



Ajuntament de L'Hospitalet

Àrea de Seguretat, Convivència i Civisme

Departament de Protecció Civil.

## **PROTECCIÓ CIVIL L'HOSPITALET**

### **CONSELLS DE SEGURETAT ALIMENTARIA.**

### **CLAUS PER LA INNOCUÏTAT DELS ALIMENTS:**

Sabem que els aliments contenen bacteries, virus, paràsits o substàncies químiques perjudicials per a la salut, que poden causar fins a 200 malalties diferents i que son responsables de 2 milions de morts anuals al mon.

Com a consumidors podem contribuir a aconseguir que els aliments estiguin en mes bones condicions per el consum, a l'hora de manipular o preparar els nostres plats.

## CINC CLAUS PER TENIR EN COMPTE:

- Mantingueu la neteja a tot arreu, des de les superfícies i ambients de treball (marbres etc...), fins els aliments i les nostres mans, que les haurem de rentar abans i durant el procés d'elaboració dels aliments.
- Separeu el aliments crus dels aliments cuinats, feu servir taules de tallar, equips i utensilis diferents.



- Cuineu completament els aliments, especialment carns,ous, peix, aus i similars. Al tornar a escalfar tingueu la precaució de superar els 70 graus de temperatura per eliminar possibles microorganismes.



- Mantingueu els aliments a temperatures segures, refrigereu el mes aviat possible els aliments cuinats i no deixeu a temperatura ambient congelats i frescos a fi de no trencar la cadena del fred, ni els aliments cuinats per mes de dues hores.



- Utilitzeu aigua i matèries primeres netes i sense contaminar, es a dir feu servir aigua segura, renteu molt be les fruites i les verdures fresques, escolliu llet i làctics pasteuritzats i no feu servir aliments caducats.

Aquestes cinc claus per millorar la innocuïtat dels aliments ens ajudarà a cuidar la salut de tots nosaltres i dels demes consumidors, fàcilment podem seguir aquests consells a casa i evitar el consum d'aliments insalubres o contaminats que poden causar un gran nombre de malalties.

Tingues en compte que tu pots fer molt per la salubritat dels aliments i per protegir l'organisme menjant plats sans i segurs.