

Expertos llaman a extremar medidas ante aumento de enfermedades transmitidas por alimentos

SALUD. 17 brotes de ETAs se han registrado en la región a la fecha. Lavar frutas y verduras antes de consumir y mantener carnes, pescados y lácteos refrigerados, entre las recomendaciones.

Constanza Caldera Pfeiffer
 constanza.caldera@mercurioantofagasta.cl

Dolor de estómago, vómitos, diarrea y fiebre son parte de los síntomas que pueden presentar frente a una intoxicación alimentaria, cuyo riesgo aumenta durante los meses de verano dada las altas temperaturas, las cuales generan una descomposición más rápida de los alimentos. De ahí que expertos llamen a extremar los cuidados para evitar padecer estos cuadros que pueden derivar incluso en hospitalizaciones.

Algo que ya se ve reflejado en el número de afectados por estos cuadros en la región. De acuerdo a las cifras de la Unidad de Epidemiología de la Seremi de Salud, del 1 al 28 de enero de este año se reportaron 17 brotes de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA) en la región, los cuales afectaron a 100 personas. De este número, cuatro de estos casos están asociados al consumo intradomiciliario, mientras que los restantes 13 corresponden a locales de alimentos.

Una cifra que si bien es menor respecto al número de brotes en igual periodo del año 2024, cuando registraron 20 brotes (15 en locales de alimentos y 5 domiciliarios), no así en afectados (hubo 95 afectados).

En tanto, según cifras del Departamento de Estadísticas



ESPECIALISTAS LLAMAN A EVITAR CONSUMIR ALIMENTOS PREPARADOS EN PUESTOS CALLEJEROS.

“Las enfermedades de transmisión alimentaria pueden provocar desde síntomas leves hasta complicaciones severas que requieren hospitalización”.

Betzabé Gajardo
 académica UANDES

e Información de Salud (DEIS) en las primeras cinco semanas epidemiológicas se han reportan 21.327 atenciones de urgencias por cuadros de diarrea aguda en la región. En tanto, en igual periodo del año 2024 se habían registrado 25.956.

“Es necesario lavar siempre las frutas y verduras antes de consumirlas y mantener carnes, pescados, lácteos y huevos refrigerados”.

Pasme Seleme
 Unidad Alimentos Seremi de Salud

MEDIDAS
 Respecto de las medidas que debe tomar la población para prevenir el contagio de ETAs, la coordinadora de la Unidad de Alimentos y Saneamiento Básico de la Seremi de Salud, Pasme Seleme destaca la importancia de comprar solo en

“Con el fin de prevenir intoxicaciones alimentarias se deberá refrigerar los alimentos que así lo requieren a temperaturas menores de 5°C”.

Daniela Robles
 académica U. Santo Tomás

el comercio establecido y de evitar consumo de alimentos preparados en locales callejeros sin autorización.

“Además, es necesario lavar siempre las frutas y verduras antes de consumirlas y mantener carnes, pescados, lácteos y huevos refrigerados

hasta el momento mismo de su preparación. En el caso de pescados y mariscos, hay que trasladarlos en contenedores que mantengan la cadena de frío y consumirlos siempre cocidos, recordando que los mariscos deben hervir por al menos cinco minutos”, dijo Seleme.

Asimismo, insistió en la necesidad de lavar las manos con agua y jabón antes y después de preparar los alimentos, y separar los alimentos crudos de los cocidos y sus utensilios, para así evitar riesgo de contaminación cruzada.

La jefa de carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Santo Tomás sede Antofagasta, Daniela Robles explicó que el verano hace más susceptibles los alimentos a una proliferación de distintos microorganismos dañinos para nuestro cuerpo, ya que las elevadas temperaturas aumentan el riesgo de salmonella, listeria monocitogenes y escherichia coli comunes de aparecer en alimentos cárnicos, pescados y mariscos, lácteos y preparaciones con crema y huevo crudo.

“Con el fin de prevenir intoxicaciones alimentarias se deberá refrigerar los alimentos que así lo requieren a temperaturas menores de 5°C, evitando la pérdida de cadenas de frío por lo que en caso de llevar a la playa, por ejemplo, se sugiere el uso de coolers con hielo,

coldpack o geles refrigerantes”, señaló.

Por último, Robles destacó que ante síntomas como náuseas, vómitos, diarrea, fiebre y dolores abdominales intensos se deben consultar a un médico, pues podría estar sufriendo una intoxicación alimentaria que “en casos graves puede ocasionar deshidratación severa o afectación en órganos vitales, sobre todo en grupos de riesgos como niños, adultos mayores, embarazadas e inmunodeprimidos”, enfatizó.

En tanto, la académica de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de Los Andes, Betsabé Gajardo destaca que “el verano puede ser una época de alto riesgo para la inocuidad alimentaria si no se toman las precauciones necesarias, ya que con el calor, las bacterias encuentran el ambiente ideal para desarrollarse en cuestión de horas”.

Asimismo, Gajardo detalla que estas bacterias patógenas pueden provocar distintos síntomas, los que pueden derivar en complicaciones graves.

“Las enfermedades de transmisión alimentaria pueden provocar desde síntomas leves como dolor de estómago y diarrea hasta complicaciones severas que requieren hospitalización. Es importante ser conscientes de estos riesgos y aplicar medidas de higiene y conservación con rigor”, puntualizó. ☞