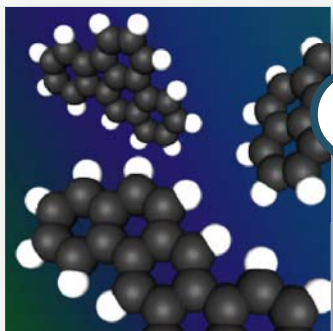




HIDROCARBUROS AROMÁTICOS POLICÍCLICOS

CONTAMINANTES QUÍMICOS QUE SE TRANSMITEN A LAS PERSONAS A TRAVÉS DE ALIMENTOS CONTAMINADOS EN ORIGEN, PROCESO Y HOGAR.



▶ ALIMENTOS a CONSIDERAR

Compuestos que se generan en la combustión de materia orgánica, por lo que se asocian principalmente al consumo de alimentos ahumados y asados a la parrilla/barbacoa.



PESCADOS y MARISCOS



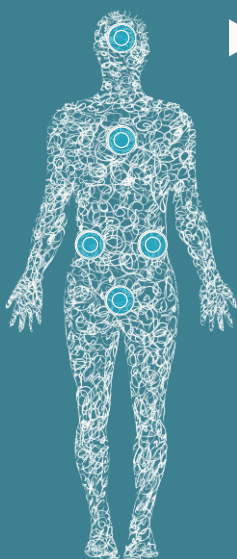
CARNE



CEREALES



ACEITES VEGETALES



▶ INTOXICACIÓN ALIMENTARIA

Efectos acumulativos a largo plazo por ingesta de niveles altos de HAPs* que pueden llegar a ser cancerígenos.

*Hidrocarburos Aromáticos Policíclicos

BUENAS PRÁCTICAS en el hogar

▼ COCINAR	▼ LIMITAR	▼ LIMPIARSE	▼ DESINFECTAR	▼ MANTENER	▼ MANTENER	▼ COCINAR	▼ EVITAR
los alimentos grasos mediante fritura, horneado y tostado.	el asado a la parrilla y barbacoa de carnes, pescados y mariscos.	las manos antes de manipular cualquier alimento. 	los utensilios, tablas, superficies... 	la cadena de frío durante el transporte de los alimentos crudos.	refrigerados las carnes, pescados y demás alimentos hasta su preparación y consumo.	bien los pescados, las carnes y los productos elaborados con ellos y mantenerlos calientes hasta su consumo. Tras su consumo, refrigerar-los lo antes posible.	la contaminación cruzada de alimentos crudos con cocinados.



▼ NO DESCONGELAR

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