

FUENTE:
MINSAL: MEDIDAS GENERALES DE SALUD
AMBIENTAL EN EMERGENCIAS

www.senapred.cl

RECOMENDACIONES PARA PREVENIR ENFERMEDADES DURANTE EMERGENCIAS Y DESASTRES HIGIENE Y ASEO



Entra a:
www.familiapreparada.cl
Y conoce los 8 pasos que debes seguir junto a tu familia para organizarse, prepararse y saber que hacer frente a una emergencia.

PLAN
Familia
PREPARADA
www.senapred.cl





I. LAVADO DE MANOS:

LAVE SUS MANOS CON AGUA Y CON JABÓN:

Antes de comer.

Después de ir al baño.

Al manipular o cocinar alimentos.



II. CLAVES PARA MANTENER LOS ALIMENTOS SEGUROS:

UTILICE AGUA Y ALIMENTOS SEGUROS PARA SU CONSUMO:

Utilice agua hervida o clorada* para lavar alimentos.

Compre alimentos en lugares autorizados para su venta.

PREOCÚPESE DE LA LIMPIEZA:

Limpie con agua clorada los mesones y cubiertas para preparar los alimentos.

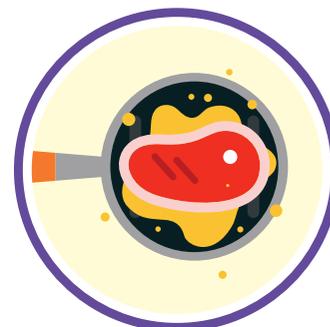
Si no dispone de agua potable, lave cuidadosamente los utensilios de cocina con agua hervida o clorada.

Guarde los alimentos en recipientes limpios y tapados.



SEPRE CARNES, POLLO Y PESCADO CRUDO DEL RESTO DE LOS ALIMENTOS:

Ocupe utensilios distintos para preparar los alimentos crudos y los cocidos.



LOS ALIMENTOS DEBEN ESTAR BIEN COCIDOS:

En el caso de las carnes y pescados, debe cocinarlos hasta que la parte interior no se vea rosada.



MANTENGA LOS ALIMENTOS A TEMPERATURAS ADECUADAS:

Los alimentos cocidos no deben estar expuestos a temperatura ambiente por más de dos horas.

Si no dispone de un refrigerador funcionando, prepare los alimentos para consumo inmediato.

**Agua clorada: agregue diez gotas de cloro por cada litro de agua y deje reposar por 30 minutos.*