

SEGURIDAD DE LOS ALIMENTOS Y DEL AGUA EN CASO DE EMERGENCIAS CLIMÁTICAS O CORTES DE LUZ

Las emergencias climáticas generan situaciones de riesgo sanitario que pueden comprometer la inocuidad de los alimentos que consumimos, tanto durante la emergencia como en los días posteriores. Lo mismo sucede cuando se producen cortes del suministro eléctrico o del acceso al servicio de agua potable.

La ANMAT ofrece una selección de recomendaciones que pueden ayudarnos a reducir posibles daños en los alimentos y a garantizar su higiene y seguridad.

RECOMENDACIONES PARA LA MANIPULACIÓN SEGURA DE ALIMENTOS DURANTE UNA INUNDACIÓN

- Arroje a la basura cualquier alimento que haya podido estar en contacto con el agua de inundación.
- Arroje los alimentos que tengan olor, color o textura anormales.
- Arroje los alimentos perecederos (incluidos la carne, el pollo, el pescado, los huevos y las sobras) que hayan perdido las temperaturas de refrigeración (temperaturas mayores a 5°C), por 2 horas o más.
- Arroje todos los alimentos enlatados cuyos envases estén abiertos, dañados o hinchados.
- Los alimentos envasados en recipientes impermeables y de cierre hermético, como latas y tetra-packs, que no estén dañados y que hayan estado en contacto con el agua de una tormenta o inundación, pueden recuperarse siguiendo estas instrucciones: quíteles la etiqueta, lávelas y métalas en una solución de 1 taza (250 ml) de cloro de uso doméstico (según las indicaciones del envase) con 20 litros de agua potable.
- Deseche aquellos alimentos frescos o envasados en recipientes permeables al agua, que hayan entrado en contacto con las aguas de la inundación ya que no se pueden desinfectar.
- Siga medidas básicas de higiene. Lávese las manos con jabón y agua segura. Lávese las manos antes de preparar o comer alimentos, después de usar el baño, después de haber participado en actividades de limpieza y después de manipular artículos contaminados por las aguas de la inundación o aguas negras.
- Lave completamente con agua caliente y jabón las ollas de metal, platos de cerámica y utensilios que han tenido contacto con aguas de inundación. Desinfectelos hirviéndolos en agua segura o sumergiéndolos en una solución desinfectante, respetando la concentración y tiempos de actuación indicados en el rótulo del desinfectante. Dejar secar antes de volver a utilizarlos.
- Se recomienda desechar aquellos utensilios y artículos de uso doméstico tales como: recipientes plásticos, mamaderas o chupetes de bebés, que hubieran entrado en contacto con las aguas de inundación, y que debido a sus componentes no puedan someterse a los tratamientos de desinfección detallados anteriormente.

RECOMENDACIONES ANTE CORTES EN EL SUMINISTRO DE ENERGÍA ELÉCTRICA

- Mantenga las puertas de la heladera y del freezer cerradas: la heladera mantendrá los alimentos fríos durante unas 4 horas si la puerta se mantiene cerrada.
- Un freezer lleno mantendrá la temperatura por cerca de 48 horas (24 horas si está a medio llenar). Si su congelador no está lleno, agrupe los paquetes para que formen un "iglú" para protegerse unos a otros.
- Si el corte de luz se prolongara por más de 4 horas, colocar los alimentos en heladeras portátiles o en recipiente hermético con hielo, que evitará el calentamiento de los alimentos por un tiempo.
- La clave para determinar la inocuidad de los alimentos en la heladera y el freezer está en conocer la temperatura del ambiente del equipo y la de los alimentos que se encuentran en su interior. Si cuenta con un termómetro, podría verificarla.
- Con los alimentos congelados, compruebe si hay cristales de hielo. La comida en el congelador que parcialmente se ha descongelado, pueden volver a congelarse sin peligro solamente si todavía mantiene cristales de hielo o su temperatura es menor a los 5°C.
- Una vez que la energía regresa, será necesario evaluar cada alimento por separado. En caso de duda, tírelo a la basura.

RECOMENDACIONES PARA EL CONSUMO DE AGUA SEGURA

- El agua para consumo, elaboración de alimentos e higiene personal debe ser segura.
- En emergencias climáticas, el agua puede contaminarse con microorganismos (como las bacterias) provenientes del contacto con superficies sucias, aguas negras (del alcantarillado), desechos agrícolas o industriales, productos químicos u otras sustancias que pueden causar una enfermedad o incluso la muerte.
- Para eliminar microorganismos del agua, pueden utilizarse dos métodos:
 1. Colocar 2 gotas de lavandina por cada litro de agua, y dejarla reposar 30 minutos antes de consumirla.
 2. Otra forma de tratar el agua para que sea segura para nuestra salud es hervirla hasta que salgan burbujas durante 5 minutos, y esperar a que se enfríe para consumirla.
- Estas medidas generales permiten eliminar los microorganismos que pueden producir enfermedades, pero no eliminan otros contaminantes que pueden estar presentes en el agua como las sustancias químicas. En caso de sospecha, se recomienda consultar con las autoridades locales acerca de la seguridad del agua para consumo.