

Calor y manipulación de alimentos elevan factores de riesgo sanitario en verano

SALUD. Llamam a reforzar autocuidado ante intoxicaciones asociadas a la conservación, preparación y consumo de alimentos, en un contexto donde en 2025 hubo 92 brotes de este tipo en la región.

Karen Elena Cereceda Ramos
 karen.cereceda@mercurioantofagasta.cl

Las condiciones propias del verano modifican la forma en que los alimentos se almacenan, preparan y consumen, generando un contexto que favorece la proliferación bacteriana. Las altas temperaturas, sumadas a prácticas como la preparación anticipada de comidas, el transporte sin refrigeración y la exposición prolongada de los alimentos al ambiente, aumentan el riesgo de enfermedades gastrointestinales asociadas al consumo de productos contaminados.

Durante este periodo, la cadena de frío adquiere un rol clave. Cuando los alimentos perecibles permanecen a temperaturas superiores a los 4 grados Celsius (°C) por tiempos prolongados, se crea un ambiente propicio para el desarrollo de bacterias que no siempre alteran el aspecto, olor o sabor de los productos, lo que dificulta su detección antes del consumo.

Este escenario se refleja en los registros sanitarios de la Región de Antofagasta. Durante 2025 se reportaron 92 brotes de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETAs), los que afectaron a 705 personas. De ese total, 19 requirieron hospitalización.

En comparación con 2024, cuando se registraron 83 brotes, el aumento alcanzó un



MANTENER LOS ALIMENTOS A UNA TEMPERATURA ADECUADA ES FUNDAMENTAL, SEGÚN LAS AUTORIDADES, PARA EVITAR PROBLEMAS ESTOMACALES.

10,8%, de acuerdo con datos del Departamento de Estadísticas e Información de Salud del Ministerio de Salud.

ESCENARIO

Al respecto, la seremi de Salud (s), Roxana Carrasco, explicó que "estas cifras evidencian un aumento de un 10,8% en los brotes de Enfermedades Transmitidas por Alimentos respecto del año anterior".

Agregando que esta situación "refuerza la necesidad de extremar las medidas de prevención, fortalecer el autocuidado y asegurar el estricto cumplimiento de la normativa sanitaria, especialmente en la manipulación, preparación y consumo de alimentos, para proteger la salud de la pobla-

ción", detalló la autoridad.

El análisis de los brotes registrados muestra que buena parte de los casos se relaciona con alimentos de consumo habitual durante el verano. El 33,7% de los brotes estuvo asociado a comidas y platos preparados, seguido por productos cárneos.

Además, el 54% se produjo por el consumo de alimentos en instalaciones destinadas a la preparación y consumo inmediato, donde factores como la temperatura ambiente, la rotación de productos y los tiempos de exposición resultan determinantes.

En el ámbito domiciliario, el riesgo aumenta cuando se preparan alimentos con varias horas de anticipación para reuniones, paseos o viajes, y luego se mantienen fuera de refri-

geración. A esto se suma la manipulación sin una adecuada higiene de manos o el uso de los mismos utensilios para alimentos crudos y cocidos, prácticas que facilitan la contaminación cruzada.

RIESGOS

Desde el ámbito académico, la nutricionista y académica de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de los Andes, Betsabé Gajardo, advirtió que "el verano puede ser una época de alto riesgo para la inocuidad alimentaria si no se toman las precauciones necesarias, ya que con el calor, las bacterias encuentran el ambiente ideal para desarrollarse en cuestión de horas". La especialista explicó que este proce-

so puede ocurrir incluso cuando los alimentos parecen estar en buen estado.

Gajardo añadió que "las enfermedades de transmisión alimentaria pueden provocar desde síntomas leves como dolor de estómago y diarrea hasta complicaciones severas que requieren hospitalización", especialmente en personas que no reciben atención oportuna. Estos cuadros pueden presentarse horas después del consumo, lo que dificulta identificar el alimento responsable.

En los servicios de urgencia, este tipo de consultas se incrementa durante los meses de mayor temperatura. La médica urgencióloga de la Sociedad Chilena de Medicina de Urgencia, Michelle Pirazzoli, señaló

que "los cuadros gastrointestinales asociados a intoxicaciones alimentarias son más frecuentes debido a las altas temperaturas que favorecen la proliferación bacteriana", recomendando mantener una adecuada hidratación y consultar de forma oportuna ante síntomas persistentes como diarrea, vómitos o dolor abdominal, especialmente cuando se acompañan de fiebre o malestar intenso.

Otro foco de atención durante el verano es el consumo de alimentos vendidos en la vía pública. La exposición directa al sol, la falta de refrigeración adecuada y la ausencia de control sobre las condiciones de preparación incrementan los riesgos sanitarios.

Al respecto, Betsabé Gajardo advirtió que "en época de calor, comer alimentos de procedencia no controlada aumenta el riesgo de intoxicación por bacterias como la Salmonella y la Escherichia coli", asociadas a fallas en la cadena de frío y en la manipulación.

En paralelo, la autoridad sanitaria reiteró el llamado a consumir alimentos solo en locales autorizados, mantener una adecuada higiene de manos antes de manipular o ingerir comida, respetar la cadena de frío durante el almacenamiento y transporte de productos perecibles y denunciar irregularidades sanitarias a través de los canales oficiales habilitados para fiscalización.