



LAS PRECAUCIONES PARA LA SEGURIDAD DE LOS ALIMENTOS

UPDATED: 02/2014

En caso de corte de energía eléctrica, tome las debidas precauciones para asegurar que sus alimentos sean seguros. El riesgo de intoxicación por alimentos aumenta cuando los refrigeradores y hornos no funcionan. Elimine todos los alimentos que han estado a temperatura ambiente por dos horas o más, y cualquier alimento que tenga olor, color o textura inusuales. Sólo recuerde: **¡Ante la duda, mejor tirarlo!**

Se pueden manipular los alimentos de manera segura y evitar enfermedades generadas por la comida siguiendo estos simples pasos:

- Siempre tenga un termómetro en su refrigerador. La temperatura debe ser de 41 grados o menor.
- Un refrigerador completo mantendrá las temperaturas frías por más tiempo que uno que esté parcialmente lleno. Prepare muchos paquetes de hielo o refrigerante adicional para asegurar una temperatura fría constante. Si es posible, 25 libras de hielo seco mantendrán un refrigerador de diez pies cúbicos por debajo de la temperatura de congelamiento durante 3-4 días. Tenga cuidado al manipular el hielo seco y use guantes gruesos y secos para evitar lesiones.
- El alimento descongelado generalmente se puede comer si aún conserva la “temperatura fría de la heladera”.
- Los huevos y otros alimentos deben ser almacenados a 41 grados Fahrenheit (F) o apenas un poco por debajo. No ingiera alimentos que se pueden haber echado a perder.
- Siempre lave sus manos con jabón y agua que haya sido hervida o desinfectada y dejado enfriar. Debe lavarse las manos antes de preparar o comer los alimentos y después de usar el baño, cambiar un pañal, manipular alimentos crudos, jugar con una mascota, manipular basura, atender a un enfermo o lesionado, sonarse la nariz, toser o estornudar, después de participar en las actividades de limpieza de las crecidas y después de manipular objetos contaminados con el agua de las inundaciones o aguas residuales.
- No provoque contaminaciones cruzadas. Esto sucede cuando las bacterias nocivas pasan a un alimento desde otros alimentos, tablas de cortar o utensilios. Nunca coloque ningún tipo de alimento en un plato que antes contuvo carne, pollo o pescado crudos.
- Al asar los alimentos, precaliente el carbón por 20-30 minutos o hasta que el carbón esté ligeramente cubierto de ceniza.
- Utilice un termómetro para carnes para asegurarse de que el alimento alcance una temperatura interna segura.
 - Las hamburguesas y la carne de ave deben cocinarse a 160 F.
 - Las partes de la carne de ave: 170 F.
 - Los rosbifs, bistec y otros cortes grandes de bife: 145 F (vuelta y vuelta) y 160 F (a punto).
 - El pescado debe cocinarse hasta que la carne quede opaca y se descame con facilidad.

- Utilice recipientes esterilizados para el alimento y agua de sus mascotas. Asegúrese de que las mascotas no beban de las superficies de agua contaminada.

Para obtener más información sobre la seguridad de los alimentos, comuníquese con la línea directa gratuita de Carne de Res y de Ave del Servicio de Inspección y Seguridad de Alimentos (FSIS) del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) al 1-888-674-6854. Los especialistas en seguridad de alimentos (de habla hispana y de habla inglesa) atienden de 10 a.m. a 4 p.m. EDT los días de semana todo el año.

Para más información, favor de comunicarse con el departamento de salud del condado local o visite www.floridahealth.gov o www.floridadisaster.org.

Línea telefónica de información de emergencia de Florida: 1-800-342-3557