



¿Qué son las ETAA?

Son enfermedades que se producen al consumir agua o alimentos contaminados con microorganismos como bacterias, virus, hongos o parásitos.

La principal causa es la mala manipulación durante la producción, almacenamiento o consumo.



PN ETAYA
Programa Nacional de Enfermedades
Transmitidas por Agua y Alimentos

Conocé el plan que protege tu salud y la de tu comunidad



¿Cómo se transmiten?

- Mala manipulación de alimentos
- Alimentos crudos o mal cocidos
- Conservación ineficaz o sin refrigeración



Síntomas

- Vómitos
- Fiebre
- Diarrea
- Calambres abdominales

¿Cómo prevenirlas?



Higiene

- Lavate las manos antes y después de cocinar.
- Mantené limpios los utensilios, superficies y espacios de preparación.



Evitá la contaminación cruzada

- Separá alimentos crudos de los cocinados.
- Usá recipientes distintos y protegé los alimentos de insectos y animales.



Cocción completa

- Cociná bien los alimentos (entre 65 °C y 70 °C).



Temperatura segura

- No dejes alimentos cocidos a temperatura ambiente más de 2 horas.
- Refrigerá los alimentos a 5 °C o menos.



Alimentos seguros

- Usá agua potable.
- Elegí alimentos frescos, saludables y con etiqueta.



GOBIERNO DEL PARAGUAY

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA Y
BIENESTAR SOCIAL



Fondo
Para
Pandemias
POR UN MUNDO RESILIENTE



unicef
para cada niño



Organización de las Naciones
Unidas para la Alimentación
y la Agricultura

