

Fin de año e intoxicaciones

No solo el consumo de alcohol es frecuente en las celebraciones de las Fiestas de Fin de Año, sino que también el alto consumo de alimentos de todo tipo.

En este contexto, las intoxicaciones en este periodo son más común de lo que se piensa. Factores como la gran cantidad de alimentos preparados que se comercializan y no cumplen con los requisitos sanitarios que otorguen seguridad al momento de ingerirlos; almacenamiento inadecuado de ellos, manipulación incorrecta de los alimentos y la ruptura de la cadena de frío, pueden hacer pasar más de un mal rato a las personas durante las Fies-

tas de Fin de Año.
Respecto a las causas más comunes de las intoxicaciones alimentarias cabe mencionar: la contaminación cruzada; el almacenamiento inadecuado; la cocción insuficiente de alimentos; alimentos en mal estado; manipulación incorrecta e higiene; y consumo de alimentos crudos.

Los síntomas de una intoxicación alimentaria, en general, aparecen entre 1 y 72 horas después de haber consumido el alimento y estos síntomas pueden ser por ejemplo náuseas y vómitos, diarrea, dolor abdominal, calambres, fiebre, debilidad general y deshidratación.

Hay que tener mucho cuidado con personas de edad vulnerable como los niños, los ancianos, las mujeres embarazadas y pacientes inmunodeprimidos o que tengan alguna otra enfermedad, ya que en ellos, la intoxicación alimentaria puede ser grave y requerir la atención médica.

Fernando Torres,
director Escuela Química y Farmacia
U. Andrés Bello