



FUMONISINAK

LANDARE JATORRIKO ELIKAGAIK,
JATORRIAN KUTSATUAK, KONTSUMITUZ GERO, PERTSONEN ARTEAN ELIKADURA
INTOXIKAZIOA ERAGIN DITZAKETEN ONDDOEK EKOITZITAKO TOXINAK.



▶ AINTZAT HARTU BEHARREKO ELIKAGAIK

Fumonisinak ekoizten duten *Fusarium* onddoek labore-uztak erasotzen dituzte (artoa, nagusiki); beraz, **artoare**n eta **horietatik** eratorritakoen kontsumoarekin lotzen da.



ARTOA
(artoa aleak, zahia,
irina, laboreak)



ARTOZ EGINIKO
ELIKAGAIK
(ogia, gosegarriak,
artoa gozoa,
garagardoa,...)



▶ ELIKAGAIEN BIDEZKO INTOXIKAZIOA

Fumonisineen maila altuek eragindako intoxikazioa, kancerigenoak izatera irits daitezkeen ondorio toxikoekin.

○ KALTETUTAKO ORGANOAK:

Giltzurrunen eta gibelaren sistema

○ SINTOMAK:

GORAGALEA
SABELALDEKO MINA
BEHERAKOIA

JARDUNBIDE EGOKIAK etxean

Etxean higiene-jardunbide egokiak erabiliz ezin dira elikagaietako fumonisinekin desagerrarazi. Nolanahi ere den, gomendagarria da zenbait jarraibideri jarraiki aritzea, beste agente biologiko batzuekin (bakterioak, birusak, parasitoak) kutsatzea saihesteko:



GARBITU

eskuak edozein elikagai manipulatu aurretik.



DESINFEKTATU

tresnak, oholak eta azalerek.



MANTENDU

hotz-katea, elikagai gordinak garraiatzen diren bitartean.

MANTENDU

hotz haragiak, arrainak eta gainerako elikagaiak prestatzen eta kontsumitzen diren arte.

KUZINATU

modu egokian arrainak, haragiak eta horiekin eginiko produktuak, eta bero mantendu kontsumitzen diren arte. Kontsumitu ondotik, alait arinen hoztu.

SAIHESTU

elikagai gordinen eta kuzinatuen arteko kutsadura gurutzatua.

GARBITU

modu egokian fruta eta barazki guztiak gordinik kontsumitu behar badira.



EZ DESIZOZTU

elikagaiak giroko tenperaturan, ezpada hozkailuaren behealdean.