

BOLETIN DE PRENSA

Boletín número 0499
Ciudad Universitaria, 5 de mayo de 2025

Llama especialista a evitar enfermedades transmitidas por alimentos

Elizabeth Fuentes Jiménez, responsable de la Clínica de Nutrición y Orientación Alimentaria en la Facultad de Nutrición de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos (UAEM), alertó sobre los riesgos de consumir alimentos que nos enfermen durante la temporada de calor y ofreció algunos consejos para mantenernos saludables.

En entrevista, explicó que el calor acelera el desarrollo de microorganismos patógenos en los alimentos, reduciendo drásticamente su vida útil. Por ello, recomienda consumir los alimentos inmediatamente después de su compra para evitar pérdidas económicas y nutricionales.

“Los alimentos con alto contenido de agua, como cárnicos y lácteos, son particularmente susceptibles al deterioro por las altas temperaturas, acortando significativamente su duración. Frutas y verduras también se deterioran más rápido a temperatura ambiente, por lo que la refrigeración es fundamental para prolongar su vida útil”, explicó.

Además de las enfermedades transmitidas por alimentos, destacó la deshidratación severa, amebiasis, salmonella y hepatitis como algunas de las más comunes en esta temporada.

Fuentes Jiménez hizo un llamado a la comunidad universitaria a tener precaución con los lugares donde consumen alimentos, especialmente en la calle, como puestos ambulantes, ya que no todos garantizan la inocuidad.

Finalmente, la especialista recomienda optar por establecimientos que cumplan con normas de higiene y utilicen agua potable para su elaboración, además de un lugar para lavarse las manos antes de consumir los alimentos.

Atentamente
Por una humanidad culta