

**C**

Columna

Alberto Godoy Tordoya  
Seremi de Salud

## Para un "18" seguro y sin enfermedades

**E**l miércoles comienzan cinco días de fiesta, periodo ideal para descansar, celebrar, compartir con amigos y familia. Nuestras Fiestas Patrias deben vivirse con entusiasmo, alegría y también seguridad.

En ese marco, el gobierno -liderado regionalmente por la Delegación Presidencial- está desarrollando el plan "Unidos por un 18 seguro", iniciativa que busca generar un ambiente de tranquilidad y seguridad para la comunidad.

En materia de salud, desde comienzos de agosto iniciamos un amplio despliegue fiscalizador en carnicerías, fábricas de empanadas, restaurantes, supermercados y distribuidoras, con el propósito de verificar el cumplimiento a la norma sanitaria y evitar los brotes de enfermedades transmitidas por alimentos (ETA).

Con ese objetivo, la Seremi de Salud programó a nivel regional la inspección de 100 locales establecidos y más de 300 fiscalizaciones a negocios transitorios como son las tradicionales ramadas. A partir de este fin de semana, dispondremos de turnos especiales para vigilar la adecuada manipulación y preparación de alimentos en las ramadas, tarea que -con anticipación- consideró capacitaciones a propietarios y trabajadores de estos locales.

Sin embargo, la tarea de impedir la aparición de enfermedades gastrointestinales también es de la propia población. Para eso, es importante atender una serie de sencillas -pero im-

portantes- medidas preventivas. El lavado frecuente de manos es fundamental durante la preparación de los alimentos. También la adecuada conservación de las carnes, descongelándolas al interior del refrigerador y no a temperatura ambiente.

Hay que evitar la contaminación cruzada mediante el uso de tabla de cortar exclusiva para la carne y otra para las verduras. Cuando compre carne, ésta debe ser refrigerada con la mayor prontitud posible, evitando realizar otro tipo de actividades que demoren su llegada al hogar y la pérdida de la cadena de frío.

La carne de vacuno debe ser rojiza y de consistencia firme. Si está pálida, sin brillo o se nota seca y con mal olor, no debe adquirirse. En cuanto a las carnes al vacío, es imprescindible fijarse en la fecha de vencimiento. Su envase no debe estar dañado y si está en bandeja, ésta debe estar limpia y libre de líquidos.

Asimismo, la carne molida en las carnicerías debe ser triturada en el momento de acuerdo al trozo elegido por el cliente.

Especial cuidado hay que tener con el consumo de mayonesa. Prepararla de manera casera resulta riesgoso, por lo que es aconsejable optar por la mayonesa de fábrica teniendo la precaución de mantenerla refrigerada desde que se rompe su sello.

Como principio rector, la ciudadanía debe comprar sólo en lugares autorizados, evitando los excesos asociados a la ingesta de alimentos y de alcohol. Como gobierno estamos haciendo los mejores esfuerzos para asegurar unas fiestas tranquilas y seguras para la comunidad. Si ponemos todos de nuestra parte, y seguimos estos sencillos consejos bajaremos significativamente las posibilidades de contraer una enfermedad asociada a los alimentos y podremos disfrutar tranquilamente de este nuevo aniversario patrio.