

## Seremi de Salud Valparaíso insta a prevenir enfermedades por alimentos durante fiestas de fin de año

Un llamado a la prevención de cara a las fiestas de Navidad y Año Nuevo hizo la Seremi de Salud Lorena Cofré entregando “Consejos a la Chilena” para evitar las enfermedades transmitidas por alimentos y cuidarse de las intoxicaciones por consumo de pescados y mariscos.

La Seremi de Salud, **Lorena Cofré**, sostuvo que “de cara a las fiestas de fin de año es importante cuidarnos de las enfermedades transmitidas por los alimentos. En ese sentido realice sus compras en lugares establecidos, ya que solo así podemos garantizar su salubridad. Al momento de preparar los alimentos lave sus manos previamente con agua y jabón, separe los productos crudos de los cocidos y mantenga las carnes, lácteos y pescados refrigerados hasta su preparación. Si presenta síntomas como cólicos, vómitos o diarrea debe acudir al centro de salud más cercano. Con estos ‘*Consejos a la Chilena*’ cuidamos nuestra salud”.

Anuncio Patrocinado

# PERMISO CIRCULACIÓN

Segunda cuota

## Paga en línea:

[www.muninogales.cl](http://www.muninogales.cl)



 Recuerda que hasta el 30 de agosto tienes plazo para pagar la segunda cuota de tu permiso de circulación 2025.

Te informamos de los horarios de atención en la Unidad de Tránsito. (Interior Edificio Municipal)

 **Martes 26 al viernes 29 de Agosto:**

 09:00 - 13:30 horas.

 **Sábado 30 de Agosto:**  09:00 - 13:30 horas.

También puedes realizar el trámite en [www.muninogales.cl](http://www.muninogales.cl)



**Nogales**  
MUNICIPALIDAD

Durante la época de primavera verano se produce un aumento de las denominadas enfermedades entéricas (de origen infectocontagioso), que van desde alteraciones gastrointestinales como vómito, diarrea y dolor abdominal, hasta cuadros de deshidratación y desequilibrio electrolítico grave, que pueden poner en riesgo la vida de las personas.

La contaminación cruzada (manipulación incorrecta de los alimentos), la aplicación incorrecta de temperatura en la cocción y que no se asegure la cadena de frío son los principales factores que influyen en la ocurrencia de estos cuadros, principalmente en la conservación, preparación e ingesta de alimentos perecibles como carnes, pescados, mariscos y lácteos. La falta de refrigeración en alimentos que requieren frío y el consumo de estos crudos son factores importantes que contribuyen a la ocurrencia de ETA.

**WAWM | PUBLICIDAD**

**AGENCIA DE PUBLICIDAD**

- Impresiones
- Manejo de redes sociales
- Videos y fotografías profesionales

**Conversemos por WhatsApp**

### **Consejos a la Chilena para cuidarte de las enfermedades transmitidas por alimentos**

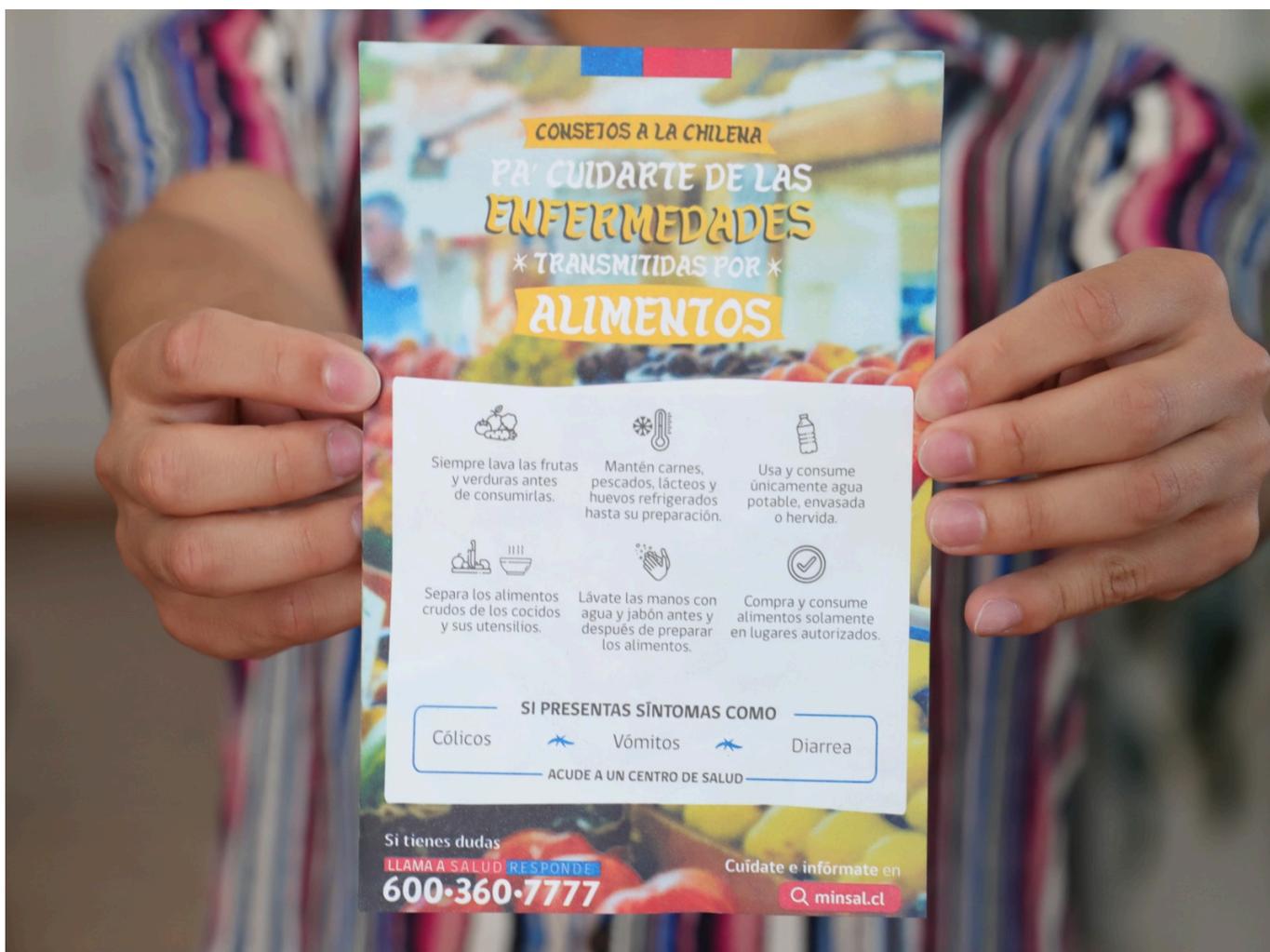
- Siempre lava las frutas y verduras antes de consumirlas.
- Mantén carnes, pescados, lácteos y huevos refrigerados hasta su preparación.
- Usa y consume únicamente agua potable, envasada o hervida.
- Separa los alimentos crudos de los cocidos y sus utensilios.
- Lávate las manos con agua y jabón antes y después de preparar alimentos.

## Seremi de Salud Valparaíso insta a prevenir enfermedades por alimentos durante fiestas de fin de año

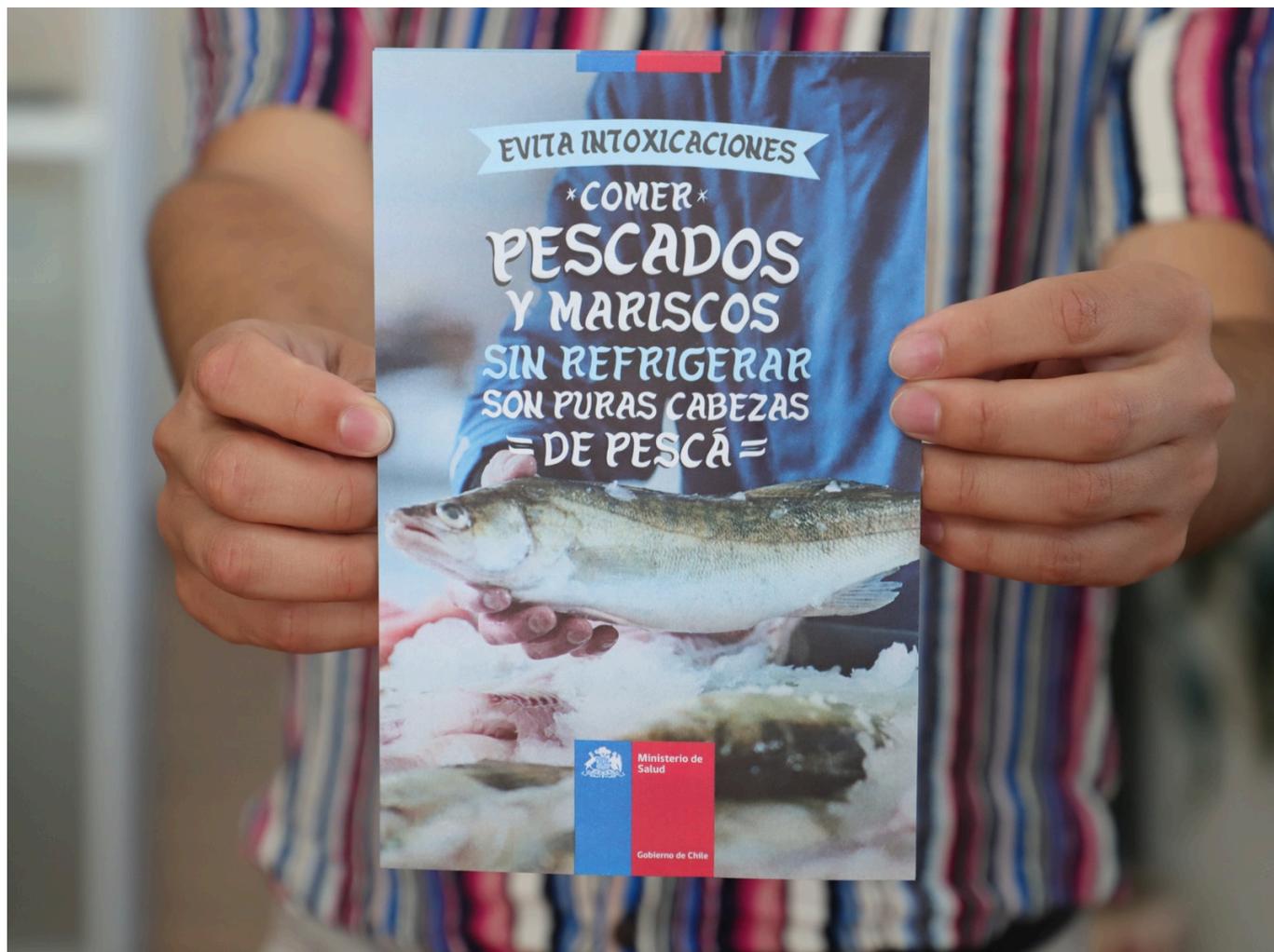
- Compra y consume alimentos solamente en lugares autorizados.

Al consumir pescados y mariscos:

- Trasládalos en contenedores con hielo. Mantén la cadena de frío.
- Lávate las manos con agua y jabón antes y después de preparar los alimentos.
- Hierva los mariscos por al menos 5 minutos.
- Consume siempre pescado cocido.



Seremi de Salud Valparaíso insta a prevenir enfermedades por alimentos durante fiestas de fin de año



Seremi de Salud Valparaíso insta a prevenir enfermedades por alimentos durante fiestas de fin de año

**CONSETOS A LA CHILENA**

**PA' CUIDARTE DE LAS INTOXICACIONES POR CONSUMO DE PESCADOS Y MARISCOS**

**CONSEJOS:**

- Compra y consume sólo en lugares autorizados que cuenten con hielo o mantengan la cadena de frío.
- Trasládalos en contenedores con hielo. Mantén la cadena de frío.
- Lávate las manos con agua y jabón antes y después de preparar los alimentos.
- Consume siempre pescado cocido.
- Hierva los mariscos por al menos 5 minutos.

**SI PRESENTAS SÍNTOMAS COMO**

Cólicos Vómitos Diarrea

ACUDE A UN CENTRO DE SALUD

Si tienes dudas  
**LLAMA A SALUD RESPONDE**  
**600-360-7777**

Cuídate e infórmate en  
 **mins.cl**

Seremi de Salud Valparaíso insta a prevenir enfermedades por alimentos durante fiestas de fin de año



y tú, ¿qué opinas?