

Αθήνα 2 Αυγούστου 2019

## ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

### Συστάσεις για την προστασία της ασφάλειας των τροφίμων το καλοκαίρι

Η αύξηση της θερμοκρασίας, η οποία επιταχύνει την αλλοίωση των τροφίμων, η εποχιακή λειτουργία ορισμένων επιχειρήσεων μαζικής εστίασης και η αυξημένη ζήτηση, λόγω μεγάλου αριθμού τουριστών, αποτελούν καθοριστικούς παράγοντες για την ασφάλεια των τροφίμων.

Κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού, ιδίως στις τουριστικές περιοχές, υπάρχει η πιθανότητα εκδήλωσης τροφικής δηλητηρίασης, η οποία συνήθως οφείλεται στην κατανάλωση τροφίμων που προετοιμάζονται, διατηρούνται ή διατίθενται χωρίς την τήρηση των απαραίτητων όρων υγιεινής.

Η εκδήλωση της ασθένειας εξαρτάται από τον παράγοντα που την προκαλεί και μπορεί να εμφανιστεί μετά από μισή ώρα από την κατανάλωση των τροφίμων ή μετά από λίγες ώρες ή ακόμα και ημέρες και οφείλεται στην επιμόλυνση των τροφίμων με μικροοργανισμούς, τοξίνες ή χημικές ουσίες.

Για την αποφυγή πιθανών τροφικών δηλητηριάσεων από αλλοιωμένα τρόφιμα ο Ε.Φ.Ε.Τ. συνιστά :

#### Στους καταναλωτές που αγοράζουν τρόφιμα :

- Να ελέγχουν τα βασικά χαρακτηριστικά των τροφίμων (χρώμα, οσμή, γεύση, συσκευασία και ημερομηνία λήξης).
- Να ελέγχουν τις συνθήκες διατήρησης των τροφίμων.
- Να μην επιλέγουν προϊόντα ψύξης ή κατάψυξης για τα οποία υπάρχουν υποψίες ότι δεν συντηρούνται σωστά. Υπενθυμίζεται ότι τα προϊόντα ψύξης πρέπει να διατηρούνται

σε θερμοκρασίες μικρότερες των 7° C και τα προϊόντα κατάψυξης σε θερμοκρασίες μικρότερες των -18° C (δηλ. -19° C, -20° C, κλπ).

- Τα ψυγεία και οι καταψύκτες από όπου προμηθεύονται τα τρόφιμα να μην εκτίθενται στον ήλιο.
- Να μην επιλέγουν τρόφιμα εκτεθειμένα στον ήλιο.
- Να τοποθετούν τρόφιμα στο ψυγείο όσο γίνεται πιο σύντομα μετά την αγορά τους.
- Να μην επιλέγουν τρόφιμα εκτεθειμένα σε έντομα, σκόνη κλπ.
- Ιδιαίτερα **το εμφιαλωμένο νερό** να διατηρείται σε σκιερό μέρος και να μην επαναχρησιμοποιούνται οι άδειες φιάλες, οι οποίες στο τέλος της χρήσης τους θα πρέπει να οδηγούνται στους αντίστοιχους κάδους ανακύκλωσης.

### **Στους καταναλωτές που ετοιμάζουν οι ίδιοι το γεύμα τους :**

- Να φροντίζουν για την προσωπική τους καθαριότητα κατά την ετοιμασία του φαγητού και για την καθαριότητα του χώρου.
- Να αποφεύγουν να πιάνουν νωπά τρόφιμα και αμέσως μετά έτοιμα φαγητά χωρίς να πλύνουν τα χέρια τους.
- Να μην χρησιμοποιούν τα ίδια εργαλεία στα νωπά τρόφιμα και στα έτοιμα φαγητά.
- Να μην καπνίζουν, τρώνε ή πίνουν όταν προετοιμάζουν νωπά προϊόντα κρέατος, πουλερικών και ψαριών.
- Να ψήνουν τα προϊόντα κρέατος, πουλερικών και ψαριών κανονικά.
- Να μην διατηρούν τα έτοιμα φαγητά περισσότερο από το χρόνο που προβλέπει ο παρασκευαστής.
- Εάν πρόκειται να σερβίρουν ζεστό το φαγητό, τότε θα πρέπει να το διατηρούν σε θερμοκρασία μεγαλύτερη των 65° C έως την ώρα του σερβιρίσματος.
- Εάν πρόκειται να ξαναζεστάνουν φαγητό που διατηρείται με ψύξη, τότε θα πρέπει να το θερμαίνουν στους 80° C.

### **Στους καταναλωτές που επισκέπτονται εστιατόρια :**

- Να επιλέγουν εστιατόρια που εφαρμόζουν μέτρα υγιεινής τα οποία είναι απαραίτητα για την προστασία των τροφίμων.
- Να μην καταναλώνουν φαγητά που έχουν ύποπτο χρώμα, οσμή και γεύση.
- Να μην καταναλώνουν λαχανικά που δεν έχουν πλυθεί καλά.

**Στους καταναλωτές που αγοράζουν τρόφιμα από επιχειρήσεις γρήγορης εξυπηρέτησης :**

- Να επιλέγουν καταστήματα που εφαρμόζουν μέτρα υγιεινής τα οποία είναι απαραίτητα για την προστασία των τροφίμων.
- Έτοιμα σάντουιτς τα οποία δεν διατίθενται αμέσως μετά την παρασκευή τους, πρέπει να διατηρούνται στο ψυγείο.
- Έτοιμα γεύματα τα οποία σερβίρονται ζεστά πρέπει να διατηρούνται σε θερμοκρασίες μεγαλύτερες των 65° C.
- Σαλάτες που διατηρούνται σε salad bar πρέπει να διατηρούνται με ψύξη και να είναι προφυλαγμένες από έντομα, σκόνη κλπ.
- Τα χύμα παγωτά θα πρέπει να έχουν κατάλληλη ψύξη, να είναι σκληρά, να μην είναι εκτεθειμένα σε έντομα, σκόνη κλπ και να σερβίρονται με καθαρά εργαλεία.
- Τα ψυγεία με αναψυκτικά και νερό να μην είναι εκτεθειμένα στον ήλιο.
- Έτοιμα φαγητά, τα οποία δεν καταναλώθηκαν εντός δύο ωρών από την αγορά τους και δεν διατηρήθηκαν στο ψυγείο, πρέπει να απορρίπτονται.

Ο Ε.Φ.Ε.Τ. συνιστά την προσοχή των καταναλωτών κατά την αγορά και τη διατήρηση των τροφίμων αλλά και κατά την επίσκεψη σε εστιατόρια κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού.