

Ante alerta de contrabando: advierten peligros a la salud por consumir huevos no regulados

RIESGOS. La principal amenaza asociada a la ingesta de este alimento es la posibilidad de contaminación por *Salmonella*, lo cual puede causar enfermedades de tipo estomacales.

Karen Elena Cereceda Ramos
karen.cereceda@mercuriocalama.cl

El Servicio Agrícola y Ganadero (SAG) hizo advertencia tras detectar y decomisar en los últimos seis meses más de un millón de huevos que estaban siendo ingresados de forma irregular al país con el fin de ser comercializarlos. Esto en medio del alza de precio ha tenido este producto durante el año.

Al respecto, las autoridades han hecho el llamado a no consumir estos alimentos que no están en condiciones óptimas ni cuentan con la respectiva regulación sanitaria, ya que pueden generar graves problemas a la salud de las personas.

Eliana Reyes, nutrióloga y directora de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de los Andes (UANDES), indica que el principal peligro asociado al consumo de huevos es la posibilidad de contaminación por *Salmonella*, lo cual puede causar enfermedades transmitidas por alimentos.

Según la experta, la *Salmonella* es el nombre de un grupo de bacterias y causa frecuente de intoxicación alimentaria. "La mayoría de las personas infectadas desarrollan diarrea, fiebre, cólicos abdominales y vómitos 12 a 72 horas luego de la infección, con síntomas que general-

"La mayoría de las personas infectadas desarrollan diarrea, fiebre, cólicos abdominales y vómitos 12 a 72 horas luego de la infección con síntomas que generalmente duran entre cuatro y siete días".

Eliana Reyes
Nutrióloga UANDES

Un millón de huevos fueron incautados en la frontera norte del país y que provenían desde Bolivia.

mente duran entre cuatro y siete días. Sin embargo, en algunas personas, la diarrea puede ser tan severa que necesitan ser hospitalizadas", explica.

Agrega que, "en estos pacientes, la infección puede extenderse desde el intestino a la corriente sanguínea y luego a otros lugares del cuerpo, y puede causar la muerte, a menos que la persona sea tratada rápidamente con antibióticos", agrega.

Reyes también menciona que los niños, adultos mayores, las mujeres embarazadas y personas con sistemas inmunes debilitados, como pacientes trasplantados, con VIH/SIDA, cáncer o diabetes,



COMPRAR HUEVOS SIN RESOLUCIÓN SANITARIA PUEDE TRAER CONSIGO UNA SERIE DE PROBLEMAS A LA SALUD QUE PUEDEN SER GRAVES.

poseen mayor riesgo de tener una enfermedad grave por consumir huevo clandestino.

Esta contaminación se produce porque la *Salmonella* puede estar en la cáscara o en el interior del huevo. Incluso, si están frescos y limpios. Además, menciona que consumir huevos crudos o poco cocinados aumenta el riesgo de infección.

A LA HORA DE COMPRAR

Eliana Reyes explica que para el manejo y consumo seguro de los huevos hay que preocuparse al comprar, almacenar, preparar y servir el producto. Incluso en alimentos que los contienen.

A la hora de comprar el alimento, la experta señala que se deben adquirir solo si son vendidos desde un refrigerador o

un recipiente refrigerado.

También recomienda abrir la caja y asegurarse de que los huevos estén limpios y que las cáscaras no estén trizadas.

En este ítem es importante que el producto comprado esté regulado por la autoridad sanitaria y que cuente con los sellos de inocuidad.

ALMACENAMIENTO Y PREPARACIÓN

En este sentido, Reyes explica que el almacenaje correcto de los huevos puede afectar tanto la calidad como la seguridad. Por ello hay que almacenarlos rápidamente en un refrigerador limpio a una temperatura de 4 grados Celsius (°C), o menos. Usar un termómetro de refrigerador para verificar.

Además se deben guardar

los huevos en su caja original y usarlo dentro de tres semanas para asegurar la calidad.

Sobre la preparación de este alimento base en el menú de los chilenos, la nutrióloga detalla que hay que lavarse las manos, utensilios, equipos y superficies de trabajo con agua jabonosa caliente antes y después de que entren en contacto con huevos crudos y alimentos que contienen huevos crudos.

Advierte que durante cuatro horas a una temperatura superior a 20° C se pueden reproducir nueve generaciones de bacterias. Otro consejo de la experta es que un proceso de cocinado adecuado, alcanzado la temperatura de 70°C aproximadamente, garantiza la eliminación del microorganismo y, por tanto,

anula todo su efecto.

Y por último recuerda que uno de los alimentos habitualmente relacionados con la *Salmonella* es la mayonesa elaborada con huevo fresco.

CUÁNDO NO CONSUMIR

Finalmente, la experta afirma que siempre se deben eliminar los huevos que tengan grietas y, por supuesto, no consumir los que tengan olor a azufre o que luzcan descoloridos, ya que esos son signos de deterioro del alimento.

"Los huevos generalmente están en buen estado durante cuatro a seis semanas después de su puesta, pero no sabemos cuándo fue, por lo que tenemos que confiar en la fecha de vencimiento del envase como guía", sentencia Reyes.