

## Red Internacional de Autoridades en materia de Inocuidad de los Alimentos (INFOSAN)

18 de octubre de 2006

Nota informativa INFOSAN N° 5/2006 - «Cinco claves para la inocuidad de los alimentos»

### «Prevención de las enfermedades transmitidas por los alimentos: las cinco claves para la inocuidad de los alimentos»

#### RESUMEN

- Diariamente, millones de personas se ven afectadas por enfermedades transmitidas por los alimentos, y miles de ellas mueren por esta causa.
- Los niños, los ancianos, las embarazadas y los pacientes inmunodeprimidos son especialmente vulnerables a las enfermedades transmitidas por los alimentos.
- La preparación adecuada de los alimentos puede evitar muchas de estas enfermedades.
- La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha definido **Cinco claves para la inocuidad de los alimentos** con el fin de divulgar las prácticas inocuas de manipulación de los alimentos.
- El **póster *Cinco claves para la inocuidad de los alimentos*** ha sido traducido a más de 40 idiomas.
- Existe un **manual *Cinco claves para la inocuidad de los alimentos*** que ayuda a los instructores a presentar y adaptar a diferentes grupos el mensaje de la OMS sobre la higiene de los alimentos.
- Los **proyectos *Cinco claves para la inocuidad de los alimentos*** han sido llevados a cabo por las seis Oficinas Regionales de la OMS.
- La OMS sigue buscando asociados y colaboradores para continuar esta importante labor.

#### Los componentes de las ***Cinco claves para la inocuidad de los alimentos*** son:

1. Limpieza
2. Separación de lo cocinado y lo crudo
3. Buena cocción de los alimentos
4. Mantenimiento de los alimentos a temperaturas adecuadas
5. Uso de agua y materias primas inocuas

#### El problema

La inocuidad de los alimentos es un problema de salud para el ser humano desde los comienzos de la historia, y muchos de los problemas actuales en esta materia no son nuevos. Algunas fuentes atribuyen la muerte de Buda a una enfermedad transmitida por los alimentos, y varios preceptos dietéticos religiosos reflejan una preocupación por la higiene alimentaria. Algunas de las leyes más antiguas también están relacionadas con la salubridad de los alimentos.

A pesar de que los gobiernos están haciendo lo posible por mejorar la inocuidad de los alimentos, estas enfermedades siguen constituyendo un importante problema de salud tanto en los países en desarrollo como en los países desarrollados. La carga de enfermedades transmitidas por los alimentos suele estar mejor documentada en los países desarrollados, pero sus repercusiones en los países en desarrollo son extremadamente graves desde el punto de vista del sufrimiento humano y del aumento de demanda a que se ven sometidos sus sistemas de salud. Las consecuencias a largo plazo de los episodios repetidos de diarrea son la malnutrición y el aumento de la vulnerabilidad a una amplia gama de enfermedades. Esto es particularmente cierto en el caso de la diarrea del lactante, que causa anualmente varios millones de muertes. Las enfermedades transmitidas por los alimentos dañan la

economía y el desarrollo de los países por sus costos directos e indirectos, así como por sus graves repercusiones en la exportación de alimentos y el turismo, que son dos importantes fuentes de ingresos de los países en desarrollo.

En los últimos años se han producido varios brotes extremadamente graves de enfermedades transmitidas por los alimentos en prácticamente todos los continentes, lo cual demuestra su importancia desde el punto de vista social y de la salud pública. Estas enfermedades son especialmente peligrosas para algunos grupos de alto riesgo.

### **Inocuidad de los alimentos y grupos de alto riesgo**

Aunque cualquiera puede sufrir una enfermedad transmitida por los alimentos, el número de personas que corren un riesgo especialmente elevado de contraerlas, a menudo con consecuencias graves, está aumentando en todo el mundo.

- **Lactantes y niños pequeños**

Como su sistema inmunitario todavía no está plenamente desarrollado y la protección que ofrece la flora intestinal no es tan eficaz como en los adultos, los lactantes y los niños son más propensos a padecer enfermedades transmitidas por los alimentos. Además, proporcionalmente a su peso, los niños consumen más alimentos que los adultos, por lo que tienen mayor exposición a las toxinas y contaminantes de origen alimentario.

- **Embarazadas**

Los cambios hormonales del embarazo alteran el sistema inmunitario materno, con la consiguiente disminución de su función y el aumento de la vulnerabilidad a las enfermedades transmitidas por los alimentos. Además, el feto en desarrollo es vulnerable a patógenos alimentarios que pueden no causar enfermedad en la embarazada. Por ejemplo, *Listeria monocytogenes* y *Toxoplasma gondii* pueden causar partos prematuros, abortos, muerte fetal o malformaciones fetales sin que la madre presente síntomas.

- **Pacientes inmunodeprimidos**

Los pacientes sometidos a tratamientos antineoplásicos, trasplantados o con enfermedades crónicas como la infección por VIH/SIDA tienen un sistema inmunitario debilitado que los vuelve especialmente propensos a contraer enfermedades transmitidas por los alimentos. En estos pacientes, las infecciones bacterianas producen a menudo complicadas secuelas, e incluso la muerte.

- **Ancianos**

Las personas de edad avanzada son más vulnerables a las enfermedades transmitidas por los alimentos porque las defensas naturales contra la enfermedad disminuyen con la edad. Las infecciones por *Escherichia coli* enterohemorrágica, tales como *E. coli* O157, pueden tener una mortalidad elevada. Los ancianos también corren mayor riesgo de padecer defectos de la visión que alteran su capacidad para determinar si los alimentos están bien cocinados, y limpias las superficies donde se manipulan.

- **Viajeros**

Los viajeros internacionales contraen a menudo diarreas por consumo de alimentos contaminados. Las alteraciones inmunitarias, los cambios dietéticos y climáticos, el estrés, los conocimientos limitados sobre los problemas y las tradiciones sociales locales son algunos de los factores que aumentan la complejidad del problema.

Una proporción considerable de estas enfermedades son causadas por una preparación inadecuada de los alimentos o por su manipulación incorrecta en el hogar o en los establecimientos de alimentación. La formación de los manipuladores de alimentos (entre los que se incluyen todos los consumidores) es esencial en la prevención de las enfermedades transmitidas por los alimentos. La manipulación adecuada de los alimentos es particularmente importante para las personas pertenecientes a los grupos de alto riesgo y quienes cuidan de ellas.

## **Las acciones de la OMS para reducir la carga de morbilidad de las enfermedades transmitidas por los alimentos**

Hace mucho que la OMS es consciente de la necesidad de concienciar a los manipuladores de alimentos de su responsabilidad por la inocuidad de estos. A principios de los años noventa, la OMS formuló *Diez reglas de oro para la preparación de alimentos inocuos*. No obstante, resultó evidente que era necesario algo más simple y de aplicación más general. Tras cerca de un año de consultas con expertos en inocuidad de los alimentos y comunicación, la Organización presentó en 2001 el **póster *Cinco claves para la inocuidad de los alimentos***, que contiene instrucciones simples y fáciles de recordar, sugerencias concretas para ponerlas en práctica y justificaciones de las medidas propuestas. El póster ha sido traducido a más de 40 idiomas y se está utilizando para difundir por todo el mundo el mensaje de la OMS acerca de la higiene de los alimentos. En <http://www.who.int/foodsafety/publications/consumer/5keys/en> encontrará copias del póster en muchos idiomas.

Recientemente, la OMS ha publicado el **manual *Cinco claves para la inocuidad de los alimentos***, que proporciona información más detallada sobre el contenido del póster y propone formas de comunicar el mensaje y de adaptar el programa de formación a diferentes grupos de destinatarios, como los profesionales de la manipulación de alimentos, los consumidores, los niños o las mujeres. El manual incluye asimismo dos formularios de evaluación: uno para el organizador y otro para los participantes; en este último se evalúa el impacto de la sesión de formación sobre los conocimientos, actitudes y prácticas relacionados con la inocuidad de los alimentos. El manual de formación está disponible en <http://www.who.int/foodsafety/consumer/5keysmanual/en>.

### **► Las *Cinco claves para la inocuidad de los alimentos* en la lucha contra la gripe aviar**

En 2006, la OMS adaptó los mensajes de las *Cinco claves* al problema de la manipulación y preparación de las aves de corral y sus derivados potencialmente infectados por virus de la gripe aviar hiperpatógenos. Además, los principios básicos de higiene alimentaria consistentes en la separación, el lavado y la cocción se incorporaron a la Campaña de Movilización Social FAO/UNICEF/OMS, destinada a evitar la propagación de la gripe aviar al ser humano ([http://www.who.int/csr/disease/avian\\_influenza/adhocsummaryreport.pdf](http://www.who.int/csr/disease/avian_influenza/adhocsummaryreport.pdf)). En [http://www.who.int/foodsafety/publications/micro/ai\\_farmtofork/en](http://www.who.int/foodsafety/publications/micro/ai_farmtofork/en) se puede descargar un video sobre la aplicación de las *Cinco claves* a la prevención de la infección por virus de la gripe aviar hiperpatógenos.

### **► Adaptación de las *Cinco claves* para lograr mercados de alimentos sanos**

Aunque los mercados de alimentos son una fuente importante de comida asequible para muchos millones de personas, también se han relacionado con importantes brotes de enfermedad. Como parte de su programa *Ciudades sanas*, la OMS ha elaborado la estrategia *Mercados de alimentos sanos* cuyo objetivo consiste en mejorar la inocuidad y la calidad nutricional de los alimentos vendidos en los mercados urbanos. En una nueva publicación, titulada *Guía para mercados de alimentos sanos* ([http://www.who.int/foodsafety/capacity/healthy\\_marketplaces/en](http://www.who.int/foodsafety/capacity/healthy_marketplaces/en)) se incluye una adaptación de las *Cinco claves* para los mercados de alimentos sanos.

### **► Difusión del mensaje de las *Cinco claves para la inocuidad de los alimentos***

La OMS fomenta activamente la adaptación local del mensaje de higiene de los alimentos que contienen las *Cinco claves*.

Con la participación activa de la red de oficinas de la OMS en las regiones y los países y de otras organizaciones asociadas, se están llevando a la práctica en los países proyectos educativos para los grupos de alto riesgo, entre ellos los niños, las mujeres y otras personas que participan en la preparación y manipulación de los alimentos, como los vendedores ambulantes.

Las seis Oficinas Regionales de la OMS tienen una función clave en este proceso. Por ejemplo, en la Oficina Regional para Asia Sudoriental, las *Cinco claves* han sido traducidas a los 13 idiomas más hablados en la Región y se ha preparado un folleto de orientación sobre cómo adaptarlas a las condiciones locales. Tras el maremoto, los pósteres y los manuales de formación se distribuyeron ampliamente en los países afectados, fueron muy utilizados en los campos de refugiados, los mercados, los servicios de salud y las escuelas, y ayudaron a evitar los brotes secundarios que suelen producirse cuando hay hacinamiento y malas condiciones de saneamiento.

En la Oficina Regional de la OMS para las Américas se ha utilizado la formación basada en las *Cinco claves* para fomentar el turismo en Maldonado (Uruguay), gracias a la disminución de las enfermedades transmitidas por los alimentos. El curso básico fue obligatorio para todos los comerciantes de Maldonado que manipulaban alimentos, quienes tuvieron que superar una prueba al final del curso. Aproximadamente 12 000 personas aprobaron el curso. La evaluación del programa reveló que, además de mejorar los conocimientos y comportamientos de los manipuladores de alimentos, ocasionó una reducción significativa de las enfermedades transmitidas por los alimentos.

La Oficina Regional de la OMS para el Mediterráneo Oriental colaboró con la Association for the Development and Enhancement of Women para dar a las mujeres de los barrios pobres de El Cairo (Egipto) formación basada en las *Cinco claves*. El objetivo fue enseñarlas a superar muchas de las prácticas insalubres de manipulación de los alimentos utilizadas en la zona, y evitar así las enfermedades transmitidas por los alimentos. Las instructoras fueron las propias mujeres de la zona, que enseñaron a sus vecinas. La evaluación del programa reveló que las mujeres no sólo adoptaron las prácticas básicas de higiene alimentaria aprendidas, sino que se concienciaron de la necesidad de pedir al gobierno que les proporcione acceso a servicios básicos, como el agua salubre.

La colaboración con los ministerios de salud ha permitido llevar el mensaje de las *Cinco claves para la inocuidad de los alimentos* a los negocios, escuelas, hospitales, hogares de jubilados, lugares de culto y residencias privadas en un lenguaje y formato adaptados a cada audiencia.

### **Estrategias de concienciación y alianzas**

NSF International, un Centro Colaborador de la OMS, y el Departamento de Agricultura de los EE.UU. han organizado recientemente una Conferencia sobre educación en materia de inocuidad de los alimentos ([http://www.nsf.org/media/enews/0601\\_atriskconference.html](http://www.nsf.org/media/enews/0601_atriskconference.html)). Los participantes recibieron materiales educativos sobre la inocuidad de los alimentos elaborados por la industria alimentaria, los gobiernos y las universidades. Quedó claro que es necesario seguir trabajando en este campo y que el éxito de la educación en materia de inocuidad de los alimentos depende de una labor colaborativa. En la conferencia, la OMS presentó el concepto de las *Cinco claves* y fortaleció la colaboración con los asociados comprometidos con la educación en materia de inocuidad de los alimentos para continuar esta importante labor, basándose en los resultados de la conferencia, que es la segunda de este tipo que se celebra.

La OMS ya está colaborando con una amplia gama de asociados (organizaciones nacionales e internacionales, organizaciones no gubernamentales, instituciones de salud pública, sector del turismo, asociaciones de consumidores, comunidades locales, industrias, universidades, etc.) en diferentes actividades. No obstante, para reducir la carga de enfermedades transmitidas por los alimentos es necesario que los gobiernos, los científicos, la industria alimentaria y los consumidores redoblen sus esfuerzos. Para hacer frente a la demanda creciente de información y educación sobre la inocuidad de los alimentos, la OMS ofrece materiales, conocimientos especializados, apoyo técnico y la credibilidad de una organización de salud pública reconocida internacionalmente.

Las personas o grupos interesados en colaborar con la OMS en la difusión de este importante mensaje sobre la higiene alimentaria deben ponerse en contacto con Françoise Fontannaz, Departamento de Inocuidad de los Alimentos, Zoonosis y Enfermedades de Transmisión Alimentaria (e-mail: [fontannazf@who.int](mailto:fontannazf@who.int))

*La red INFOSAN es un instrumento que permite a las instancias responsables de la inocuidad de los alimentos y otros organismos competentes en la materia intercambiar información sobre el tema y mejorar su colaboración mutua en los planos tanto nacional como internacional.*

*INFOSAN Emergency, servicio integrado en INFOSAN, permite la interacción entre los puntos de contacto oficiales en los países, en caso de alerta sobre brotes u otras emergencias sanitarias de importancia internacional, y facilita el intercambio rápido de información. La finalidad de INFOSAN Emergency es complementar y apoyar la labor de la Red Mundial de Alerta y Respuesta ante Brotes Epidémicos de la OMS (GOARN).*

*Desde su sede en Ginebra, la OMS mantiene y gestiona la red INFOSAN, que cuenta actualmente con 150 Estados Miembros.*

*Para más información, consulte la página: [www.who.int/foodsafety](http://www.who.int/foodsafety)*