



Doenças transmitidas por alimentos

Dias extremamente quentes podem causar quedas de energia que, por consequência, repercutem em falhas nos sistemas de refrigeração em caminhões, armazéns, lojas e residências. Isso pode ocasionar o acondicionamento de alimentos em temperaturas não seguras, podendo levar à sua deterioração durante o transporte ou armazenamento. Alimentos perecíveis com risco de estragarem incluem carne, ovos, laticínios, frutas cortadas, alguns vegetais, arroz cozido e sobras.

Dias quentes e úmidos também podem criar condições ideais para a proliferação de bactérias como a salmonela. Quando essas bactérias se proliferam nos alimentos que comemos, podem causar doenças gastrointestinais, como dor de estômago, diarreia, vômito e desidratação.

Quem tem mais risco?

- Pessoas com mais de 65 anos
- Crianças menores de 5 anos
- Pessoas grávidas
- Pessoas com sistema imunológico comprometido

O que podemos fazer a respeito?

- Verifique sua geladeira e despensa em busca de itens que possam estar potencialmente contaminados
- Não deixe alimentos perecíveis expostos por mais de uma hora durante o transporte e manuseio
- Se as portas do freezer e da geladeira permanecerem fechadas, os alimentos permanecerão seguros por até 4 horas na geladeira, 48 horas no freezer cheio e 24 horas no freezer meio cheio
- Jogue fora alimentos perecíveis da sua geladeira (carne, peixe, frutas e vegetais cortados, ovos, leite e sobras) após 4 horas sem energia
- Use caixas frigoríficas para transportar alimentos refrigerados e congelados
- Verifique as temperaturas: os refrigeradores devem estar entre 35 °F e -38 °F e os freezers devem estar abaixo de 0 °F
- Manuseie e cozinhe os alimentos de acordo com instruções de preparação seguras

