

OCRATOXINA A

TOXINA PRODUCIDA POR HONGOS

QUE PUEDE CAUSAR INTOXICACIÓN ALIMENTARIA A LAS PERSONAS A TRAVÉS DEL CONSUMO DE ALIMENTOS DE ORIGEN VEGETAL CONTAMINADOS EN ORIGEN.



ALIMENTOS A CONSIDERAR

Los hongos productores de ocratoxina A atacan los cultivos de alimentos, por lo que se asocia principalmente al consumo de alimentos de origen vegetal.



CEREALES
(trigo, maíz, arroz, avena, cebada)



GRANOS de
CAFÉ y CACAO



UVAS y
DERIVADOS
(uvas pasas, zumo, vino)



FRUTOS
SECOS

BUENAS PRÁCTICAS en el hogar

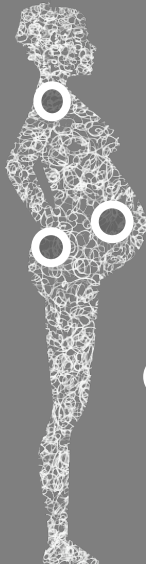
No se puede eliminar en el hogar la ocratoxina A presente en los alimentos mediante Buenas Prácticas de Higiene. De todas formas, es recomendable seguirlas para evitar la contaminación por otros agentes biológicos (bacterias, virus, parásitos):

LIMPIARSE	DESINFECTAR	MANTENER	MANTENER	COCINAR	EVITAR	LAVAR
<p>las manos antes de manipular cualquier alimento.</p>	<p>los utensilios, tablas, superficies, ...</p>	<p>la cadena de frío durante el transporte de los alimentos crudos.</p>	<p>refrigeradas las carnes, pescados y demás alimentos hasta su preparación y consumo.</p>	<p>bien las carnes, los pescados y los productos elaborados con ellos y mantenerlos calientes hasta su consumo. Tras su consumo, refrigerarlos lo antes posible.</p>	<p>la contaminación cruzada de alimentos crudos con cocinados.</p>	<p>bien las frutas y hortalizas cuando vayan a ser consumidas en crudo.</p>



NO DESCONGELAR

los alimentos a temperatura ambiente, sino en la parte baja del frigorífico.



INTOXICACIÓN ALIMENTARIA

Efectos tóxicos acumulativos a largo plazo por ingesta de niveles altos de ocratoxina A que pueden llegar a ser cancerígenos.

ÓRGANOS AFECTADOS

Sistema renal e inmunológico.
Malformaciones congénitas en fetos, bebés y niños.