

EXPERTO UDEC

# Seguridad alimentaria en emergencias: entregan recomendaciones para evitar riesgos

**Con un alto número de personas sin acceso a agua potable para la limpieza o a refrigeración para sus alimentos, existen acciones que evitan la proliferación de microbios, bacterias o parásitos.**

Académico UdeC entregó recomendaciones de cuidado.



LA DISCUSIÓN  
 diario@ladiscusion.cl  
 FOTOS: LA DISCUSIÓN

**E**n el marco de la emergencia que afecta a diversas localidades de la Región del Biobío y Ñuble, la falta de acceso a agua potable, energía eléctrica y condiciones adecuadas de almacenamiento de alimentos incrementa el riesgo de enfermedades infecciosas. Frente a este escenario, expertos de la Universidad de Concepción reforza-

ron una serie de recomendaciones orientadas a resguardar la seguridad alimentaria de la población.

Frente a la falta de acceso a agua potable —ya sea desde la red de cafetería o a través de camiones aljibe que abastecen a algunas localidades—, el académico de la Facultad de Ciencias Biológicas de la Universidad de Concepción, Dr. Ítalo Fernández Fonseca, enfatizó la importancia de extremar las medidas de seguridad para su consumo.

“También se puede clorar el agua

con dos gotitas por litro. Importante es dejar el agua en recipientes limpios y bien tapados”, detalló. Antes de su consumo directo, la seremi de Salud de la región del Biobío recomendó esperar 30 minutos, para asegurar la eficacia de esta medida.

En el caso de alimentos preparados, el parasitólogo aconsejó mantener todo en recipientes, pues dependiendo del alimento podrían durar hasta ocho horas. “Se debe almacenar en lugares frescos y tapados para evitar la entrada de

Se puede clorar el agua con dos gotitas por litro. Importante es dejar el agua en recipientes limpios.

moscas u otros insectos”, recomendó, como una medida para evitar el crecimiento microbiano y mantener la seguridad alimentaria.

En caso de haber quedado sin energía eléctrica para el uso de refrigeradores, el académico indicó la necesidad de consumir los alimentos por orden, desde lo más perecedero y de mayor riesgo. De esta forma, se debe empezar por carnes, pescados, mariscos y alimentos lácteos.

En segundo lugar, están las verduras (ojalá cocidas), huevos, arroz, papas. Los alimentos de menor riesgo son los frutos con cascara, legumbres, pan, etc.

## Lavado de manos como forma de evitar infecciones

En situaciones de emergencia, ante la baja posibilidad de un lavado de manos jabonoso, un enjuague con agua puede ser lo único a lo que se puede optar antes del consumo de alimentos. “Es bueno recordar que el solo hecho de lavarse las manos no elimina bacterias, hongos, parásitos, etc. aunque baja la carga”, advirtió el Dr. Fernández.

La recomendación es que el agua del lavado de manos fluya, no sea agua estancada, pues los organismos que causan enfermedades se quedan en las aguas.

Otra solución es aplicar alcohol, alcohol-gel o agua con gotitas de cloro en las manos, siempre teniendo en cuenta la importancia de hacerlo antes de comer o después de ir al baño.

En los albergues, informó la Autoridad Sanitaria, recomendaron la utilización “de elementos personales para aseo y alimentación, lavado de loza y cubiertos después de cada uso, proteger los alimentos de insectos, plagas y animales; comer los alimentos bien cocidos y avisar en forma inmediata a la persona encargada, en caso de encontrar algún producto deteriorado”.



Es bueno recordar que el solo hecho de lavarse las manos no elimina bacterias, hongos, parásitos, etc. aunque baja la carga”

**DR. ÍTALO FERNÁNDEZ**  
 ACADÉMICO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS BIOLÓGICAS UDEC