

Contaminación Cruzada

Por: Oscar Acosta

Químico y Auditor en Seguridad Alimentaria-Puerto Rico

Disfrutar una gran cena es una de las actividades individuales, familiares y/o sociales que mayor satisfacción le brinda a los seres humanos. Esta actividad está influenciada por la historia, la cultura y el ambiente de cada país, además de la disponibilidad y las preferencias personales, por tal razón es indispensable que los alimentos sean inocuos. Asimismo, que la preparación se realice en condiciones sanitarias, resultando así en un factor esencial para la salud. La contaminación cruzada hoy día es uno el tema de mayor preocupación en la industria alimentaria, ya que afecta grandemente tanto al consumidor como a cada empresa. Cuando hablamos de contaminación cruzada nos referimos a la transferencia de microorganismos de un alimento contaminado, normalmente crudo, a otro listo para ser consumido. Este tipo de contaminación, es una de las causas más frecuentes de infecciones e intoxicaciones en las cocinas alrededor del mundo, pero es fácil de prevenir. Los microorganismos, incluso ocasionalmente los patógenos productores de enfermedades, pueden encontrarse casi en todas partes incluyendo alimentos crudos destinados a su consumo como carnes, aves, huevos y verduras. Este hecho no constituye un problema sanitario mayor, ya que una adecuada cocción eliminará o reducirá la posibilidad de cualquier problema.

La contaminación cruzada puede ocurrir de manera directa (contaminación cruzada directa) por medio del contacto directo entre un alimento crudo y uno cocido y/o listo para consumir; o de forma indirecta (contaminación cruzada indirecta) a través de manipuladores (por medio de sus manos), superficies de contacto (mesadas, utensilios) o el aire.



En las cocinas industriales, en las que se elaboran grandes cantidades de comidas, deben existir varios locales o secciones reservados exclusivamente a la manipulación de las diferentes materias primas según su naturaleza (carnes, pescados y mariscos, frutas y verduras, repostería.) con equipos y utensilios apropiados y dedicados para evitar la contaminación. En establecimientos hosteleros de dimensiones más pequeñas, y si lo anterior no es posible, deben reservarse espacios o zonas de la cocina para las distintas operaciones de trabajo eliminando cruces y reduciendo la posibilidad de contaminación cruzada entre alimentos de diferente naturaleza, así como entre alimentos crudos y ya cocinados.

La producción de alimentos sanos y libres de contaminantes no sólo depende del lugar de su producción sino también de los procesos de elaboración y de las personas que tienen contactos con ellos. La contaminación de los mismos puede producirse en cualquier momento desde su cosecha, pasando por la elaboración a nivel industrial, hasta cuando se prepara la comida en el hogar. Todas las etapas son importantes y en cada una de ellas se deben tomar todas las precauciones necesarias para que esto no ocurra. Tenemos que tener en cuenta que, la higiene de los

alimentos es tanto un derecho como un deber de todos los consumidores, por lo tanto todos somos responsables de los alimentos que adquirimos, manipulamos y consumimos.



Existen varias formas de asegurarnos que los alimentos no se contaminen a lo largo de toda la cadena alimentaria. Se pueden aplicar métodos específicos de aseguramiento de la calidad e inocuidad alimentaria como lo son: las buenas prácticas de manufactura, los procedimientos operativos estandarizados de limpieza y desinfección, el análisis de peligros y puntos críticos de control entre otros. Estos tienen como objetivo principal prevenir la contaminación de los alimentos.



Otras prácticas que podemos implementar son:

- Separe siempre las carnes crudas de los alimentos cocidos o listos para consumir durante su almacenamiento y preparación.
- Lave siempre sus manos con agua y jabón entre la manipulación de los alimentos crudos y cocidos o listos para consumir.
- Cuando realice las compras, guarde los productos como carnes, aves y pescados en bolsas separados del resto de los alimentos. Separe los productos de limpieza de los comestibles.
- Cuando realice las compras, deje para el final los productos perecederos. Coloque las carnes crudas en recipientes cerrados, en la parte inferior del refrigerador o bien en el sector que el fabricante haya destinado a las carnes. Use recipientes y utensilios diferentes (fuentes, cuchillos y tablas de cortar), para manipular alimentos crudos y cocidos. Lávelos minuciosamente entre usos.
- Una adecuada higiene de la cocina que incluya la limpieza y desinfección periódica de superficies, equipos, utensilios y otros materiales contribuirá de manera eficaz a prevenir posibles contaminaciones de los alimentos.

- Mantenga todas las superficies, equipos y utensilios de cocina limpios (desinfección frecuente, idealmente con Cloro diluido en agua).
- Los alimentos sin elaborar deberán estar claramente separados, de los alimentos listos para el consumo. El acceso a las áreas de procesamiento puede necesitar ser restringido o controlado. Cuando los riesgos son particularmente altos, el acceso a las áreas de procesamiento debe ser sólo a través de un centro de transformación. El personal puede necesitar ser requerido para ponerse ropa protectora limpia, incluido el calzado, y lavarse las manos antes de entrar.

La contaminación microbiana es un problema fácil para resolver. La única estrategia posible es prevenir la contaminación del alimento a lo largo de toda la cadena de producción y distribución, conjuntamente con la ejecución de determinados tratamientos sanitarios y el mantenimiento del producto en condiciones (particularmente temperatura) desfavorables para el desarrollo de los microorganismos.