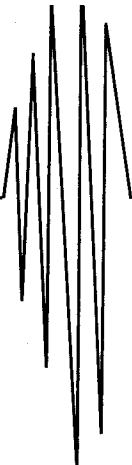


DESPENSA DE ALIMENTOS PARA CASOS DE EMERGENCIA



**¡ALMACENELOS AHORA!
NO ESPERE HASTA QUE OCURRA UNA EMERGENCIA**

¿POR QUE?

En casos de emergencia como un terremoto de gran magnitud, los lugares de suministro de alimentos, como las tiendas de abarrotes y los restaurantes, probablemente permanezcan cerrados al comercio durante varios días debido a daños graves que hayan ocurrido.

¿QUE DEBO HACER?

Prepare una despensa de emergencia para abastecer de alimentos a su familia y animales domésticos durante dos semanas. Los alimentos de consumo común como comida enlatada, mezclas de alimentos deshidratados, frutas secas, etc., se pueden conservar bien. Almacene alimentos del agrado de su familia, tratando de lograr una dieta balanceada. No olvide incluir un abrelatas manual en caso de un apagón.

¿QUE HACER CON LOS ALIMENTOS REFRIGERADOS Y CONGELADOS?

Los alimentos perecederos como la leche, las carnes, etc., se echarán a perder rápido si no se conservan bajo refrigeración. Estos alimentos deben consumirse primero, siempre que todavía estén fríos. Si no hay energía eléctrica, los alimentos congelados pueden durar varios días si la puerta del congelador no se abre muy seguido.

LO QUE NO SE DEBE HACER:

- NO CONSUMA alimentos perecederos que se hayan calentado por no estar bajo refrigeración, ya que el crecimiento bacteriano en dichas condiciones se produce muy rápidamente.
- NO CONSUMA alimentos en latas dañadas, infladas o con fugas.
- NO CONSUMA alimentos de recipientes abiertos con vidrios cortados o que hayan sido contaminados con sustancias químicas caseras. Revise con cuidado los recipientes cubiertos con papel celofán o de aluminio para asegurarse de que no haya fugas, rupturas ni pedazos de vidrio.

CONSEJOS PARA PREPARAR MARISCOS DE MANERA SEGURA

- Prepare sólo las cantidades que vaya a consumir en ese momento. Si no hay buena refrigeración, no guarde ni consuma los mariscos que sobren.
- Conserve los alimentos a las temperaturas propicias: los alimentos calientes a una temperatura mayor a 140°F y los fríos a 45°F o menos.
- Al preparar la comida, procure reducir al mínimo el contacto de las manos con los alimentos.
- Utilice platos y cubiertos desechables siempre que sea posible.
- Lave con detergente y agua los recipientes para alimentos y los utensilios de múltiple uso, enjuáguelos con agua limpia, y sumérjalos después durante un minuto como mínimo en una solución desinfectante preparada con una cucharada de blanqueador casero por cada galón de agua. Asegúrese de usar agua de un suministro no contaminado, o agua que haya sido tratada previamente.

**Servicios de Salud Ambiental del Condado de Santa Clara
(408)299-6060**