



## Información sobre Inocuidad de Alimentos



### La Línea de Información Contesta Preguntas en "Momentos de Pánico" sobre Inocuidad Alimentaria

*"¡Ayuda! ¡Tengo 20 invitados que vienen a cenar y me parece haber cocido la carne inadecuadamente! La Línea de Información sobre Carnes y Aves del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés) recibe llamadas similares todos los días sobre la inocuidad de los alimentos. Durante los días festivos, las personas están ocupadas y algunas veces olvidan que un manejo y una cocción inadecuada puede causar enfermedades transmitidas a través de los alimentos".*

*Aquí hay varias preguntas que las personas que llaman han hecho sobre la inocuidad de los alimentos que sirven durante los días festivos.*

**P. "Acabo de darme cuenta que cociné el pavo con el paquete de las menudencias dentro de la cavidad. ¿Estarán tanto el pavo como las menudencias inocuos para consumir?"**

**R.** Si dejó las menudencias dentro de la cavidad durante el asado, aún cuando no es recomendable que se haga, probablemente el pavo y las menudencias estarán inocuos para usar. Sin embargo, si la forma del paquete que contiene las menudencias cambia o se derrite de cualquier manera durante la cocción, no use las menudencias ni el pavo, porque químicos dañinos del paquete podrían haber penetrado los alrededores de la carne.

**P. "Esta mañana descubrí que el asado de cerdo se quedó afuera durante toda la noche. Lo saqué anoche del congelador por un rato, para descongelar, y olvide colocarlo para atrás en el refrigerador antes de irme a dormir. El asado está completamente descongelado y se siente tibio al tocarlo. ¿Estará sano si lo cuezo?"**

**R.** Desafortunadamente, este asado no se debe comer. Éste ha estado fuera del refrigerador por demasiado tiempo. Refrigere los alimentos percederos, alimentos preparados y sobras dentro de 2 horas [1 hora, si la temperatura esta por encima de 90 °F (32.2 °C)]. A temperatura

ambiental, las bacterias que podrían estar presentase en carnes y aves crudas se reproducen bien rápidamente y algunos tipos de bacterias producirán toxinas, las cuales no se pueden destruir por medio de la cocción y posiblemente causar enfermedades. Nunca descongele carnes o aves congeladas sobre el mostrador de la cocina. La descongelación en el refrigerador es más inocua. También puede descongelar los alimentos en agua fría o en el horno de microondas. Estos alimentos se deben cocer inmediatamente hasta alcanzar una temperatura interna mínima adecuada antes de refrigerarse.

**P. "Recibí un faisán ahumado como regalo de una compañía de pedidos por correo. Estaba empacado dentro de una caja sin hielo seco ni paquetes de gel congelado. No estaba frío, aún cuando la etiqueta decía "mantener refrigerado. Debido a que esta ahumado ¿se mantendrá sano?"**

**R.** Las aves y jamones son ahumados para proveerle "sabor", no para preservar los. La única excepción son los jamones del país y los embutidos secos, los cuales se mantienen sanos a temperatura ambiental debido a su contenido alto de sal y resequedad. Si un producto esta etiquetado como "mantener refrigerado", esto es una advertencia (para estar sano se debe mantener frío). No coma el producto. Si recibe un alimento percedero tibio (a una temperatura sobre 40 °F (4.4 °C), medido con un

termómetro de alimentos) notifique a la compañía. Es responsabilidad del que envía el producto entregarlo a tiempo, empacado apropiadamente y manejado adecuadamente. La responsabilidad del cliente es tener a alguien en la casa para recibirlo y refrigerarlo inmediatamente.

**P. “Compré en mi supermercado local, del departamento de fiambres, un pavo relleno fresco. Uno de mis invitados dijo que no es adecuado cocinarlo y comerlo. ¿Es esto correcto?”**

**R.** Su invitado está bien informado sobre inocuidad alimentaria. Está en lo correcto ¡NO LO USE! Le recomendamos que deseche o devuelva el producto a la tienda donde lo compró.

El USDA recomienda solo comprar pavos previamente rellenos y congelados que contengan la marca de inspección del USDA o del estado en el empaque. Estos pavos están sanos porque han sido procesados bajo condiciones controladas. NO LO DESCONGELE antes de cocinarlo. Cuézalo congelado. Siga las direcciones del empaque para un manejo y cocción adecuada.

**P. “Las instrucciones en el empaque de jamón dice la cocción tomará aproximadamente 4 horas, pero el termómetro registró 160 ° (71.11 °C) después de solo 3 horas. El problema es que no lo comeremos hasta por 2 horas más. ¿Podría dejarlo cubierto con papel de aluminio sobre el mostrador?”**

**R.** Esa no es una buena idea. Las bacterias que causan enfermedades transmitidas a través de los alimentos pueden contaminar alimentos ya cocidos adecuadamente que se dejan a temperatura ambiental. Los científicos han encontrado que después de solo 2 horas a temperatura ambiental, las bacterias pueden multiplicarse en alimentos hasta niveles suficientemente altos como para causar enfermedades. Como el jamón estará afuera por tiempo adicional para ser rebanado y servido, es mejor que lo cubra y mantenga dentro del horno a 200 °F (93.3 °C) hasta que esté listo para servir. Verifique el jamón con un termómetro de alimentos para asegurar que no esté a una temperatura interna por debajo de 140 °F (60 °C) mientras se mantenga dentro del horno.

**P. “¿Qué debo hacer? Anoche coloqué un pavo de 20 libras en el horno a una temperatura de 200 °F (93.3 °C) antes de irme a dormir y el indicador de temperatura eyector indicó que estaba listo a las 7:30 a.m. de esta mañana. No vamos a comerlo hasta las 3 p.m.”**

**R.** En esta situación, usted tiene dos problemas. Primero, la cocción de la carne durante la noche a una temperatura baja no es un método adecuado, por lo que no recomendamos comer este pavo. No es adecuado cocinar cualquier carne o pavo en un horno ajustado a una temperatura menor de 325 °F (162.8 °C). A 200 °F (93.3 °C), la carne se mantiene por demasiado tiempo dentro de la “Zona de Peligro” [entre 40 y 140 °F (4.4 y 60 °C)], donde las bacterias se multiplican rápidamente y pueden formar toxinas.

Segundo, el mantener un pavo que ha sido cocido adecuadamente a una temperatura interna de 140 °F (60 °C) o por encima, por esta cantidad de tiempo, puede secarlo y afectar su calidad. Si un pavo cocido adecuadamente se tiene que mantener desde las 7:30 a.m. hasta las 3 p.m., para mayor inocuidad y calidad, este debe ser rebanado y refrigerado en envases llanos cubiertos. Sírvalo frío o recalentado hasta una temperatura interna de 165 °F (73.9 °C). Use un termómetro de alimentos para verificar la temperatura interna.

**P. “Mi tía hace una fiesta festiva todos los años. La fiesta dura todo el medio día hasta la tarde. Ella deja los alimentos en la mesa por horas. Yo tengo niños pequeños y me preocupa que se enfermen si los comen. ¿Qué debo hacer?”**

**R.** Tiene derecho a estar preocupada por sus niños. Ellos, al igual que mujeres embarazadas, personas de edad avanzada y personas con el sistema inmunológico débil tienen una mayor riesgo de enfermarse a través de los alimentos y sufrir complicaciones. Todo el mundo debe prevenir los alimentos percederos que no se mantuvieron, ya sea fríos o calientes. Esperemos que su tía mantenga calientes los alimentos calientes (a 140 °F (60 °C) o más) en platos calentadores, ollas de cocción lenta o bandejas calentadoras. Los alimentos fríos deben mantenerse a 40 °F (4.4 °C) o más fríos. Coloque las bandejas con alimentos sobre envases con hielo o reemplácelas frecuentemente con otras del refrigerador. Estos alimentos los puede ofrecer confiada a su niño.

**P. “Durante el fin de semana, horneé unos pasteles de calabaza para servirlos mañana en el día de Acción de Gracias. Han estado sobre el mostrador. ¿Debí haberlos refrigerado?”**

R. Si. Los alimentos preparados con huevos y leche, como los pasteles de calabaza, pastel de natilla y tortas de queso deben hornearse primero hasta una temperatura interna mínima adecuada de 160 °F (71.1 °C). Entonces, estos deben ser refrigerados después de hornearlos. Los huevos y la leche tienen un contenido alto de proteína y humedad y cuando estos productos horneados se dejan a temperatura ambiental, las condiciones ayudan a que las bacterias se multipliquen. No es necesario que refrigere muchos de los otros bizcochos, galletas dulces o panes, a menos que estén rellenos con perecederos o tengan una capa de clara de huevo con azúcar.

**P. “Asé mi pavo ayer para el día festivo y lo coloqué en el refrigerador. Pensé que estaba bien porque el pavo no está relleno. Entonces, mi hija me dijo que no debí haberlo refrigerado entero. ¿Estará sano para comerlo hoy?”**

R. No recomendamos que refrigere un pavo entero cocido, porque puede tardar demasiado tiempo en enfriarse hasta una temperatura adecuada. Para mayor inocuidad, corte grandes pedazos de aves o las aves enteras en pedazos pequeños. Estará bien dejar intactos los muslos, piernas y alas, si así lo prefiere. Refrigérelas en envases llanos y con tapa dentro de 2 horas después de la cocción. Es bien importante asegurarse de enfriar rápidamente y de forma pareja y recalentar rápidamente.

## ¿Preguntas sobre inocuidad alimentaria?

### Llame a la Línea de Información sobre Carnes y Aves

Si tiene preguntas sobre carnes, aves y productos de huevos, llame gratis a la Línea de Información sobre Carnes y Aves del Departamento de Agricultura de los EE.UU. al **1-888-674-6854**.



La Línea está abierta durante todo el año, de lunes a viernes, desde las 10 a.m. hasta las 4 p.m., hora del este (inglés y español). Puede escuchar mensajes grabados sobre la inocuidad alimentaria, disponibles durante las 24 horas del día. Visite la página electrónica, es Español, del FSIS, [www.fsis.usda.gov/En\\_Espanol/index.asp](http://www.fsis.usda.gov/En_Espanol/index.asp)

### ¡Pregúntale a Karen!

El sistema automático de respuestas del FSIS puede proveerle información sobre la inocuidad de los alimentos 24 horas del día/7 días a la semana y “charlas” en vivo durante las horas laborables de la Línea de Información.



[PregunteleKaren.gov](http://PregunteleKaren.gov)

Envíe sus preguntas por correo electrónico al [MPHotline.fsis@usda.gov](mailto:MPHotline.fsis@usda.gov).