



PASIÓN POR EDUCAR

Nombre del alumno: Keila Elizabeth Velasco Briceño

Nombre del profesor: Beatriz Gordillo

Nombre del trabajo: Resumen de los principios de higiene alimentaria y alimentos como mecanismo de transmisión de enfermedades

Materia: Enfermería comunitaria

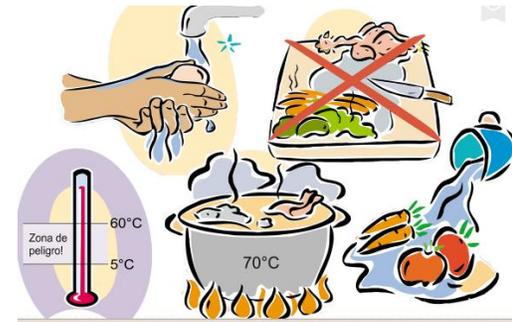
Grado: 7 Cuatrimestre

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a 12 de noviembre del 2021.

PRINCIPIOS GENERALES DE HIGIENE ALIMENTARIA

Los Principios Generales de Higiene de los Alimentos del Codex (BPA/BPM) se aplican a toda la cadena alimentaria, desde la producción primaria hasta el consumidor final, y establecen las condiciones higiénicas necesarias para producir alimentos inocuos y saludables.



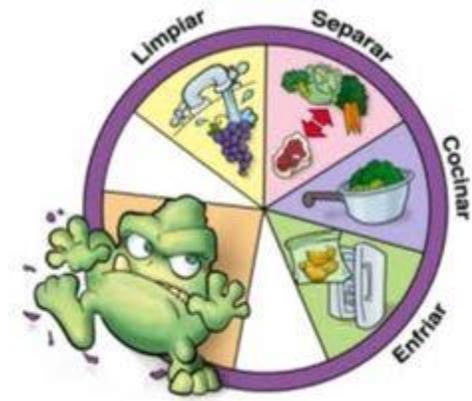
El “Código de Prácticas Internacionales Recomendadas para los Principios Generales de Higiene de los Alimentos” , es mundialmente reconocido como fundamental para garantizar la inocuidad y seguridad de los alimentos consumidos, Su adopción se recomienda a los gobernantes, a las industrias y a los consumidores, y se lo considera un requisito previo para la elaboración de un sistema basado en el HACCP.

➤ Los objetivos de los Principios Generales de Higiene de los alimentos del Codex son:

- 👤 Identificar los preceptos esenciales de higiene de los alimentos aplicables en el proceso que va desde la producción primaria hasta el consumidor final.
- 👤 Recomendar un abordaje basado en el sistema HACCP como un medio de aumentar la seguridad de los alimentos.
- 👤 Indicar cómo implementar esos principios.
- 👤 Proveer orientación para códigos específicos, que pueda ser necesaria en sectores de la cadena alimentaria, procesos o productos.
- 👤 Proveer una base para el establecimiento de códigos de prácticas de higiene para productos individuales o grupos de ellos que tengan exigencias análogas en cuanto a la higiene de los alimentos.

➤ Para atender a las finalidades de este Código, se incluye una lista de expresiones y sus definiciones:

- 👤 **LIMPIEZA:** Remoción de suciedad, residuos de alimentos, polvo, grasa u otro material indeseable.
- 👤 **C O N T A M I N A N T E:** cualquier agente biológico, químico, o físico u otras sustancias adicionadas al alimento sin intención y que pueden comprometer su inocuidad.
- 👤 **C O N T A M I N A C I Ó N:** introducción u ocurrencia de un contaminante en el alimento o en su ambiente.



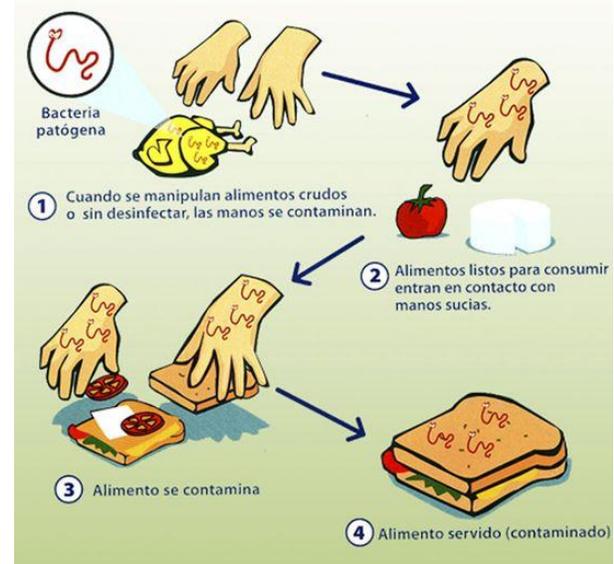
- 👤 **DESINFECCIÓN:** reducción, por medio de agentes químicos, métodos físicos o ambos, del número de microorganismos en el ambiente, cuidando que no comprometer la inocuidad del alimento.
- 👤 **ESTABLECIMIENTO:** cualquier edificio o área en el cual el alimento se manipula.
- 👤 **HIGIENE DE LOS ALIMENTOS:** todas las condiciones y medidas necesarias para garantizar la inocuidad del alimento en todas las etapas de la cadena alimentaria.
- 👤 **PELIGRO:** agente de origen biológico, químico o físico presente en el alimento, con el potencial de causar un efecto adverso a la salud.
- 👤 **RIESGO:** Peligro potencial evaluado, de acuerdo a la probabilidad de ocurrencia de la causa y severidad de su efecto.
- 👤 **SISTEMA H A C C P :** un sistema que identifica, evalúa y controla los peligros significativos para la inocuidad del a l i m e n t o .
- 👤 **MANIPULADOR DE ALIMENTO:** toda persona que está directamente en contacto con alimentos embalados o no, equipamiento, utensilios, y que debe cumplir con las exigencias de higiene.
- 👤 **INOCUIDAD O SEGURIDAD DEL ALIMENTO:** garantía de que el alimento no causará daño al consumidor tanto cuando sea preparado como cuando se lo consuma según el uso propuesto.
- 👤 **PRODUCCIÓN PRIMARIA:** las etapas iniciales de la cadena de producción de alimentos que incluyen, por ejemplo: cosecha, faena, ordeñe y pesca.
- 👤 **MANIPULADOR DE ALIMENTOS:** Toda persona que manipule directamente alimentos envasados o sin envasar, equipo y utensilios utilizados para los alimentos o superficies que entren en contacto con alimentos

Los aspectos de seguridad alimentaria son:

- ✚ Realizar cierto número de rutinas para manipular los alimentos.
- ✚ Los alimentos pueden transmitirse enfermedades de persona a persona.
- ✚ La higiene es la única garantía que mantiene el alimento en buenas condiciones.
- ✚ Los alimentos presentan un medio ideal para el crecimiento de ciertos microorganismos, esporas, bacterias, etc
- ✚ Los alimentos están expuestos a posibles contaminantes que pueden ser por agentes naturales o intervención humana.

ALIMENTOS COMO MECANISMO DE TRANSMISION DE ENFERMEDADES

Las enfermedades de transmisión alimentaria y los daños provocados por los alimentos pueden ser graves o mortales o causar efectos negativos a largo plazo sobre la salud humana, además, los brotes de enfermedades transmitidas por los alimentos pueden perjudicar al comercio y al turismo, el deterioro de los alimentos ocasiona pérdidas, es costoso, supone una amenaza para la seguridad alimentaria y puede influir negativamente en el comercio y en la confianza de los consumidores.



Las enfermedades transmitidas por alimentos (ETA) son definidas como un incidente en el que dos o más personas presentan una enfermedad semejante después de la ingestión de un mismo alimento, y los análisis epidemiológicos apuntan al alimento como el origen de la enfermedad.

Para que ocurra una ETA, el patógeno o sus toxinas deben estar presentes en el alimento, sin embargo, la sola presencia del patógeno no significa que la enfermedad ocurrirá, en la mayoría de los casos de ETA:

- El patógeno debe estar presente en cantidad suficiente como para causar una infección o para producir toxinas.
- El alimento debe ser capaz de sustentar el crecimiento de los patógenos, o sea, debe presentar características intrínsecas que favorezcan el desarrollo del agente.
- El alimento debe permanecer en la zona de peligro de temperatura durante tiempo suficiente como para que el organismo patógeno se multiplique y/o produzca toxina. Otras condiciones extrínsecas deben prevalecer para que esta multiplicación y/o producción de toxina sea favorecida.
- Debe ingerirse una cantidad (porción) suficiente del alimento conteniendo el agente, para que la barrera de susceptibilidad del individuo sea sobrepasada.

➤ Las ETA pueden clasificarse en infecciones, intoxicaciones o infecciones mediadas por toxina.

🍷 La infección transmitida por alimentos es una enfermedad que resulta de la ingestión de alimentos conteniendo microorganismos patógenos vivos, como Salmonella, Shigella, el virus de la hepatitis A, Trichinella spirallis y otros.

🍷 La intoxicación causada por alimento ocurre cuando las toxinas producidas por bacterias o mohos están presentes en el alimento ingerido o elementos químicos en cantidades que afecten la salud.

🍷 Las toxinas generalmente no poseen olor o sabor y son capaces de causar la enfermedad incluso después de la eliminación de los microorganismos.

➤ Para que ocurra una ETA, existen factores adicionales a la presencia del agente etiológico o sus toxinas como:

- ❖ El alimento debe estar bajo características físicas (temperatura, humedad, tiempo) que favorezcan el crecimiento del microorganismo o la producción de su toxina.
- ❖ El agente etiológico debe estar presente en cantidad suficiente, para causar la infección o la intoxicación.
- ❖ Debe ingerirse una cantidad (porción) suficiente del alimento que contenga el microorganismo o agente etiológico, que sobrepase la barrera de protección de la persona.
- ❖ La persona afectada puede tener una susceptibilidad mayor que otras como: mujeres embarazadas, niños, adultos mayores o personas con algún tipo de inmunosupresión.
- ❖ Factores como los modos de vida, la modificación de hábitos alimentarios, mayor tendencia a consumir alimentos preparados fuera del hogar y las jornadas laborales, especialmente en lugares donde se practican condiciones higiénicas inadecuadas

➤ ¿Cómo prevenir las ETA?

- Lávese las manos antes de preparar alimentos y a menudo durante la preparación
- Lávese las manos después de ir al baño
- Lave y desinfecte todas las superficies y equipos usados en la preparación de alimentos



- Proteja los alimentos y las áreas de cocina de insectos, mascotas y de otros animales (guarde los alimentos en recipientes cerrados)
 - Separe siempre los alimentos crudos de los cocinados y de los listos para comer
 - Use equipos y utensilios diferentes, como cuchillas o tablas de cortar, para manipular carne, pollo y pescado y otros alimentos crudos.
 - Conserve los alimentos en recipientes separados para evitar el contacto entre crudos y cocido.
 - Mantenga los alimentos a temperaturas seguras
 - Use agua y materias primas seguras
- Características de los alimentos como mecanismos de transmisión de enfermedades
- ✓ Alimentos contaminados por microorganismos o sustancias químicas.
 - ✓ Los principales síntomas suelen ser gastrointestinales.
 - ✓ La contaminación puede ser en sus diferentes procesos del alimento.
 - ✓ Mayormente se debe a la contaminación ambiental como del agua, tierra y aire.



MI CONCLUSION:

Considero que todos necesitamos conocer y realizar los principios de higiene alimentaria antes mencionada para así poder prevenir muchas enfermedades, más que nada las gastrointestinales, también el conocer el tiempo de cocción de cada alimento para evitar comer carnes crudas y así nos cree otras enfermedades que puedan poner en riesgo nuestra salud o vida, de igual manera al conocer los alimentos mecanismos de transmisión de enfermedades podremos saber cómo prevenirlos, justo y como lo mencionamos anteriormente.

FUENTE DE INFORMACIÓN-

- Exposición equipo 3. Diapositivas higiene de los alimentos. Recuperad el 12 de noviembre del 2021
- <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2015/cha-codex-alimentario.pdf>
- https://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/sh-proxy/es/?lnk=1&url=https%253A%252F%252Fworkspace.fao.org%252Fsites%252Fcodex%252FStandards%252FCXC%2B1-1969%252FCXC_001s.pdf
- https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=10836:2015-enfermedades-transmitidas-por-alimentos-eta&Itemid=41432&lang=es
- <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ET/abece-eta-final.pdf>
-