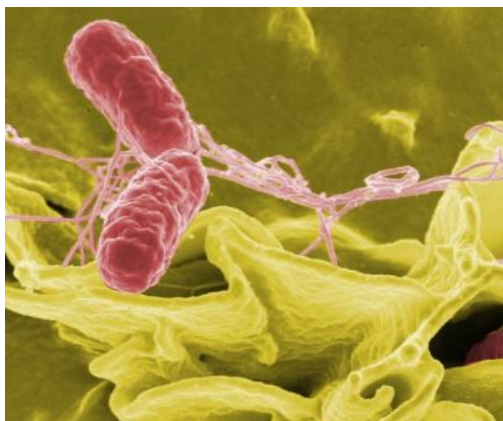


Salmonella



La *Salmonella* es una bacteria ubicua, capaz de infectar al ser humano y a los animales (siendo las aves y el porcino las especies que con mayor frecuencia la vehiculan). Los tipos de *Salmonella* más frecuentes son *Salmonella typhimurium* y *Salmonella Enteritidis*.

La principal fuente de infección es el consumo de agua o alimentos contaminados. La transmisión fecal-oral de una persona a otra, se produce cuando hay deficiencias en la higiene de las manos por parte de la persona infectada que, contamina los alimentos al manipularlos. Los portadores asintomáticos y las personas enfermas también pueden ser fuente de infección.

Los alimentos que más frecuentemente se encuentran implicados en la Salmonelosis son:

- los huevos y productos a base de huevo crudo o poco cocinados,
- la carne cruda o poco cocinada (especialmente de aves de corral),
- la leche y productos lácteos no sometidos a tratamiento térmico,
- el agua contaminada,
- las frutas y hortalizas crudas.

La Salmonelosis generalmente presenta una aparición brusca con fiebre, dolor abdominal, diarrea, náuseas, vómitos, cefalea, mialgias y otros síntomas sistémicos. Los síntomas (generalmente leves) aparecen entre 6 y 72 horas (generalmente de 12 a 36 horas) después de la ingesta del alimento contaminado y persisten entre 2 y 7 días. En algunos casos, en niños pequeños y en personas mayores, la deshidratación causada por la enfermedad puede ser grave. En personas inmunodeprimidas puede cursar con meningitis, encefalopatía, endocarditis, neumonía, abscesos, osteomielitis, celulitis o artritis.

Para prevenir la Salmonelosis, en el ámbito doméstico, es necesario, realizar unas correctas prácticas de higiene y manipulación de los alimentos. Siendo muy importante, no romper la cadena de frío en la conservación de los alimentos crudos ($T^a < 5^aC$), cocinar completamente los alimentos (70°C durante 2 minutos y mantenerlos calientes hasta su consumo) y evitar contaminaciones cruzadas entre alimentos crudos y cocinados, tanto en su almacenamiento como durante su manipulación, separándolos convenientemente y limpiando las superficies de contacto.

En el caso de los huevos, estos no deben lavarse ya que puede producirse transferencia de la bacteria desde el exterior de la cáscara al interior del huevo. En el caso de elaborar alimentos con huevo crudo se deben extremar las medidas de higiene, cascar el huevo en un recipiente distinto del usado para la preparación del alimento, preparar el alimento con la menor antelación posible (en el caso de alimentos como huevo frito o tortilla poco cuajada el consumo debe ser inmediato tras su elaboración) y mantenerse en todo momento en refrigeración. Si no se consume en el día desechar el producto.

Más información en la página web de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN)

https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/seguridad_alimentaria/subdetalle/salmonela.htm