

CONSELLS DE SEGURETAT ALIMENTÀRIA PER A GENT GRAN



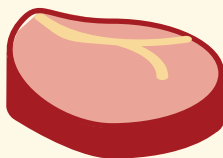
Evitau consumir:



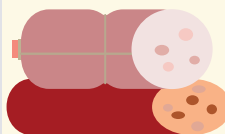
Llet crua i derivats. També els formatges no curats (mozzarella, emmental, formatge blau, brie, camembert...).



Ous crus o preparats que en contenguin, com maioneses i altres salses, i alguns productes de brioixeria (com ara tiramisú, merenga...).



Carn crua (*carpaccio, bistec tàrtar...*) o carn poc cuita (el centre del producte ha de canviar de color).



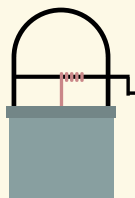
Productes carnis no curats, com la sobrassada tendra no torrada o el paté refrigerat, a més dels productes carnis que es venen llescats i envasats.



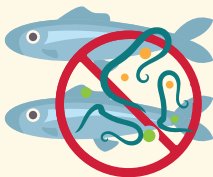
Peix cru i els preparats amb aquest, com peix fumat o marinat, sushi, sashimi o ceviche.



Marisc cru o poc cuit (ostres, musclos, copinyes...).



Si beveu **aigua de cisterna o de pou,** assegura-vos que és potable.



Aladroc en vinagre, si no els heu congelats almenys durant quatre dies abans de preparar-los, per evitar l'anisakiosi.



Si consumeix **sucs,** que siguin únicament **acabats de preparar,** o bé envasats pasteuritzats.



CONSELLS DE SEGURETAT ALIMENTÀRIA PER A GENT GRAN



Les fruites i verdures que us hàgiu de menjar crues, netejau-les i desinfectau-les (també les ensalades en bossa i els brots de llavors).



1. Rebutjau-ne les parts no comestibles i rabejau-les amb aigua clara.



2. Preparau una dilució de lleixiu apte per a la desinfecció d'aigua de beure amb aigua de consum (una culleradeta de cafè per cada tres litres d'aigua) i submergegiu-hi les fruites i verdures almenys deu minuts.



3. Després rabejau-les bé amb aigua clara.



Comprau **només aliments elaborats que duguin etiqueta**, i fixau-vos bé en:

- la data de consum
- els ingredients
- les instruccions d'ús
- les instruccions de conservació
- si n'hi ha, les indicacions de què fer quan s'ha encetat l'envàs.

I en general, seguiu les recomanacions sobre conservació i preparació segura dels aliments.

Per a qualsevol dubte, podeu contactar amb nosaltres:

☎ 971 17 74 00

@ seguretatalimentaria@dgsanita.caib.es

Obtindreu més informació a l'enllaç següent:



Conselleria de Salut

Direcció General de Salut Pública

Servei de Seguretat Alimentària - <http://seguretatalimentaria.caib.es>

