio de Inocuidad e Inspección de los Alimentos del USDA

Una parte vital de la misión de salud pública del FSIS es asegurar la inocuidad y la seguridad del suministro de alimentos. El FSIS tiene, a diario, más de 7,600 inspectores y médicos veterinarios en plantas procesadoras de carnes, aves, y productos de huevo y en los puertos de entrada, para prevenir, detectar y afrontar problemas en asuntos de inocuidad alimentaria. El FSIS tiene, también, más de 100 empleados, a través de los Estados Unidos (EEUU), que se encargan de controlar carne, aves, y productos de huevo en los establecimientos importadores, a incluir, muelles, áreas de carga, y almacenes refrigerados o comunes. Estos empleados también supervisan, el movimiento de los productos a través de los canales de distribución.



El FSIS continúa buscando modos de mejorar la inocuidad alimentaria. Esto incluye el diseño de los mejores sistemas para vigilar casos de intoxicaciones alimentarias e identificar más rápidamente los síntomas. La Agencia también tiene el objetivo de asegurar que las estrategias para reducir el riesgo de intoxicaciones alimentarias estén basadas en los principios científicos y tecnológicos más avanzados, y de adaptar su personal para que respalde un sistema que cada vez se basa más en principios científicos y se orienta más hacia la salud pública.

El sistema de inspección implementado en todas las plantas procesadoras de carne y aves sometidas a inspección federal y estatal en el país está diseñado para prevenir la entrada de productos contaminados a los canales del suministro de alimentos, ya sea que la contaminación ocurra en forma natural o intencional. Los inspectores y médicos veterinarios del FSIS buscan rutinariamente todo lo que sea fuera de lo ordinario.

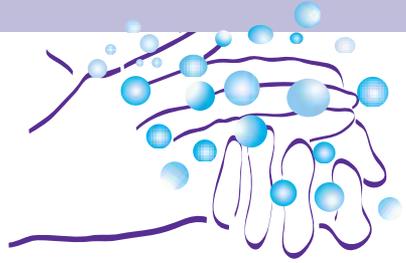
El FSIS y el Servicio de Inspección de la Salud de Animales y Plantas del USDA (APHIS por sus siglas en inglés) coordinan actividades para detectar enfermedades de animales que pudieran afectar la salud de los seres humanos y para neutralizar cualquier actividad que pudiera incapacitar la producción agrícola y dañar la economía de EE. UU. El FSIS, junto con otras agencias del gobierno federal, estatal y local, tiene un sistema extenso y altamente efectivo para proteger a los consumidores.

Una página electrónica con referencias para consumidores sobre la inocuidad alimentaria está disponible en www.foodsafety.gov. Este sitio de la red electrónica pertenece al gobierno y sirve como portal de entrada a la información sobre inocuidad alimentaria para el consumidor. Dicha página contiene noticias y alertas, consejos para consumidores y cómo ponerse en contacto con una serie de agencias de inocuidad alimentaria.

Lo que deben saber los consumidores...

La manipulación correcta de los alimentos

Los consumidores deben de seguir las reglas básicas para la manipulación correcta de los alimentos en todo momento para protegerse y asegurar que los alimentos que comen sean sanos. Estas reglas incluyen:



LIMPIEZA: Lavarse las manos y lavar las superficies de trabajo a menudo.

Mantenga todo limpio durante la preparación de las comidas. Lávese frecuentemente las manos y las superficies de trabajo de su cocina con agua y jabón. Lave las tablas de cortar, los platos, y demás utensilios después de preparar cada alimento y antes de proseguir con la preparación de otros. Se recomienda el uso de toallas de papel para limpiar las superficies de trabajo de la cocina.

SEPARACIÓN: No propague la contaminación. Separe las carnes, aves, pescados y mariscos crudos de los otros alimentos durante la compra en las tiendas y cuando las coloque en su refrigerador. Utilice una tabla de cortar para las carnes, aves, pescados y mariscos crudos y otra diferente para los demás alimentos. Nunca coloque alimentos ya cocidos en el mismo plato en que haya colocado carnes, aves, pescados y mariscos crudos, salvo que el plato se haya lavado bien.

COCCIÓN: Cuezca hasta alcanzar las temperaturas internas adecuadas. Utilice un termómetro para alimentos para verificar que las carnes, aves y platos con huevo alcancen las temperaturas adecuadas. No trate de calcular las temperaturas internas de los alimentos cocidos; use la tabla de temperaturas adecuadas que se encuentra a continuación. Mantenga las comidas calientes a 140 °F (60 °C) o más. Cuando se calienta las sobras, la temperatura interna debe llegar a 165 °F (73.88 °C); las salsas y las sopas se deben de hacer hervir.

REGLAS DE TEMPERATURA:

- | | |
|--------------------------|--|
| 145 °F (62.77 °C) | filetes y asados de carne de res, oveja y ternero, medio crudos (punto medio – 160 °F / 71.11 °C) |
| 160 °F (71.11 °C) | carne molida de res, cerdo, ternero y oveja; chuletas, costillas y asados de cerdo; platos con huevo |
| 165 °F (73.88 °C) | carne molida de aves; relleno, cazuelas y sobras |
| 170 °F (76.66 °C) | pechugas de pollo y de pavo |
| 180 °F (82.22 °C) | aves enteras, piernas, muslos y alas |



ENFRIAMIENTO: Refrigerere rápidamente. Refrigerere o congele los productos perecederos, los alimentos preparados y las sobras dentro de un plazo de dos horas. Coloque las sobras en recipientes poco hondos para que se enfríen rápidamente. El refrigerador se debe de mantener a una temperatura de 40 °F (4.4 °C) o menos y el congelador a 0 °F (-17.8 °C) o menos. Use un termómetro para aparatos domésticos para verificar la temperatura. Mantenga las comidas frías a 40°F (4.4 °C) o menos. Nunca descongele los alimentos a temperatura ambiente. Descongele en el refrigerador, bajo agua fría y corriente, o en el horno de microondas. Adobe o marine los alimentos en el refrigerador.

Los consumidores que compran alimentos frescos, empaquetados o enlatados, deben examinar bien los paquetes o latas para estar seguros de que éstos están intactos al momento de la compra. No compren paquetes que estén perforados o que parezca que han sido abiertos. Sigán las instrucciones en las etiquetas de los productos que han sido empaquetados con sellos de seguridad. No consuma los alimentos si los sellos están rotos. En cuanto a alimentos enlatados, no los coma si las latas están abolladas, rajadas o infladas. Estos signos sirven de advertencia de que los alimentos pueden ser dañinos.

Antes de abrir el envase, limpie bien la tapa. Una vez abierto, se debe examinar la comida. No utilice los productos que están desteñidos, mohosos, o que tiene mal olor. No utilice productos que, al abrir el envase, tengan líquido o espuma escapando en un chorro a presión. **Si tienen dudas acerca del producto, no lo prueben.** No utilice alimentos envasados enviados por correo por remitentes desconocidos.

Para obtener consejos o si usted piensa que un producto cárnico o avícola lo ha enfermado, **llame a la Línea de Información Sobre Carnes y Aves al 1-888-MPHotline (1-888-674-6854); TTY 1-800-256 -7072.** El FSIS tiene un sistema de vigilancia nacional para controlar y rastrear todas las quejas de los consumidores referentes a enfermedades o lesiones alimentarias. Este sistema es una herramienta poderosa que puede detectar la frecuencia y la distribución geográfica de casos de enfermedad, alimentos adulterados o alteraciones malintencionadas. La información obtenida mediante este sistema sirve para investigar e identificar productos alimentarios potencialmente dañinos.

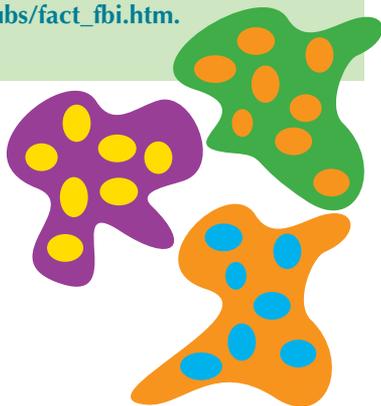
Si no se trata de un producto cárnico o avícola, todo reporte de posible problemas referente a la inocuidad alimentaria o alteraciones malintencionadas se debe dirigir a la Administración de Drogas y Alimentos (Food and Drug Administration, FDA por sus siglas en inglés) al teléfono 1-888-SAFE FOOD (1-888-723-3366).

LO QUE DEBEN SABER LOS CONSUMIDORES...

INTOXICACIONES ALIMENTARIAS

La intoxicación alimentaria comienza muchas veces con síntomas parecidos a los de la influenza o gripe, tales como náusea, vómitos, diarrea o fiebre. Cada organismo dañino puede producir diferentes síntomas. La edad y la condición física hacen que algunas personas corran mayor riesgo que otras, sin importar la clase de bacteria de que se trate. Los niños muy pequeños, las mujeres embarazadas, los ancianos y las personas con el sistema inmunológico débil (como quienes reciben tratamiento para el cáncer, tienen enfermedad renal, SIDA, diabetes, etc.) corren mayor riesgo de enfermarse con cualquier bacteria patógena. Algunas personas pueden caer enfermas al ingerir tan sólo unas cuantas bacterias; otras en cambio pueden permanecer libres de síntomas después de ingerir miles. Los síntomas ocurren por lo general entre una hora y tres semanas después de haber ingerido el alimento contaminado.

Toda persona preocupada por alguna enfermedad deberá consultar con un médico. Para información más detallada, acompañada de una tabla de síntomas asociados con las intoxicaciones alimentarias, lea el folleto Intoxicación Alimentaria, lo que Deben Saber los Consumidores, en la página electrónica www.fsis.usda.gov/OA/pubs/fact_fbi.htm.



Lo que deben saber los Consumidores...

Retirada de Productos

En cada caso de retirada del comercio de productos cárnicos o avícolas, el FSIS notifica al público de dos modos: a través de un comunicado de prensa y por medio de un Reporte de Aviso de Retirada (Recall Notification Report o RNR por sus siglas en inglés). El FSIS distribuye los comunicados de prensa a todos los periódicos locales y nacionales, y a todas las estaciones de televisión y radio para que la información sea difundida a los consumidores. Tanto los comunicados de prensa como los RNR también se incluyen en la página electrónica de retiradas del FSIS: www.fsis.usda.gov/OA/recalls/rec_intr.htm.

Los comunicados de prensa y los RNR contienen información que los consumidores y los abastecedores pueden usar para identificar el producto que está siendo retirado. Esta información incluye lo siguiente:

- una descripción del alimento que está siendo retirado;
- todo código de identificación, a incluir el número de establecimiento que se encuentra dentro del Sello de Inspección del USDA de la etiqueta (el número está precedido por las letras EST de “establecimiento” o la letra P de “poultry” o aves);
- la razón de la retirada;
- el nombre del productor;
- información sobre la distribución del producto;
- el riesgo a la salud involucrado; y
- los nombres de las personas que sirven de contacto en el FSIS y en la compañía que inicia la retirada.



Si usted descubre en su hogar un producto que ha sido retirado, no lo consuma sino devuélvalo a la tienda donde lo compró. Si usted se enferma por haber consumido un producto que ha sido retirado, consulte con un médico.

Lo que Deben Saber los Consumidores... Cómo Mantener los Alimentos Sanos Durante una Emergencia

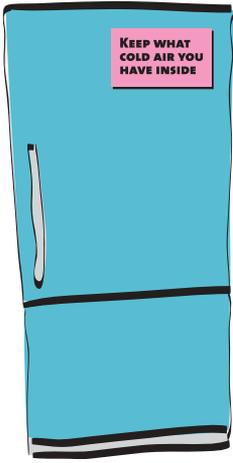
Hay momentos en los que los alimentos que tiene en su casa pueden resultar peligrosos si no se manipulan correctamente, como cuando hay un corte de la electricidad. Además, muchas organizaciones, incluyendo la Cruz Roja Americana y el Departamento de Seguridad del Territorio Nacional de los EE. UU., recomiendan a los consumidores que mantengan una provisión de alimentos no perecederos en su hogar para casos de emergencia.



¿Cómo podrá usted mantener sanos los alimentos durante un corte de la electricidad?

Mantenga cerrada la puerta del congelador para que el aire frío no se escape.

No abra la puerta si no es absolutamente necesario. Un congelador completamente lleno mantendrá la temperatura a nivel apropiado por dos días, más o menos; a medio llenar la temperatura se mantiene por un día. Si su congelador no está lleno, agrupe los paquetes para que formen un "iglú" que los proteja mutuamente. Si usted piensa que el corte de electricidad va a durar por varios días, procure conseguir hielo seco. Mantenga el hielo seco envuelto y no permita el contacto directo con la piel. Para el refrigerador se puede usar cubos o bloques de hielo.



Aún cuando los alimentos se han comenzado a descongelar, éstos se mantendrán inocuos en el congelador. Los alimentos del congelador que se han descongelado total o parcialmente antes que la electricidad retorne se pueden volver a congelar si es que todavía contienen cristales de hielo en el interior del paquete o si están a una temperatura interna de 40 °F (4.4 °C) o menos. Cada paquete se deberá evaluar por separado. "Si en la duda perdura, tírelo a la basura"

Los alimentos refrigerados, por lo general, se mantienen inocuos por unas cuatro horas. Mantengan la puerta cerrada en la medida de lo posible. Deseche todo alimento perecedero (como carnes, aves, pescados, huevos, y sobras) que hayan permanecido por encima de 40 °F

(4.4 °C) por dos horas o más. También deseche cualquier otro alimento que presente olor, color, o textura desusada o que se sienta tibio al tacto.

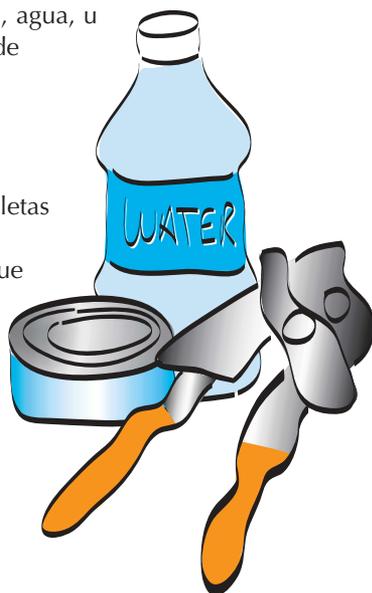
Mantengan un termómetro para aparatos domésticos en el refrigerador y en el congelador en forma permanente. De esta manera se evitará las dudas en cuanto al grado de enfriamiento de la unidad porque el termómetro indicará la temperatura exacta. La clave para determinar la inocuidad de los alimentos es saber que tan fríos están. La temperatura del refrigerador deberá estar a 40 °F (4.4 °C) o menos; la del congelador a 0 °F (-17.8 °C) o menos.

Información más detallada, acompañada de una tabla que indica cuáles alimentos se pueden guardar y cuáles se deben desechar, se puede encontrar en el folleto *Cómo mantener los alimentos sanos durante una emergencia*, ubicado en la página electrónica www.fsis.usda.gov/OA/pubs/pofeature.htm.

¿Qué alimentos y agua se debe mantener en el hogar?

La Cruz Roja Americana y el Departamento de Seguridad del Territorio Nacional de los EE. UU. recomiendan lo siguiente:

- Mantener una provisión de alimentos no perecederos y una cantidad de agua por persona suficiente para tres días (mínimo tres galones) para casos de emergencia.
- Como es probable que la electricidad se corte, compre alimentos que no necesiten refrigeración, cocción, agua, u otra preparación especial. Una buena selección de alimentos incluye frutas secas, frutas y verduras enlatadas, latas de carne, aves y pescado que no requieran refrigeración; frascos de mantequilla de maní (cacahuètes) y jalea; paquetes pequeños de cereales, barras de cereal con fruta (granola) y galletas de soda; leche en polvo, sin grasa; y envases pequeños de jugos. Escoja latas pequeñas para que no tenga que refrigerar las sobras después de abrirlas.
- No se olviden de incluir fórmula para bebés, comida para los animales domésticos, y alimentos para los miembros de la familia que requieren dietas especiales.



- Tenga a la mano un abridor de latas manual.
- Esta provision se deben de utilizar y reemplazar con nuevos cada cierto tiempo.

Más ideas sobre que alimentos tener disponibles se pueden encontrar en la página electrónica www.ready.gov.

¿Cuánto tiempo se pueden guardar los alimentos enlatados?

Almacenen los alimentos enlatados y no enlatados que no requieren refrigeración en un lugar fresco y seco. No los coloque nunca encima de la hornilla, debajo del lavadero, en un garaje o sótano húmedo, o en ningún lugar expuesto a temperaturas extremas, ya sea altas o bajas. Almacenen los alimentos que contienen mucho ácido, como tomates y otras frutas, por 18 meses más o menos. Los alimentos con poco ácido, como carnes y verduras, se pueden guardar de dos a cinco años.

El riesgo más peligroso, aunque muy raro, de los alimentos enlatados es la presencia de una toxina producida por la bacteria *Clostridium botulinum*. **NUNCA USE** alimentos provenientes de recipientes que tienen signos de posible botulismo: goteos, abultamiento, oxidación, o abollamiento mayor; frascos rajados o con tapas flojas o abultadas; alimentos enlatados que despidan mal olor; o cualquier recipiente que expele líquido a presión al momento de abrirlo. **¡NO PRUEBE ESTOS ALIMENTOS!** Aún la cantidad más pequeña de toxina botulínica puede resultar mortal.



Lo que deben saber los consumidores...

Cómo mantener seguro el abastecimiento de alimentos



Desde los ataques del 11 de setiembre del 2001, el compromiso del FSIS de proteger el abastecimiento de carnes, aves, y productos de huevo contra cualquier forma de contaminación, sea accidental o intencional, se intensificó como nunca había ocurrido.

Los inspectores del FSIS han permanecido en estado de alerta elevada para detectar actividades desusadas o sospechosas y buscar la ayuda de las autoridades policiales si fuera necesario. El FSIS vuelve a inspeccionar los productos cárnicos y avícolas importados antes de permitir su ingreso a la cadena de distribución alimentaria de los EE. UU. La Agencia coopera con el Servicio de Aduanas de los Estados Unidos y otras agencias para prevenir la entrada de cargamentos ilegales al país. El FSIS también trabaja en forma íntima con el FDA, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) y la Agencia de Protección del Medio Ambiente (EPA por sus siglas en inglés), así como también con los departamentos de salud locales y estatales para coordinar los esfuerzos en materia de la bioseguridad y compartir información sobre enfermedades.

Además, el FSIS está ofreciendo capacitación en materia de vigilancia de la seguridad alimentaria para todos los empleados del campo de operaciones. El FSIS está reforzando la seguridad en los laboratorios y expandiendo la capacidad científica para detectar agentes biológicos y químicos y determinar su origen. Los laboratorios del FSIS forman parte de una red nacional que se utilizaría en caso de acciones malintencionadas que pudieran poner en peligro la inocuidad alimentaria.

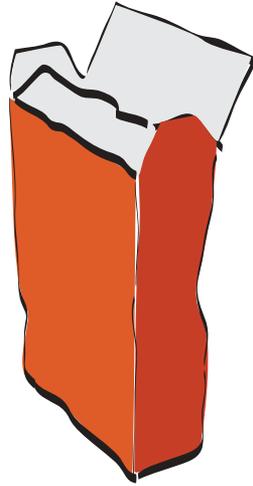
En 2002, EL FSIS publicó ha publicado unas pautas que las plantas procesadoras de carne, aves, y productos de huevo pueden usar para mejorar sus medidas de seguridad. Las empresas particulares juegan un papel vital en la disminución de las amenazas de intervenciones malintencionadas mediante la limitación del ingreso a las áreas de procesamiento, la verificación de la inocuidad de los ingredientes, el mejoramiento de los materiales de empaquetamiento para frustrar las intervenciones malintencionadas, y reforzando la seguridad de los vehículos de transporte.

Lo que Deben Saber los Consumidores...

El Riesgo de Contaminación Malintencionada

Casi todo alimento, bebida u otro producto que se ingiera puede presentar riesgo. Sin embargo, las medidas de seguridad establecidas por los productores y procesadores de alimentos, los establecimientos de servicio alimentario y los minoristas, así como también las medidas de sentido común de los consumidores, pueden reducir enormemente las oportunidades de que los alimentos sean utilizados como armas para atacar nuestro país. La mayoría de las medidas vigentes para conservar la inocuidad alimentaria son igualmente efectivas contra la contaminación intencional. Si se recibieran amenazas específicas y fehacientes, el USDA, en cooperación con otras agencias de seguridad del territorio nacional, mantendrá al público informado sobre las medidas que se tomarían.

Los consumidores también pueden jugar un papel al reportar toda característica desusada de las carnes, aves, y productos de huevo a las autoridades locales de salud pública, a la **Línea de Información Sobre Carnes y Aves del USDA llamando al 1-888-MPHotline (1-888-674-6854)**, o a las autoridades policiales si fuera necesario.



Lo que Deben Saber los Consumidores... Cómo Reportar Posible Sabotaje de Alimentos



Examine todas las envolturas de alimentos cuidadosamente. Conozca la apariencia normal de los envases de alimentos. De este modo le será más fácil notar si falta un sello o envoltura externa. Compare el envase sospechoso con otros alrededor. Si sospecha que su producto ha sido sabotado, póngase en contacto con las autoridades policiales o de salud pública local. Si el alimento contiene carnes, aves, o productos de huevo, también puede comunicarse con la **Línea de Información Sobre Carnes y Aves del USDA llamando al 1-888-MPHotline (1-888-674-6854)** de 10:00 a.m. a 4:00 p.m., hora del este. Fuera de horas de oficina, llame al número de emergencia del Centro de Servicio Técnico de FSIS, 1-800-233-3935. Para ayudar, haga lo siguiente:

Preserve la evidencia. Si queda una porción del alimento sospechoso y no es riesgoso preservarlo, envuélvalo bien, márkelo con la palabra “PELIGRO” y congélelo. Guarde toda la empaquetadura, a incluir, etiquetas, latas o cajas. Anote el tipo de alimento, la fecha y otras señas particulares del paquete, el lugar y la tienda donde compró el alimento, la fecha y hora cuando se consumió y cuándo comenzaron los síntomas. Guarde también cualquier otro paquete idéntico que no se haya abierto. Los recibos de la compra se deben guardar.

Busque tratamiento en la medida de lo necesario. Si usted se enferma y cree que su enfermedad se debe a un alimento, póngase en contacto con su médico. Las personas pertenecientes a un grupo “en riesgo” (los niños muy pequeños, los ancianos o los que tienen el sistema inmunológico débil) deben buscar tratamiento médico inmediatamente. Si los síntomas persisten o se tornan severos (diarrea con sangre, náusea y vómito excesivos o fiebre alta) llame al médico inmediatamente.

Llame al departamento de salud pública local si el alimento sospechado fue servido en una reunión numerosa, en un restaurante u otro establecimiento de servicio alimentario, o si se trata de un producto comercial.

Llame a la Línea de Información Sobre Carnes y aves del USDA al número 1-888-MPHotline (1-888-674-6854) o envíe un mensaje electrónico a MPHotline@fsis.usda.gov si el alimento sospechado es un producto cárnico o avícola. Para todos los demás alimentos, notifique al FDA al teléfono 1-888-SAFEFOOD (1-888-723-3366).

Información Adicional

Para mayor información sobre inocuidad alimentaria, visite los siguientes lugares de la amplia red mundial (WWW):

Portal del Gobierno para Información sobre Inocuidad Alimentaria

www.foodsafety.gov

Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA)

www.usda.gov

Información sobre la Bioseguridad

www.fsis.usda.gov/OA/topics/biosecurity.htm

Servicio de Inspección de Salud de Animales y Plantas

(APHIS por sus siglas en inglés)

www.aphis.usda.gov

Departamento de Seguridad del Territorio Nacional

www.dhs.gov

Información sobre cómo prepararse para una emergencia

www.ready.gov

Administración de Drogas y Alimentos (FDA)

www.fds.gov/opacom/hottopic/bioterrorism.html

Agencia Federal de Administración de Emergencias

(FEMA por sus siglas en inglés)

www.fema.gov

Red de Extensión Educativa sobre Desastres

(EDEN por sus siglas en inglés)

www.agctr.lsu.edu/eden/

Biblioteca Nacional de Agricultura (NAL por sus siglas en inglés)

www.nal.usda.gov/fnic/emerg.html

Cruz Roja Americana

www.redcross.org/services/disaster/beprepared/food.html



USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual a todos.

Agosto 2003



USDA

KEEP WHAT COLD AIR YOU HAVE INSIDE