



# INSTITUTO UNIVERSITARIO DE CALDAS

"Dignificando la escuela transformamos el mundo"

## GUÍA DE TRABAJO VIRTUAL

ASIGNATURA: PRIMEROS AUXILIOS ONCE

SEMANA DE TRABAJO: SEPTIEMBRE 2021

DOCENTE: Jenny Marcela Gonzalez Hincapie

### **OBJETIVOS:**

- ✓ Identificar las causas por las cuales se produce una intoxicación alimentaria.

### **LECTURAS**

#### Lectura 1

La intoxicación alimentaria, también denominada «enfermedad transmitida por los alimentos», es una enfermedad provocada por comer alimentos contaminados. Las causas más frecuentes de intoxicación alimentaria son los organismos infecciosos —entre ellos, bacterias, virus y parásitos— o sus toxinas.

Los organismos infecciosos o sus toxinas pueden contaminar los alimentos en cualquier momento del procesamiento o la producción. Si los alimentos se manipulan o cocinan de manera incorrecta, la contaminación también puede producirse en el hogar.

Los síntomas de intoxicación alimentaria, que pueden comenzar unas horas después de haber ingerido alimentos contaminados, a menudo comprenden náuseas, vómitos o diarrea. En la mayoría de los casos, la intoxicación alimentaria es leve y desaparece sin tratamiento. Pero algunas personas necesitan ir al hospital.

### **SÍNTOMAS**

Los síntomas de intoxicación alimentaria varían según el origen de la contaminación. En la mayoría de los tipos de intoxicación alimentaria se presentan uno o más de los siguientes signos y síntomas:

- Náuseas
- Vómitos
- Diarrea líquida o con sangre
- Dolor y calambres abdominales
- Fiebre

Los signos y síntomas pueden comenzar horas después de ingerir el alimento contaminado, o bien pueden comenzar días o incluso semanas después. Las náuseas que genera la intoxicación alimentaria suelen durar entre unas horas y varios días.

Si tienes alguno de los siguientes signos o síntomas, busca atención médica.

- Episodios frecuentes de vómitos e incapacidad para retener líquidos
- Vómitos o heces con sangre
- Diarrea durante más de tres días
- Dolor extremo o calambres abdominales intensos



# INSTITUTO UNIVERSITARIO DE CALDAS

"Dignificando la escuela transformamos el mundo"

## GUÍA DE TRABAJO VIRTUAL

- Temperatura bucal superior a 100,4 °F (38 °C)
- Signos o síntomas de deshidratación: sed excesiva, sequedad de boca, poca cantidad o ausencia de orina, debilidad grave, mareos o aturdimiento
- Síntomas neurológicos como visión borrosa, debilidad muscular y hormigueo en los brazos

## CAUSAS

La contaminación de los alimentos puede ocurrir en cualquier punto de la producción: cultivo, cosecha, procesamiento, almacenamiento, envío o preparación. La causa suele ser la contaminación cruzada, es decir, la transferencia de organismos nocivos de una superficie a otra. Esto es especialmente problemático en el caso de los alimentos crudos y listos para consumir, como ensaladas u otros productos. Debido a que estos alimentos no están cocidos, los organismos nocivos no se destruyen antes de comer y pueden causar una intoxicación alimentaria. Muchos agentes bacterianos, virales o parasitarios causan intoxicación alimentaria. La siguiente tabla muestra algunos de los posibles contaminantes, cuándo es posible que comiences a tener síntomas y las formas de transmisión frecuentes del organismo.

Contaminante	Aparición de los síntomas	Alimentos afectados y medios de transmisión
Campilobacteria	2 a 5 días	Carne de res y de aves de corral. La contaminación se produce durante el procesamiento si las heces del animal entran en contacto con las superficies de la carne. Otras fuentes son la leche no pasteurizada y el agua contaminada.
Clostridium botulinum	12 a 72 horas	Los alimentos envasados en el hogar con baja acidez, los alimentos comerciales mal envasados, el pescado ahumado o en salazón, las papas horneadas en papel de aluminio y otros alimentos que se mantienen a temperaturas elevadas durante demasiado tiempo.
Clostridium perfringens	8 a 16 horas	Carnes, estofados y salsas. Por lo general, se transmite cuando las fuentes no mantienen la comida lo suficientemente caliente o cuando la comida se enfría muy lentamente.
Escherichia coli (E. coli)	1 a 8 días	Carne de res contaminada con heces durante el carneado. Se transmite principalmente a través de la carne de res molida poco cocida. Otras fuentes son la leche y la sidra de manzana no pasteurizadas, la alfalfa germinada y el agua contaminada.



# INSTITUTO UNIVERSITARIO DE CALDAS

"Dignificando la escuela transformamos el mundo"

## GUÍA DE TRABAJO VIRTUAL

Contaminante	Aparición de los síntomas	Alimentos afectados y medios de transmisión
Giardia lamblia	1 a 2 semanas	Productos crudos y listos para consumir, y agua contaminada. Puede transmitirse a través de las personas infectadas que manipulan los alimentos.
Hepatitis A	28 días	Productos crudos y listos para consumir, y mariscos de agua contaminada. Puede transmitirse a través de las personas infectadas que manipulan los alimentos.
Listeria	9 a 48 horas	Perritos calientes, fiambres, leche y quesos no pasteurizados, y productos crudos sin lavar. Puede transmitirse a través del suelo y el agua contaminados.
Norovirus (virus tipo Norwalk)	12 a 48 horas	Productos crudos y listos para consumir, y mariscos de agua contaminada. Puede transmitirse a través de las personas infectadas que manipulan los alimentos.
Rotavirus	1 a 3 días	Productos crudos y listos para consumir. Puede transmitirse a través de las personas infectadas que manipulan los alimentos.
Salmonela	1 a 3 días	Carne cruda o contaminada, aves de corral, leche o yemas de huevo. Sobrevive a una mala cocción. Puede transmitirse a través de los cuchillos, las superficies de corte o las personas infectadas que manipulan los alimentos.
Shigela	24 a 48 horas	Mariscos y productos crudos y listos para consumir. Puede transmitirse a través de las personas infectadas que manipulan los alimentos.



# INSTITUTO UNIVERSITARIO DE CALDAS

"Dignificando la escuela transformamos el mundo"

## GUÍA DE TRABAJO VIRTUAL

Contaminante	Aparición de los síntomas	Alimentos afectados y medios de transmisión
Staphylococcus aureus	1 a 6 horas	Carnes y ensaladas listas para consumir, salsas de crema y masas rellenas con crema. Puede transmitirse a través del contacto con las manos, la tos y los estornudos.
Vibrio vulnificus	1 a 7 días	Ostras crudas; y almejas, vieiras enteras y mejillones crudos o poco cocidos. Puede transmitirse a través del agua de mar contaminada.

### EVALUACIONES

RESOLVER UN QUIZZIS EN CLASE.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PLAZOS DE ENTREGA

### INFORMACIÓN DE CONTACTO

#### DOCENTE 1

- Nombre: Jenny Marcela González Hincapié.
- Grupos: ONCE.
- Correo: [profejennyiuc2021@gmail.com](mailto:profejennyiuc2021@gmail.com)