

David Daniel Vázquez  
Hernández



- Materia/ submodulo 2
- Carrera/enfermería
- Semestre/ 2

Todo texto se trabajará con Gill San Mt 12, interlineado 1.5

## Contaminación alimentaria

En este ensayo hablaremos sobre las consecuencias en la salud personal que tiene la contaminación alimentaria y también ver sobre los cambios químicos que sufren los alimentos por la contaminación y las patologías que puede provocar en nuestra salud.

Cabe recalcar que se considera contaminación de alimentos o peligro alimentario a cualquier agente extraño al alimento capaz de producir un efecto negativo para la salud del consumidor.

Las principales fuentes de contaminación de los alimentos por lo general suelen ser: El medio ambiente, Plagas, Utensilios y locales: mala higiene, Basuras, el propio manipulador de alimentos: por falta de higiene, Otros alimentos: esto es muy importante, ya que hablamos de contaminación cruzada (es el paso de contaminantes de unos alimentos a otros). Se puede dar mezclando alimentos crudos y cocinados, o utilizando los mismos utensilios para distintos alimentos.

Muchas veces suelen los alimentos se contaminan por contaminantes biológicos; Un contaminante biológico de los alimentos puede ser cualquier ser vivo como: insectos (moscas, cucarachas...), roedores (ratas y ratones), aves (palomas, gorriones, gaviotas...), parásitos (gusanos, gorgojo...), o microorganismos (bacterias, virus y mohos).

Los síntomas de intoxicación alimentaria pueden variar desde leves hasta graves y pueden ser distintos según el microbio que haya ingerido. Los síntomas más comunes de la enfermedad incluyen: Malestar estomacal, Cólicos estomacales, Náuseas, Vómitos Diarrea, Fiebre.

Algunos de los microbios principales que son transmitidos son : Norovirus, Salmonella, Clostridium perfringens, Campylobacter, Staphylococcus aureus (estafilococo)\* Clostridium botulinum: que causa el botulismo, Listeria, Escherichia coli: que produce la toxina de Shiga, estos como aclaramos pueden provocar desde graves enfermedades hasta leves.

Y mucha gente es enfermada por los mismos ya que por la falta de conocimiento de no saber de dónde provienen los alimentos que consumimos, lo que se debe de hacer es Comprar alimentos de vendedores con buena reputación , Observa las fechas de caducidad también compra sólo productos cuya envoltura esté en buen estado y evita los alimentos cuyo envase esté oxidado o deforme ya que es un algo que nos puede ayudar para evitar todas esta enfermedad que la contaminación de los alimentos provoca.