

Los riesgos sanitarios que pueden arruinar las Fiestas Patrias

· *El quiebre de la cadena de frío, la contaminación cruzada en la parrilla y la presencia de micotoxinas en frutos secos concentran las alertas del 18 de septiembre.*

La preparación masiva de asados, anticuchos y empanadas, sumada a la venta de alimentos en puestos sin fiscalización, convierte a Fiestas Patrias en uno de los periodos de mayor riesgo sanitario del año. Entre las patologías más recurrentes se encuentran las infecciones causadas por bacterias patógenas como *Salmonella spp.*, *Escherichia coli* y *Clostridium perfringens*, además de la contaminación por *Staphylococcus aureus*, que transmiten directamente quienes manipulan los alimentos cuando hay malas prácticas de higiene de manos, uso inadecuado de mascarillas o heridas expuestas.

“El principal factor de riesgo en estas fechas es el quiebre de la cadena de frío, junto con la manipulación de alimentos en grandes volúmenes y el consumo en puestos informales sin fiscalización. Las infecciones más frecuentes se producen al dejar carnes o rellenos a temperatura ambiente por períodos prolongados, o por cocciones insuficientes”, así lo explica Catherine Monsalve, encargada del Laboratorio de Inocuidad Alimentaria (LIA) del Instituto de Ciencias Agroalimentarias, Animales y Ambientales (ICA3) de la Universidad de O’Higgins (UOH).

En materia de cocción, la recomendación es asegurar que los jugos de las carnes salgan completamente transparentes, sin vestigios rosados. En anticuchos y en el pino de las empanadas se debe alcanzar una temperatura interna mínima de 75 °C en el centro térmico del alimento.

Una vez listas, las preparaciones cocinadas o asadas no debieran permanecer a temperatura ambiente por más de dos horas: lo recomendable es refrigerarlas lo antes posible. En el caso del pino elaborado el día anterior, no debe enfriarse sobre la cocina, sino refrigerarse rápidamente en recipientes poco profundos antes del armado y horneado.

A ello se suma la separación estricta de utensilios: tablas de picar y cuchillos distintos para carnes crudas y alimentos listos para consumir, o bien un lavado profuso con agua y detergente. Tampoco debe reutilizarse la bandeja o el plato donde se trasladó la carne cruda para servir la carne ya cocinada.

“La regla de oro en la parrilla es que lo crudo nunca debe tocar lo cocido, y eso aplica tanto a los utensilios y platos como a las manos de quien manipula los alimentos”, enfatiza la encargada del LIA.

Al momento de comprar alimentos preparados, las y los consumidores deben verificar que el local o fonda cuente con la autorización sanitaria visible otorgada por la SEREMI de Salud, que garantiza fiscalización periódica. También es clave que quien manipula o sirve los alimentos no cobre ni maneje dinero, que las carnes y perecibles se mantengan en vitrinas refrigeradas bajo los 5 °C y que las preparaciones calientes superen los 60 °C de forma constante. En cuanto a indumentaria, se debe exigir cofia o gorro, delantal limpio, uñas cortas sin esmalte, ausencia total de accesorios en manos y muñecas, y acceso a agua potable para el lavado de manos.

Un riesgo menos visible es el de las micotoxinas, como las aflatoxinas y la Ocratoxina A, compuestos tóxicos generados por hongos de los géneros *Aspergillus* y *Penicillium*, que proliferan cuando las materias primas sufren exceso de humedad durante la cosecha, el secado, el almacenamiento o el transporte.

“Las micotoxinas son invisibles a simple vista, no siempre alteran el sabor ni el olor del producto y son termoestables. Ni el hervido prolongado de los huesillos ni la cocción del mote eliminan la toxina una vez que el hongo la produjo”, advierte Monsalve.

Para controlarlas, la recomendación es adquirir solo productos envasados con rotulación formal, resolución sanitaria, fecha de vencimiento y datos del elaborador, y rechazar frutos secos o deshidratados con olor a humedad, moho visible o decoloración anómala. Si se compra mote con huesillo preparado, este debe estar refrigerado. En el hogar, los productos secos deben conservarse en lugares frescos, secos y ventilados, y una vez hidratado el huesillo o cocido el mote, mantenerse bajo refrigeración estricta y consumirse en el menor tiempo posible.

La invitación desde la UOH es a celebrar con responsabilidad, prefiriendo siempre el comercio formal y apoyando el trabajo de las y los productores locales. En esa línea, la Universidad promueve el consumo de alimentos con Sello RRA (Sello de Reducción de Riesgos Alimentarios), que garantiza la aplicación de rigurosas buenas prácticas agrícolas y sanitarias en productos como hortalizas frescas y mieles puras, ideales para acompañar las preparaciones tradicionales del aniversario patrio.