



BIRUS ENTERIKOAK

ANIMALIA ETA PERTSONEN

HESTEAK KALTETZEN DITUZTEN BIRUSAK DIRA. **GASTROENTERITISA** ERAGITEN DUTE PERTSONEN ARTEAN, BALDIN ETA JATORRIAN, PROZESUAN ETA ETXEAN **BEHAR EZ BEZALA MANIPULATZEAREN** EDO **HIGIENE FALTAREN** ONDORIOZ **KUTSATUTAKO ELIKAGAIAK** KONTSUMITZEN BADIRA.



▶ AINTZAT HARTU BEHARREKO ELIKAGAIAK

Iraunkortasun handia du tenperatura baxu zein altuetan; hortaz, gordinik edo gutxi kuzinatutako elikagaien kontsumoari lotuta dago.



▶ GASTROENTERITIS BIRIKOAK

Birus enterikoek eragindako urdail-hesteetako infekzioa da.

● SINTOMAK

- GORAKOIA
- BEHERAKOIA
- SABELALDEKO MINA
- SUKARRA

JARDUNBIDE EGOKIAK etxean



▼ GARBITU

eskuak kuzinatzen hasi aurretik.



▼ KUZINATU

modu egokian haragiak, arrainak eta itsaskia, eta bero mantentzea kontsumitzen diren arte. Kontsumitu ondoren, alaitz arinen hoztea.

▼ GARBITU

fruta eta barazki guztiak kanilako ura erabiliz; batik bat, gordinik kontsumitu behar badira.

▼ DESINFEKTATU

tresnak, oholak, azalerak eta ehunak.



▼ SAIHESTU

elikagai gordinen eta kuzinatuen arteko kutsadura gurutzatua.

▼ MANTENDU

elikagai gordinak garraiatzen direnean hotz-katea.



▼ EZ DESIZOZTU

elikagaiak giro-tenperaturan.