

## APÉNDICE VII.

**Prevención de enfermedades por productos alimenticios potencialmente contaminados\***

Las enfermedades de origen alimentario se acompañan de morbilidad y mortalidad considerables en personas de cualquier edad. En Estados Unidos los *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) calculan que en ese país cada año surgen más de 76 millones de casos de este tipo de enfermedades, lo que ocasiona 325 000 hospitalizaciones y 5 000 fallecimientos. Los niños de corta edad, los ancianos y en particular los sujetos inmunodeficientes son los más susceptibles a presentar las enfermedades y las complicaciones causadas por muchos de los microorganismos vinculados con este tipo de padecimientos. Las medidas preventivas que se señalan a continuación pueden ponerse en práctica para disminuir el peligro de infección y enfermedad por alimentos potencialmente contaminados.

**Leche y quesos no pasteurizados.** La *American Academy of Pediatrics* (AAP) recomienda decididamente el uso de leche pasteurizada y que los padres y funcionarios sanitarios estén perfectamente informados de los riesgos importantes que acompañan al consumo de dicho líquido no pasteurizado. En Estados Unidos, la *Food and Drug Administration* prohíbe la venta de leche cruda entre un estado y otro de la Unión Norteamericana. Los niños no deben consumir ese tipo de leche o productos lácteos, como queso y mantequilla, no pasteurizados. Se han atribuido infecciones sistémicas graves por especies de *Salmonella*, *Campylobacter*, *Mycobacterium bovis* y *Escherichia coli* O157:H7 al consumo de leche no pasteurizada, inclusive la leche cruda certificada. En particular, un número cada vez mayor de brotes de campilobacteriosis en niños se han vinculado con excursiones escolares a granjas y el consumo de leche cruda; este último debe prohibirse en los viajes educativos. Los quesos de leche no pasteurizada se han vinculado con aparición de enfermedades atribuibles a especies de *Brucella* y *Listeria monocytogenes*.

**Huevos.** Los niños no deben consumir huevos crudos o cocidos insuficientemente, huevos en polvo no pasteurizados o productos que contengan huevos crudos. Los principales vehículos de transmisión de especies de *Salmonella* son los alimentos de origen animal, incluidos los huevos. La ingestión de tales alimentos crudos o mal cocidos puede ocasionar salmonelosis grave. Entre los ejemplos de alimentos que pueden contener huevos mal cocidos están algunas coberturas de pasteles y mayonesa hechos en casa, helados hechos de crema cruda, huevos preparados "a la cazuela", aderezo de ensalada César preparado en el momento, salsa holandesa y crema pastelera para galletas y pasteles.

**Carnes crudas y mal cocidas.** Los niños no deben consumir estas carnes o sus productos, en particular las hamburguesas (tortas de carne molida). Varios productos de carne cruda o mal cocida se han vinculado con enfermedad; por ejemplo, carne de aves, con la infección por *Salmonella* o *Campylobacter*; carne molida de res, con infección por *E. coli* O157:H7, *E. coli* enterohemorrágica o *Salmonella*; salchichas (perros calientes) con infección por *Listeria*; cerdo, con triquinosis; y carne de animales salvajes, con brucelosis, tularemia o triquinosis. Es importante que los cuchillos, tablonas para picar,

\* Dajani AS, Taubert KA, Wilson W, et al. Prevention of bacterial endocarditis. Recommendations by the American Heart Association. *JAMA*. 1997;277:1794-1801.

platos y otros utensilios que se usan con carnes crudas no se empleen para preparar frutas o verduras frescas, sino después de una limpieza muy minuciosa.

**Jugos no pasteurizados.** Los niños deben consumir sólo jugos pasteurizados, salvo que la fruta haya sido lavada y exprimida recientemente (como el jugo de naranja) poco antes de su consumo. El consumo de frutas empacadas y jugos de verduras no pasteurizados o sometidos a tratamiento similar se ha vinculado con la aparición de enfermedades de origen alimentario atribuibles a especies de *E. coli* O157:H7 y *Salmonella*. Los consumidores, para identificar un jugo empacado de material no pasteurizado ni sometido a tratamiento similar, deberán buscar en la etiqueta la información de que el producto no ha sido pasteurizado y, por consiguiente, puede contener bacterias nocivas que originen enfermedades graves en niños, ancianos o personas con deterioro del sistema inmunitario.

**Germinados de semillas.** La FDA y los CDC han afirmado de nuevo las recomendaciones sanitarias de que las personas expuestas a gran peligro de mostrar enfermedades graves por alimentos, incluidos niños, personas con sistemas inmunitarios deficientes y ancianos, no deben consumir gérmenes crudos de semillas (germinados) hasta llevar a la práctica métodos intervencionistas para mejorar su inocuidad.\* Se han establecido vínculos entre el consumo de germinados crudos y brotes de enfermedades por especies de *Salmonella* y *E. coli* O157:H7.

**Frutas, verduras y nueces frescas.** Muchas frutas y verduras frescas han ocasionado enfermedades atribuibles a *Cryptosporidium*, *Cyclospora*, *calicivirus*, *Giardia*, especies de *E. coli* y de *Shigella*. Los dos tipos de alimentos deben ser limpiados perfectamente antes de ingerirlos. Los cuchillos, tabloncillos de picar, utensilios y platos empleados con carnes crudas no se utilizarán para preparar frutas o verduras frescas, y se les usará sólo después de limpiarlos minuciosamente. Las nueces crudas con cascarilla se han vinculado con brotes de salmonelosis.

**Mariscos y peces crudos.** Muchos expertos recomiendan que los niños no deben consumir carne de peces o mariscos crudos, en particular los ostiones. Las especies de *Vibrio* que contaminan los mariscos crudos pueden ocasionar cuadros graves en personas con hepatopatía. Algunos expertos recomiendan cuidar que los niños no ingieran carne cruda de peces. El consumo de mariscos crudos, mejillones, almejas, ostiones, veneras y otros moluscos se ha relacionado con la presencia de patógenos y toxinas (véase apéndice VI), y la carne de pescado crudo también se ha vinculado con la transmisión de parásitos.

**Miel.** Es importante no dar miel a niños menores de un año porque se ha demostrado que contiene esporas de *Clostridium botulinum*. Los jarabes claros y oscuros de maíz se fabrican bajo condiciones sanitarias estrictas. Sin embargo, los productos no siempre se empaacan con asepsia ni se esterilizan en forma terminal. Las esporas de *C. botulinum* están en el entorno y pueden aparecer en el jarabe de maíz, razón por la cual los fabricantes no pueden asegurar que todos los productos de este tipo no tengan esporas del microorganismo mencionado.

**Radiación de alimentos<sup>†</sup>.** No existe ningún método para eliminar todas las enfermedades de origen alimentario; sin embargo, muchos expertos bromatólogos piensan que la radiación puede ser un medio eficaz para desterrar patógenos en

\* Si se desea más información, puede solicitarse a FDA Food Information Line al 1-800-FDA-4010 o el US Department of Agriculture al 1-800-535-4555 o 1-202-720-2791 o consultarse las siguientes páginas Web: [www.usda.gov/](http://www.usda.gov/) y [www.foodsafety.gov/](http://www.foodsafety.gov/).

† American Academy of Pediatrics. Committee on Environmental Health. Technical report: irradiation of food. *Pediatrics*. 2000;106:1505-1510.

alimentos. La radiación consiste en exponer brevemente los alimentos a energía radiante (como rayos gamma o X o electrones de alto voltaje) que a menudo se le conoce como “pasteurización en frío”. A nivel mundial, más de 40 países han aprobado el uso de radiación en diversos tipos de alimentos. Además, todas las organizaciones oficiales y profesionales que han revisado la eficacia y la inocuidad de la radiación en alimentos han recomendado su empleo. En Estados Unidos, los consumidores pueden adquirir carne radiada y algunos otros productos. Es posible que en lo futuro se aumente la posibilidad de obtener los alimentos radiados. El riesgo de enfermedades de origen alimentario en niños puede disminuir notablemente con el consumo habitual de carnes de diversos tipos y de aves así como otros alimentos radiados.

**Infecciones por *E. coli* productora de toxina de shiga.** Ante la morbilidad y la mortalidad importantes que conllevan las infecciones por *E. coli* productora de toxina de shiga (*shiga toxin-producing E. coli*, STEC) es necesario destacar los puntos siguientes:

- Es importante notificar a los departamentos estatales de salud los casos de niños infectados por STEC para que apliquen las medidas de salud pública que faciliten la identificación inmediata de brotes.
- Los niños no deben consumir leche o jugos no pasteurizados, tampoco deben comer quesos no pasteurizados o germinados crudos, ni consumirán huevos, mariscos, aves de corral o carnes crudos o insuficientemente cocidos.
- Es importante evitar la contaminación de alimentos; específicamente las carnes crudas no se pondrán en contacto con otros alimentos. Es indispensable lavarse las manos, así como tabloncillos de picado, cuchillos y otros utensilios de cocina después de que han estado en contacto con carnes crudas.
- Es necesario instruir cada vez más a los padres y profesionales asistenciales sobre los beneficios de la radiación de carnes, frutas y verduras para reducir al mínimo la propagación de cualquier patógeno intestinal, incluida STEC.