

Consumo de carne: recomendaciones sobre hábitos de compra y elaboración para prevenir intoxicaciones

7 marzo, 2023



El licenciado en Bromatología Daniel Rabino, jefe del Departamento de Higiene de los Alimentos, brindó recomendaciones enfermedades.

La carne es uno de los alimentos predilectos en los hogares mendocinos. Sin embargo, el consumo de cortes contaminados o la falta de cuidados en preparación puede producir enfermedades como triquinosis, brucelosis o hidatidosis, síndrome urémico hemolítico o diversas intoxicaciones alimentarias.

En ocasiones, no somos realmente conscientes de lo que comemos y pasamos por alto pautas de elaboración o higiene al elegir materia prima. “Generar conciencia en la población y aprender

a elegir productos con responsabilidad es la clave para asegurarnos un consumo seguro y una mejor calidad de vida”, aseguró Rabino.

En este sentido, para garantizarnos de que la carne que consumimos es segura, debemos adquirirla en establecimientos habilitados que cumplan con los controles y reglamentaciones. En Argentina existen organismos calificados que establecen normas y se articulan entre sí para llevar a cabo la inspección correspondiente a los expendedores de carne, a fin de disminuir riesgos. Estos son el Senasa a nivel nacional, las direcciones de Ganadería de las provincias y, en Mendoza, el Departamento de Higiene de los Alimentos, que autoriza el funcionamiento de los establecimientos.

“Esa carne debe tener un sello estampado que implica que viene de un lugar y en un transporte habilitado, y el carnicero que la compra, para después despostarla, debe tener los comprobantes del proveedor. Esa es una pieza fundamental para saber si la carne es de origen clandestino o no”, señala el funcionario.



Daniel Rabino

Tipos de enfermedades relacionadas con las carnes

- Enfermedades zoonóticas, transmitidas a las personas por contacto directo con animales infectados, a través de algún fluido corporal o por consumo de alimentos de origen animal que no cuentan con los controles sanitarios correspondientes. Entre ellas: hidatidosis, brucelosis, leptospirosis y triquinosis.
- Enfermedades causadas por mala manipulación en la preparación de alimentos de origen cárnico. Entre ellas: salmonelosis, síndrome urémico hemolítico o botulismo alimentario.

Cárneos, una tradición mendocina

La faena familiar forma parte de las tradiciones del campo en toda la Argentina, y Mendoza no se queda atrás. Cada año, son muchas las familias que continúan con esta costumbre heredada de generación en generación, y elaboran embutidos, chacinados y otros productos cárnicos de manera casera, con animales criados en sus puestos o fincas o comprados a otros puesteros de la zona.

Sin embargo, para elaborar y consumir estos productos, debemos tener la certeza de que el animal se encuentra en buenas condiciones sanitarias para ser faenado. “Se pueden llevar muestras de carne de ese animal a los municipios para que las analicen y digan si son aptas o no”, informó Rabino. Asimismo, es importante tener en cuenta que todo lo que se elabora en domicilio corresponde al ámbito privado, es decir que solo debe utilizarse para consumo propio de la familia. Si estos productos se consumen o comercializan fuera de la vivienda de elaboración, pasan a ser de ámbito público “y tienen que ajustarse a toda la normativa que hay respecto a los alimentos”. De lo contrario, se considera faena clandestina, ya que no provienen de un establecimiento habilitado, por lo que no hay certeza de la inocuidad de los productos.

Cuando aparecen casos de enfermedades resultantes de una faena clandestina, se disparan las alarmas epidemiológicas y el Departamento de Higiene de Alimentos actúa en conjunto con el Departamento de Zoonosis y el Departamento de Epidemiología del Ministerio de Salud a fin de encontrar el origen del problema y solucionarlo, cada uno, en función de su ámbito legal.

Ante estos casos, es fundamental seguir las recomendaciones de organismos oficiales, las cuales son comunicadas a través de medios formales cuando aparece algún tipo de incidente alimentario y evitar guiarse por la información que circula por redes sociales o el boca en boca, ya que su origen no es confiable y se presta a malos entendidos.

Recomendaciones para evitar incidentes alimentarios

1- Origen de los alimentos: elegir carnicerías y establecimientos oficiales que exhiban las habilitaciones correspondientes para la venta de carnes.

2- Mantenimiento de la cadena de frío: tanto productos refrigerados como congelados deben mantenerse en esas condiciones en el comercio y en el hogar.

3- Higiene de los utensilios: lavar las manos con agua y jabón, las veces que sean necesarias. No utilizar los mismos cuchillos, recipientes, tabla de corte y otros utensilios para la carne cruda y los alimentos cocidos y, en caso de hacerlo, higienizarlos correctamente para evitar contaminación cruzada.

4- Organización de la heladera: los alimentos crudos se guardan abajo, y los cocidos, arriba, siempre dentro de recipientes con tapa, para evitar contaminación por goteos de sangre u otros líquidos.

5- Cocción de los alimentos: debe ser completa, superior a 70 °C. La carne, bien cocida, no debe estar roja en el centro.

6- Manejo del frío: guardar pequeñas porciones en el freezer, estimando que sean del tamaño adecuado para descongelar y consumir en el momento. Esto evita la multiplicación de microorganismos en la superficie de los alimentos. Descongelar dentro de la heladera, estimando el tiempo necesario según la cantidad, ya que el frío contribuye a que los microorganismos se multipliquen lentamente y así se evitan incidentes alimentarios.

Rabino recomendó no cocinar cantidades excesivas, para evitar dejar la comida refrigerada durante mucho tiempo. Todo alimento refrigerado es seguro si se consume en un plazo de 24 a 48 horas desde su elaboración y refrigeración. “Todos los microorganismos que producen intoxicaciones alimentarias no cambian el color, olor, sabor o textura de la carne. Se ve normal, pero intoxica igual”, aclaró el licenciado.

7 – Fecha de vencimiento: Nada vencido se puede consumir. La responsabilidad del establecimiento elaborador llega hasta la fecha de vencimiento indicada en el envase.

8- Grupos de riesgo: Poner especial atención en el cuidado de los alimentos que se ofrecen a las infancias, personas embarazadas, mayores o inmunosuprimidas.

“Seguir estas recomendaciones, comprar en lugares seguros, respetar estas prácticas disminuye el riesgo de que ocurra algo. El riesgo nunca es cero, pero se busca aproximarnos lo más posible”, concluyó Rabino.

Fuente: Prensa Gobierno de Mendoza.