

Aumenta la gastroenteritis y expertos entregan claves para prevenirla

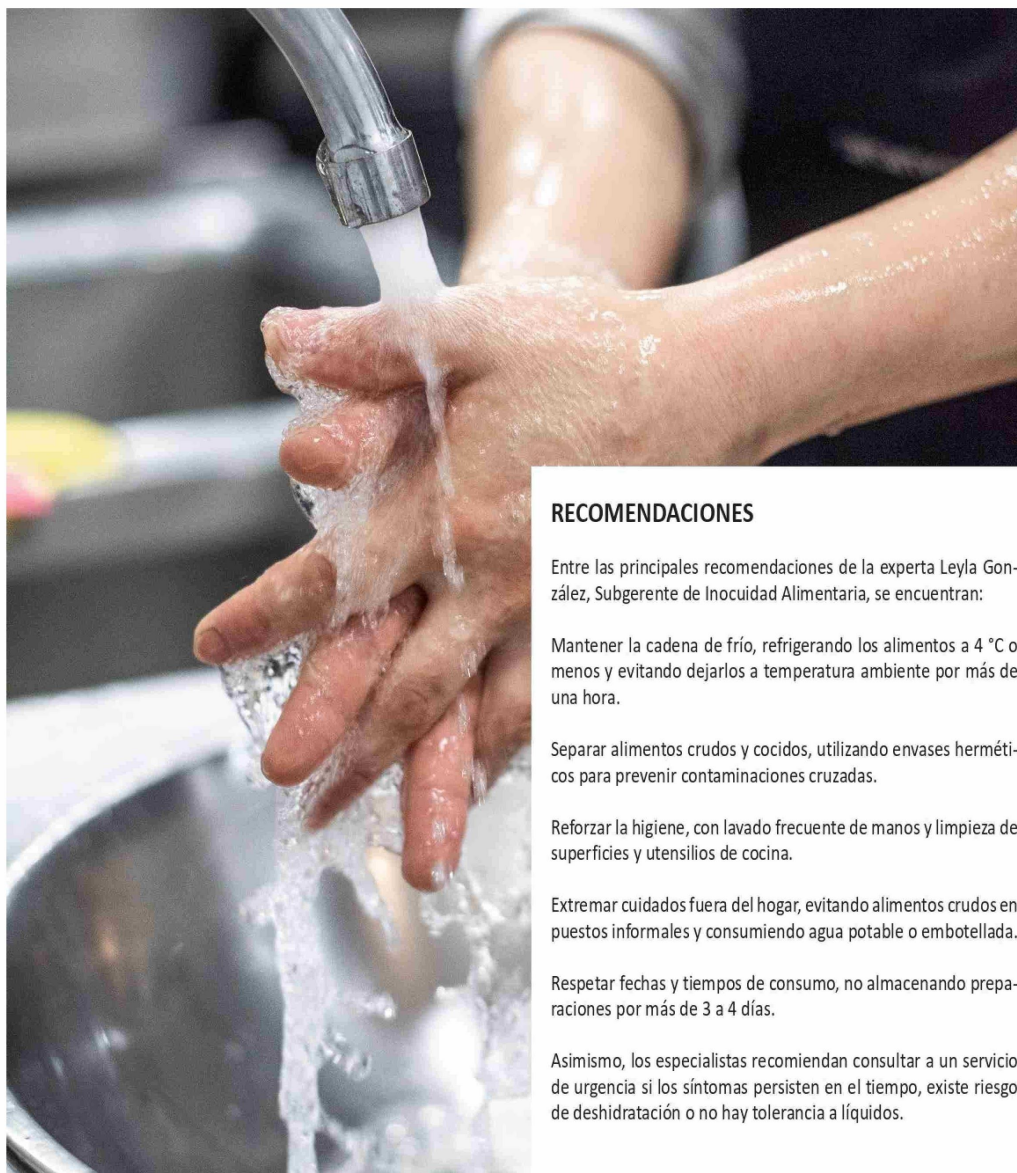
Según datos del Ministerio de Salud, los brotes por enfermedades transmitidas por alimentos han aumentado un 26% en lo que va del año.

Frente a esto, expertos entregan recomendaciones clave para prevenir contagios durante el verano.

El verano trae consigo altas temperaturas y una mayor movilidad de personas, pero también un aumento en las enfermedades gastrointestinales. De acuerdo con datos del Ministerio de Salud, los brotes por enfermedades transmitidas por alimentos han aumentado un 26% en lo que va de 2026, en comparación con el mismo período del año anterior.

En este contexto, la empresa de servicios de alimentación y gestión de instalaciones, Aramark Chile, advierte que las altas temperaturas propias del verano favorecen el rápido deterioro de los alimentos y aumentan significativamente el riesgo de contaminación. "En verano, los alimentos se vuelven mucho más sensibles a las altas temperaturas. Mantener la cadena de frío, extremar la higiene y evitar la contaminación cruzada son medidas fundamentales para prevenir riesgos para la salud", señala Nicole Ugalde, nutricionista.

Desde la compañía, que opera diariamente en entornos de alta exigencia sanitaria como faenas mineras, hospitales y centros educacionales, recalcan la importancia de reforzar conductas preventivas tanto en el hogar como fuera de él, especialmente durante vacaciones y actividades al aire libre.



RECOMENDACIONES

Entre las principales recomendaciones de la experta Leyla González, Subgerente de Inocuidad Alimentaria, se encuentran:

Mantener la cadena de frío, refrigerando los alimentos a 4 °C o menos y evitando dejarlos a temperatura ambiente por más de una hora.

Separar alimentos crudos y cocidos, utilizando envases herméticos para prevenir contaminaciones cruzadas.

Reforzar la higiene, con lavado frecuente de manos y limpieza de superficies y utensilios de cocina.

Extremar cuidados fuera del hogar, evitando alimentos crudos en puestos informales y consumiendo agua potable o embotellada.

Respetar fechas y tiempos de consumo, no almacenando preparaciones por más de 3 a 4 días.

Asimismo, los especialistas recomiendan consultar a un servicio de urgencia si los síntomas persisten en el tiempo, existe riesgo de deshidratación o no hay tolerancia a líquidos.