

¿Hay que desinfectar los alimentos?

Muchas personas se preguntan (por internet corren muchos bulos en tal sentido) si al llegar a casa hay que desinfectar los alimentos comprados en el súper para dejarlos libres de coronavirus, si los hubiera.

Antes de nada deben saber que la Autoridad Europea para la Seguridad Alimentaria (EFSA) ha informado que no está demostrado que el virus se transmita y contagie a través de los alimentos. Además, los manipuladores de alimentos, así como los panaderos, pasteleros, etc., quienes los despachan y los empleados de supermercados trabajan bien protegidos con mascarillas y guantes para preparar los alimentos en las mejores condiciones de seguridad y asepsia.

Uno de estos alimentos, y tal vez el principal, no sólo por su alto consumo sino porque tal vez sea el que más se manipula, es el pan, hasta el punto que en muchos hogares españoles se han hecho con buenas provisiones de harina, sal y levadura que junto con el agua son las materias primas con las que se fabrica el alimento más consumido de la historia. La pandemia ha puesto de moda el pan hecho en casa.

Los que no tienen tiempo ni ganas de fabricar pan casero, optan en estos tiempos por comprar varias barras en sus panaderías de confianza y congelarlas para un consumo según necesidades. Son estos los que se preguntan si el pan que compran en esos establecimientos tan tradicionales tienen que ser desinfectados y si hubiera que hacerlo cuál sería la manera más adecuada. Ya hemos dicho más arriba lo que opina la EFSA por lo que no es necesario desinfectar el pan, que tampoco sería tan complicado porque tostándolo o metiéndolo unos pocos minutos en un horno a una temperatura entre 60 o 70º sería suficiente para dejarlo libre de virus y otros patógenos.

Para otros alimentos, lo primero que hay que tener en cuenta es que el uso de la mascarilla y los guantes mientras se cogen, se encestan y se embolsan los alimentos en el supermercado, es imprescindible para evitar el contagio, especialmente los que vienen envueltos en envases de plástico.

Muchos se preguntan si al llegar a casa deben desinfectar alimentos como frutas, verduras, bebidas envasadas en cristal, plástico o metal. No hay constancia como ya dijo la EFSA de que se hayan observado contagios a través de estos productos pero, tras un concienzudo lavado de manos antes de tocar nada, deben ser lavados con agua jabonosa o con líquidos desinfectantes, por ejemplo, sumergiéndolos en agua potable durante 5 minutos a la que se debe añadir 5 mililitros de una lejía “apta para su disolución en agua de consumo”, lo que equivale a una cucharadita de postre. Esto es garantía suficiente de una buena desinfección. De todas formas, este procedimiento higiénico es algo que con crisis sanitaria o sin ella ya era, desde siempre, una rutina muy recomendable.

Los envases de los alimentos, por ejemplo, plásticos, bandejas de poliestireno, etc., que proporcionan los supermercados conviene tirarlos a la basura al llegar a casa y envasar los productos en papel film o de aluminio y guardarlos en el frigorífico. Si se van a utilizar *tuppers* son preferibles los de cristal a los de plástico. Los tetrabrik de leche y zumos así como las latas de conserva es mejor lavarlos con agua y jabón y guardarlos en nevera. El azúcar, la harina, el arroz, las legumbres y la sal es mejor guardarlos en tarros de cristal en un sitio seco. No es mala idea realizar todas estas prácticas utilizando guantes y mascarilla.

Finalmente, hay que recordar que las superficies donde se hayan colocado los alimentos al sacarlos de la bolsa de la compra, y en especial las encimeras de la cocina, deben ser bien lavadas y desinfectadas antes y después de su uso.