



COMUNICADO DE PRENSA

Por una alimentación más saludable y sostenible

Fundación Alícia e Instituto Silestone enseñan a evitar toxiinfecciones alimentarias en la cocina

- Instituto Silestone en colaboración con Fundación Alícia enseñan las claves de higiene en la cocina para alcanzar la máxima seguridad y evitar las infecciones alimentarias especialmente en verano
- El taller contó con la participación de la Regidora de Salud del Ayuntamiento de Sabadell, Cristina Moreno
- El Bus “Alícia” es una unidad móvil con equipamiento didáctico sobre ciencia y cocina: una iniciativa creada por la Obra Social de CatalunyaCaixa en colaboración con la Fundación Alícia, que promueve los buenos hábitos de alimentación en la sociedad

Barcelona, 31 de Mayo de 2012. Unos correctos hábitos de higiene son la base para una cocina segura. Así lo explicó ayer por la tarde Maite Pelayo, microbióloga y miembro del Consejo Asesor de Instituto Silestone, en un taller sobre “*Seguridad Alimentaria: puntos críticos y contaminación cruzada*” impartido en el Bus “Alícia”, que esta semana visita Sabadell para promover una alimentación saludable y sostenible.

A través de su “*Teoría de la Tinta Roja*” (utilizando tinta infantil para dedos de color rojo), Maite Pelayo ilustró de forma muy vistosa cómo pueden llegar a extenderse las bacterias en la cocina. Bastaba con tocar todo tipo de alimentos y utensilios después de haberse impregnado las manos con esta tinta para ver hasta dónde llega la peligrosidad por no mantener unos correctos hábitos de higiene.

Evitar las toxiinfecciones alimentarias en verano

La mayoría de las intoxicaciones alimentarias se concentran durante los meses de verano, principalmente causadas por la variación de los hábitos de preparación de los alimentos debido al cambio del lugar de residencia durante las vacaciones y la aparición de gérmenes provocada por las elevadas temperaturas.

Consciente de la necesidad de evitar estas infecciones en los alimentos, el Instituto Silestone colabora con el fin de garantizar una óptima seguridad alimentaria para todos los consumidores con unos prácticos consejos:

- ✓ Conservar los alimentos que requieran frío en neveras con bolsas refrigerantes o cubitos protegidos para que no gotee agua y colocarlos en el lugar más fresco posible
- ✓ Utilizar agua potable y lavarse las manos siempre antes de manipular los alimentos
- ✓ Preparar las ensaladas a base de vegetales crudos y embutidos en el último momento, habiéndolos lavado bien en casa (el lugar más higiénico para hacerlo)
- ✓ Cocinar la tortilla de patatas con antelación para poderla enfriar y cuajar bien el huevo
- ✓ Evitar las salsas que contengan huevo (si son comerciales, se deben consumir en un espacio breve de tiempo para evitar recontaminaciones)
- ✓ Conservar en frío hasta el último momento los lácteos y postres hechos con huevo
- ✓ Comprobar que la carne está bien cocinada para garantizar la eliminación de gérmenes



- ✓ Examinar el aspecto externo del producto fijándonos que en la etiqueta contenga información referente a los ingredientes, condiciones de conservación y fecha de caducidad
- ✓ No romper la cadena del frío, ya que a temperatura ambiente las bacterias se multiplican
- ✓ No mezclar alimentos crudos con alimentos cocinados para evitar la posible transmisión de microorganismos mediante la contaminación cruzada. Tampoco los utensilios utilizados para unos y para otros
- ✓ Limpiar los utensilios y superficies cada vez que se manipule un alimento diferente, recordando que las manos del manipulador son un utensilio más
- ✓ Cocinar los alimentos mediante tratamientos prolongados a altas temperaturas (fritura, horno, guiso, etc.), puesto que son los métodos de higienización más eficaces
- ✓ Recordar que existen productos de limpieza, encimeras, neveras e incluso interruptores que contienen elementos antibacterias que facilitan las correctas condiciones de higiene en la cocina

“Las 10 claves de higiene en la cocina”

La Seguridad Alimentaria no se improvisa, sino que es el resultado de una serie de acciones a lo largo de toda la cadena de producción del alimento desde su origen hasta su consumo, encaminadas a evitar riesgos para la salud. Es fundamental no romper nunca la cadena del frío y limpiar cuidadosamente los alimentos que se consuman en crudo.

Unos correctos hábitos de higiene son la base para una cocina segura. Para ello, **Instituto Silestone** aporta unos consejos prácticos y sencillos con el fin de evitar cualquier tipo de toxiinfección alimentaria en el hogar:

1. Comprar siempre alimentos con garantía de calidad en establecimientos de confianza
2. No romper la cadena del frío
3. Mantener la nevera siempre limpia y en óptimas condiciones
4. Extremar las precauciones en la congelación
5. Descongelar de forma controlada y nunca volver a congelar
6. Limpiar cuidadosamente los alimentos de consumo en crudo como verduras y hortalizas. Alimento fresco no significa alimento limpio
7. Cocinar con calor intenso para destruir los gérmenes. Mantener los alimentos bien fríos o calientes y evitar las temperaturas templadas
8. Evitar las contaminaciones cruzadas: el paso de microorganismos de un alimento a otro por contacto directo o a través de utensilios o superficies
9. Extremar la higiene personal. Las manos son un instrumento más
10. Disponer y mantener los utensilios, las superficies y el mobiliario de la cocina en óptimas condiciones de higiene

"Tenemos el deber y la responsabilidad de informarnos, conocer y poner en práctica unos correctos hábitos de manipulación de los alimentos con el fin de preservar la salubridad de los productos que consumimos, por nuestra salud y la de las personas a las que se los ofrecemos. Un consumidor informado es un consumidor más protegido frente a las toxiinfecciones alimentarias", explicaba Maite Pelayo durante el taller.

La Seguridad Alimentaria, una responsabilidad compartida

Los **puntos críticos** son aquellas etapas sobre las que se puede ejercer un control tal que permita evitar o reducir hasta niveles aceptables un peligro alimentario. Este control debe realizarse desde diferentes ámbitos a lo largo de toda la cadena alimentaria: proveedores, almacenamiento, manipulación, cocinado de los alimentos, limpieza, higiene y eliminación de residuos.



Es fundamental que todas las partes implicadas en el proceso de la cadena alimentaria cumplan con su parte de responsabilidad para lograr que haya comunicación, colaboración y coordinación entre todos:

- ✓ Las empresas de la cadena alimentaria: velando por el cumplimiento de las normas vigentes en la producción, manipulado y etiquetado de los alimentos
- ✓ Los consumidores: conociendo cómo transportar, almacenar y manipular los alimentos aplicando unos hábitos correctos para minimizar riesgos, ya que una gran parte de las toxiinfecciones alimentarias tienen origen en el ámbito doméstico
- ✓ Las administraciones públicas: estableciendo programas de análisis, control de riesgos y comunicación, con calidad, rigor y compromiso para la ciudadanía

El Bus Alicia

Con el objetivo de que todos se alimenten mejor, la Fundación Alicia recorre Cataluña a bordo de una unidad móvil con equipamiento didáctico sobre ciencia y cocina. La Fundación, que cuenta con el asesoramiento del chef Ferran Adrià y del cardiólogo Valentí Fuster, promueve, a través de recursos audiovisuales y multimedia, talleres y actividades para todos los públicos, los buenos hábitos alimenticios y los principios saludables.

Alicia, **Ali**-mentación i cien-**cia**, es un centro de investigación dedicado a la innovación tecnológica en la cocina, a la mejora de los hábitos alimentarios y a la valoración del patrimonio agroalimentario y gastronómico. Un centro con vocación social abierto a todos los públicos para promover la buena alimentación. **Alicia** es una fundación privada sin ánimo de lucro, creada en 2003. Su patronato está formado por la Generalitat de Catalunya y la Fundación Caixa de Manresa de CatalunyaCaixa. Cuenta con la complicidad y colaboración de los mejores cocineros y destacados científicos. La Obra Social de CatalunyaCaixa acoge la **Fundación Alicia**, le da soporte, colabora y comparte las grandes áreas que abarca: alimentación, educación e investigación, cultura, territorio i medio ambiente, conocimiento y acción social.

Instituto Silestone es una plataforma internacional dedicada al estudio y a la divulgación de la higiene en la cocina y en el baño, tanto en los espacios públicos como privados, con el objetivo de fomentar una forma y un estilo de vida saludables. Toda la información que divulga **Instituto Silestone** está avalada por su Consejo Asesor, integrado por expertos en diferentes áreas como seguridad alimentaria, cocina profesional, comunicación científica, productos de limpieza, arquitectura y diseño, hostelería y restauración, quienes ponen su conocimiento a disposición de los consumidores, los profesionales y la sociedad en general.

Para más información:

Instituto Silestone

Miriam Pagador (Secretaría y Comunicación)

Rbla. Catalunya 18, 1º 08007 - Barcelona

Tel.: (+34) 93 481 36 20

silestoneinstitute@ulled.com

www.silestoneinstitute.com