

2.2.5. Riesgos para la salud derivados del consumo de alimentos

¿Qué es un riesgo?

Riesgo es la probabilidad de que ocurra un peligro, que en nuestro caso, será la probabilidad de que un alimento esté contaminado y pueda provocar una enfermedad alimentaria. Así, analizaremos los posibles peligros alimentarios que pueden aparecer en restauración.

¿Qué tipos de peligros se pueden producir por consumo de alimentos?

Debido a una manipulación incorrecta de los alimentos, se pueden originar tres tipos de riesgos:

Peligros físicos: Son aquellos provocados por la presencia de cualquier material o elemento extraño, que en condiciones normales no se encuentra en los alimentos, y que puede provocar enfermedades o daño al consumidor. (Ejemplos: trozos de cristal, huesos, etc.)

Peligros químicos: Son aquellos que se producen por la presencia de sustancias químicas o tóxicas en los alimentos. (Ejemplos: productos de limpieza, medicamentos, etc.)

Peligros biológicos: Son debidos a la presencia de microorganismos en los alimentos que dan lugar a **enfermedades alimentarias**. También los **insectos y roedores** pueden ser causa de riesgo biológico, debido a su presencia en los alimentos, además de ser repulsivos para el consumidor.

2.2.6. Conceptos y tipos de enfermedades transmitidas por alimentos.

¿Qué es una enfermedad alimentaria?

“Es aquella enfermedad que se produce por el consumo de alimentos”. También se conoce como *intoxicación alimentaria o enfermedad de transmisión alimentaria.*

Un factor importante a tener en cuenta son actuales hábitos de los consumidores, que incluyen comer fuera de casa, por lo que debemos ser cuidadosos al elaborar y manipular los alimentos, cumpliendo todas las condiciones higiénico-sanitarias para evitar que nuestro trabajo suponga un riesgo de enfermedad alimentaria.

En este capítulo nos referiremos a las enfermedades alimentarias provocadas por microorganismos y/o sus toxinas, Así tenemos las provocadas por bacterias, parásitos, virus y otras.

Bacterianas

- *Salmonelosis*

La salmonela se encuentra en el intestino del hombre y de los animales, y también en la cáscara del huevo.



Su presencia en los alimentos se debe a malas prácticas de manipulación, tales como falta de higiene personal, falta de limpieza de los equipos y útiles de trabajo, así como a un mal tratamiento térmico (la salmonela se destruye a temperaturas superiores a 65 °C).

Los alimentos implicados son principalmente la carne de aves, el huevo y los ovoproductos, salsas y derivados, coco, pastas, etc.

La salmonelosis es la **causa asociada a más de la mitad de las intoxicaciones alimentarias** producidas al año en nuestro país.

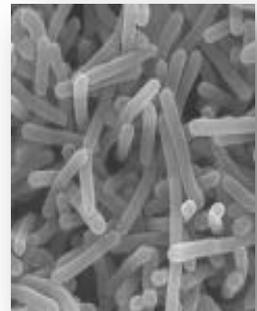
Esta enfermedad se caracteriza por presentarse con síntomas digestivos, y aparecer entre las 6 y 72 horas posteriores a la ingestión del alimento contaminado.

- *Listeriosis*

Está producida por la bacteria "*Listeria monocitogenes*".

Los alimentos implicados son los quesos frescos, la leche no pasteurizada, los productos del mar y las carnes.

Esta bacteria es importante porque resiste el calor y las bajas temperaturas. Aparece entre las 48 y 72 horas desde su ingesta y además de sales y acidez, la sintomatología puede ser variada.



- *Estafilococia*

Esta enfermedad está provocada por la toxina elaborada por la bacteria "*Staphylococcus aureus*".



Esta bacteria se encuentra ampliamente distribuida, siendo su localización habitual la piel de los humanos y de los animales, así como las zonas de la nariz, boca y garganta. También la encontramos en los forúnculos y heridas infectadas, de ahí que sea siempre importante la higiene por parte de los manipuladores, ya que somos las personas la principal fuente de contaminación de los

alimentos. Al igual que ocurría con la salmonelosis también existen **portadores**.

Los alimentos implicados son: Carnes, leche, queso, productos de pastelería, ensaladas, huevos, etc.

La bacteria se destruye por acción del calor, pero su toxina resiste este tratamiento. Esta enfermedad cursa con sintomatología digestiva y aparece a las 2-4 horas de la ingestión del alimento contaminado.

- *Diarrea coliforme*

Está provocada por las toxinas elaboradas por la bacteria "*Escherichia coli*", siendo la principal causante de enfermedades alimentarias la cepa O157:H7.

E.coli se encuentra en condiciones normales en el intestino de las personas y de los animales, llegando a los alimentos por una mala evisceración de los animales, por el agua contaminada y por vía feco-oral en los humanos.

Los alimentos implicados son las carnes picadas (hamburguesas), leche que no ha sido sometida a tratamiento térmico, zumos de fruta, yogures artesanales, etc.

La enfermedad se caracteriza por alteraciones digestivas con diarreas sanguinolentas.

- *Botulismo*

Está provocada por la ingestión de la toxina producida por la bacteria "*Clostridium botulinum*".

La bacteria se encuentra en el suelo, y a partir de aquí, puede pasar a los alimentos, siendo los alimentos implicados generalmente verduras y hortalizas (maíz, judías verdes, espárragos, etc.).

La enfermedad se **asocia a las conservas**, ya que es en ellas donde se va a producir la toxina, pudiendo resistir temperaturas superiores a los 100 °C, y otra característica es que necesita ausencia absoluta de oxígeno, de ahí que también pueda aparecer en los alimentos envasados al vacío.

Es característico que las latas de conservas aparezcan abombadas y al abrirlas expulsen gas.



La toxina botulínica es una de las toxinas naturales más potentes que se conocen, pudiendo llegar a provocar parálisis respiratoria e incluso la muerte.

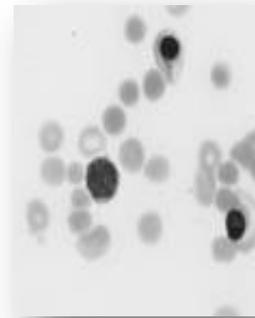
- *Shigelosis*

Esta enfermedad se conoce con el nombre de “*enfermedad de las manos sucias*”. Los alimentos implicados son las carnes crudas, aves, leche y productos lácteos, que se contaminan cuando el manipulador no se lava las manos correctamente y tiene contacto con alimentos o útiles.

Provoca una enfermedad digestiva más grave que la salmonelosis, pues incluso puede llegar a producir hemorragias.

- *Clostridium perfringens*

Este germen está muy distribuido por el medio ambiente y, en ocasiones, está presente en los alimentos. Tiene la característica de producir toxinas en alimentos que ya han sido cocinados, y así el peligro se produce durante el enfriamiento y almacenamiento de alimentos preparados. Las carnes y sus derivados son los alimentos más frecuentemente implicados, también puede aparecer en las especias.



Es importante mantener los alimentos calientes a las temperaturas correctas, por encima de los 65 °C. La sintomatología es de tipo digestivo, y aparece a las 8 - 12 horas de la ingestión.

Parasitarias

Un parásito es un “*organismo que necesita de otro ser vivo para desarrollarse*”.

Las materias primas que utilizamos en cocina pueden ser lugar donde se asienten parásitos, de tal forma que al consumir los alimentos, estos pueden provocar enfermedades en los consumidores.

Como principales enfermedades parasitarias de transmisión alimentaria tenemos las producidas por “*Trichinella spiralis*” y “*Anisakis marina*”.

(...)