

## COMIDA SEGURA DURANTE LA PÉRDIDA DE ELECTRICIDAD

### COMO PREPARASE Y PLANEAR PARA UNA PERDIDA DE ELECTRICIDAD

- Mantenga termómetros en refrigeradores y congeladores. Asegúrese que la temperatura en el refrigerador es 41 °F o más baja y en el congelador 0 °F o más baja.
- Guarde los alimentos juntos y agrupados en refrigeradores y congeladores. Esto, los ayuda a mantenerse fríos por más tiempo.
- Mantenga el congelador lleno. Ponga bolsas de hielo, botes de agua congelados o paquetes de gel congelado en los espacios libres del congelador.
- Congele los productos refrigerados que no necesite pronto como los sobrantes, leche, aves, y carnes frescas. Esto los mantendrá a una temperatura segura por mayor tiempo.
- Mantenga disponible un “cooler” grande (para frío) y varios paquetes de gel congelados. Los alimentos que necesitan refrigeración solo se pueden mantener seguros por 4 horas en el refrigerador cuando no hay electricidad.
- Investigue donde puede comprar hielo y hielo seco y donde rentar un camión refrigerado.
- Considere la compra de un generador para su refrigerador y congelador.

### DURANTE LA PERDIDA DE ELECTRICIDAD

- Mantenga los refrigeradores y congeladores con las puertas cerradas.
- El refrigerador mantendrá la comida segura por 4 horas. Si no hay electricidad por más tiempo, usted puede transferir los alimentos a un “cooler” con suficiente hielo y/o paquetes de gel congelados. Asegúrese que tenga suficiente hielo para mantener los alimentos a/o menos 41 °F. Agregue más hielo al “cooler” cuando el hielo se empiece a derretir.
- Un congelador lleno mantiene su temperatura por aprox. 48 horas (24 si esta medio lleno).
- Obtenga hielo y/o hielo seco si va a perder electricidad por un tiempo largo. Cincuenta libras de hielo seco pueden mantener un congelador de 18 pies cúbicos a temperaturas adecuadas por 2 días .  
**(Precaución** Las manos y los alimentos **no** deben ponerse en contacto directo con el hielo seco. El uso de hielo seco puede resultar en una acumulación peligrosa de Dióxido de Carbono.
- En los congeladores, la comida guardada al frente, en la puerta, o en paquetes pequeños se derretirán más rápido que los paquetes grandes, gruesos, o los alimentos que están hasta atrás o abajo de la unidad.
- No ponga comida que necesita refrigeración afuera del edificio cuando la temperatura ambiental es muy baja. Afuera, las temperaturas varían y la comida puede ser expuesta a animales y condiciones insalubres.

### CUANDO LA ELECTRICIDAD ES REESTABLECIDA

- **Nunca** pruebe la comida para determinar si está descompuesta. **Si tiene duda, deséchelo!**

Información adicional disponible en:

U.S. Department of Agriculture (USDA) Food Safety and Inspection Service --

[https://www.fsis.usda.gov/edgekey.net/wps/portal/informational/en-espanol/seguridad-alimentaria-y-preparacion-para-emergencias/perdida-de-electricidad-inundaciones-e-incendios/ct\\_index](https://www.fsis.usda.gov/edgekey.net/wps/portal/informational/en-espanol/seguridad-alimentaria-y-preparacion-para-emergencias/perdida-de-electricidad-inundaciones-e-incendios/ct_index)

U.S. Food and Drug Administration (FDA) –

<https://www.fda.gov/food/buy-store-serve-safe-food/seguridad-de-los-alimentos-y-el-agua-durante-cortes-de-energia-e-inundaciones>

## SEGURIDAD DE ALIMENTOS DESPUES DE LA PERDIDA DE ELECTRICIDAD

**Los alimentos que han estado fuera de temperaturas seguras por más de 4 horas podrían causar enfermedades. Deseche toda la comida descompuesta para evitar riesgos de salud.**

Tenga especial cuidado en el manejo de alimentos potencialmente peligrosos (APP). Los APPs tiene humedad, son perecederos y en ellos se pueden reproducir bacterias patógenas. APPs deben mantenerse en refrigeración a/o menos 41° F y en el congelador a/o menos 0° F grados.

Si su casa ha sido impactada por la pérdida de electricidad, tome las siguientes precauciones para mantener la comida segura en sus refrigeradores y congeladores:

- Cuando se pierda electricidad, mantenga las puertas del refrigerador y congelador cerradas el mayor tiempo posible.
- Revise si hay señas de que no hay electricidad como lo son: helados o jugos de carne derretidos.
- Deseche todos los alimentos que tengan una textura, olor, o color que nos sean normales.
- Deseche todos alimentos perecederos que se quedaron en el refrigerador sin electricidad por más de cuatro horas incluyendo carnes, aves, pescados, huevos, sobrantes, etc.
- Los alimentos medio descongelados que tienen cristales de hielos pueden congelarse o ser cocinados. Si los congeladores se dejan llenos y cerrados durante la pérdida de electricidad, los alimentos se mantienen seguros hasta por 48 horas (24 horas si está medio lleno).

**Recalentar la comida que se ha descompuesto, no la hace segura!**

**Si tiene duda, deséchela!**

### COMO DESECHAR LOS ALIMENTOS

- Deseche la comida descompuesta en los botes adecuados.
- Para desechar grandes cantidades de alimentos, llame a su servicio de basura para que le den un servicio más rápido.
- Posiblemente, no todas las frutas y vegetales **enteros** necesiten desecharse. Las frutas y verduras cortadas necesitan desecharse.
- Considere la calidad del alimento antes de consumirlo.

Información adicional disponible en:

U.S. Department of Agriculture (USDA) Food Safety and Inspection Service --

[https://www.fsis.usda.gov/wps/portal/fsis/topics/food-safety-education/get-answers/food-safety-fact-sheets/emergency-preparedness/keep-your-food-safe-during-emergencies/ct\\_index](https://www.fsis.usda.gov/wps/portal/fsis/topics/food-safety-education/get-answers/food-safety-fact-sheets/emergency-preparedness/keep-your-food-safe-during-emergencies/ct_index)

U.S. Food and Drug Administration (FDA) –

<https://www.fda.gov/Food/RecallsOutbreaksEmergencies/Emergencies/ucm076881.htm>