



EDITORIAL

## Enfermedades por alimentos

El verano trae consigo días soleados y momentos al aire libre, pero también un riesgo latente: el aumento de intoxicaciones alimentarias. Las altas temperaturas aceleran la descomposición de alimentos, propiciando la proliferación de bacterias que pueden generar cuadros severos, desde molestias digestivas hasta hospitalizaciones.

En la región de Arica y Parinacota, las cifras recientes reflejan esta preocupación. Durante el 2024, la Seremi de Salud reportó 72 brotes de enfermedades transmitidas por alimentos. Sin duda un aumento respecto a los 54 respecto al mismo período de 2023.

Sin embargo, ni en restaurantes ni en locales itinerantes es donde parece surgir el problema. La principal causa de estas enfermedades proviene de comidas y platos preparados en el hogar, lo que pone de manifiesto un grave

problema en cuanto a la manipulación e higiene de los mismos.

Lo cierto es que la tasa regional de afectados por Enfermedades Transmitidas por alimentos fue de



**La principal causa de estas enfermedades proviene de comidas y alimentos preparados en el hogar”.**

100,5 por cien mil habitantes en el período de enero al 21 de diciembre del 2024. Es decir, una tasa tres veces mayor a la nacional.

Los expertos insisten en la necesidad de extremar precauciones. Comprar en comercios establecidos, re-

frigerar alimentos a menos de 5 °C y lavar frutas y verduras son medidas clave. También es fundamental cocinar pescados y mariscos durante al menos cinco minutos y transportar productos perecibles en coolers con hielo para evitar la pérdida de la cadena de frío. Ante síntomas como vómitos, diarrea y fiebre, consultar a un médico resulta vital, especialmente para poblaciones vulnerables como niños, adultos mayores y personas inmunodeprimidas. La deshidratación severa y la afectación de órganos vitales pueden ser consecuencias graves de una intoxicación alimentaria.

El verano no tiene por qué ser una temporada de riesgos. Aplicar medidas de higiene con rigor no solo protege nuestra salud, sino que garantiza disfrutar. Cuidar lo que comemos es, en definitiva, cuidar de nosotros mismos y nuestras familias.