

ALIMENTOS REFRIGERADOS

(Cuándo Conservarlos y Cuándo Desecharlos)



Departamento de Agricultura de los EE. UU.

Una Guía del Consumidor para la Seguridad de los Alimentos

ALIMENTO	Mantenido por encima de los 40°F por más de 2 horas
CARNE, AVES, MARISCOS	
Carnes, aves, pescados o mariscos crudos o cocidos sobrantes; sustitutos de la carne de soya.	Desechar
Descongelar carne o pollo.	Desechar
Carne, atún, camarones, pollo o ensalada de huevo.	Desechar
Sobras de Alimentos.	Desechar
Fiambres, "hotdogs", tocineta, salchichas, carne seca.	Desechar
Jamones enlatados con la etiqueta «Mantener refrigerados», carnes y pescados enlatados.	Desechar
QUESO	
Quesos suaves: azul, Roquefort, Brie, Camembert, requesón ("cottage"), queso crema, Edam, Monterey Jack, ricotta, mozzarella, Muenster, Neufchatel, queso crema, queso fresco.	Desechar
Quesos Duros: Cheddar, Colby, Suizo, Parmesano, Provolone, Romano.	Seguro
Quesos procesados.	Seguro
Quesos Rallados.	Desechar
Quesos bajos en grasa.	Desechar
Parmesano rallado, Romano o combinación (en lata o jarra).	Seguro
LACTEOS	
Leche, crema, crema agria, suero de leche ("buttermilk"), leche evaporada, yogur, ponche de huevo, leche de soja.	Desechar
Mantequilla, margarina.	Seguro
Fórmula para bebés, abierto.	Desechar
HUEVOS	
Huevos frescos, cocidos en cáscara, platos a base de huevo, productos de huevo.	Desechar
Natillas/Flanes y pudines.	Desechar
CAZUELAS, SOPAS, GUISOS	
FRUTAS	
Frutas frescas, cortadas.	Desechar
Frutas, jugos, abiertos.	Seguro
Fórmula enlatada abierta.	Seguro
Frutas frescas, coco, pasas, frutos secos, frutas confitadas, dátiles.	Seguro
SALSAS, PRODUCTOS PARA UNTAR, MERMELADAS	
Mayonesa abierta, salsa tártara, salsa de rábano picante.	Deseche si está por encima de los 50° F por más de 8 horas.
Mantequilla de maní.	Seguro
Jalea, salsa, salsa de taco, mostaza, catsup, aceitunas, pepinillos.	Seguro
Worcestershire, soja, barbacoa, salsas Hoisin.	Seguro
Salsas de pescado (salsa de ostras).	Desechar
Aderezos a base de vinagre abiertos.	Seguro
Aderezos a base de crema abiertos.	Desechar
Salsa de espagueti, frasco abierto.	Desechar
PAN, PASTELES/BIZCOCHOS, GALLETAS, PASTA, GRANOS	
Pan, bollos, pasteles/bizcochos, muffins, panes rápidos, tortillas.	Seguro
Galletas refrigeradas ("biscuits"), bollos, masa para galletas.	Desechar
Pasta cocida, arroz, patatas.	Desechar
Ensaladas de pasta con mayonesa o vinagreta.	Desechar
Pasta fresca.	Desechar

ALIMENTO	Mantenido por encima de los 40°F por más de 2 horas
PAN, PASTELES/BIZCOCHOS, GALLETAS, PASTA, GRANOS	
Cheesecake (Pastel de queso).	Desechar
Alimentos para el desayuno: "waffles", panqueques, roscas de pan ("bagels").	Seguro
PASTELERIA	
Pasteles, rellenos de crema.	Desechar
Pasteles: natillas/flanes, rellenos de queso o esponjosos; quiche.	Desechar
Pasteles, fruta.	Seguro
VERDURAS/VEGETALES	
Champiñones frescos, hierbas, especias.	Seguro
Verduras, precortadas, prelavadas, envasadas.	Desechar
Verduras, crudas.	Seguro
Verduras, cocidas; tofu.	Desechar
Jugo de verduras, abierto.	Desechar
Papas al horno.	Desechar
Ensalada de papas.	Desechar

¿TIENE PREGUNTAS ACERCA DE LA SEGURIDAD DE LOS ALIMENTOS?

¡PREGÚNTELE A KAREN!

El sistema de respuesta automatizada del FSIS puede proporcionar información acerca de la seguridad de los alimentos 24/7. Visítenos en www.fsis.usda.gov



Línea de Información sobre Carnes y Aves del USDA
1-888-MPHotline (1-888-674-6854)
TTY: 1-800 256-7072
Inglés y Español
10:00 a.m. a 6 p.m. ET
FoodSafety.gov/Keep/Emergency

Para obtener más información acerca de la seguridad de los alimentos en las áreas afectadas por tormentas severas o huracanes, comuníquese con el Servicio de Inocuidad e Inspección de Alimentos del USDA (Departamento de Agricultura de los EE. UU.). La información está disponible en inglés y español.

Teléfono: Línea de Información Sobre Carnes y Aves del USDA 1-888-MPHOTLINE (1-888-674-6854) / **Correo electrónico:** mpholine@usda.gov / **Chat:** Para conversar con un experto en la seguridad de los alimentos en vivo, de lunes a viernes de 10 a.m. a 6 p.m. ET, visite PregunteleaKaren.gov / **En línea:** Reciba información automatizada acerca de la seguridad de los alimentos 24/7 visitando AskKaren.gov o PregunteleaKaren.gov; Foodsafety.gov; y www.fsis.usda.gov



Descargue la aplicación Foodkeeper para acceso continuo a información acerca del almacenamiento de alimentos en www.fsis.usda.gov/apps. Tiene información sobre más de 600 productos de alimentos y bebidas.

El USDA es un proveedor de igualdad de oportunidades, empleo y préstamos.
Mayo de 2006 / Revisado Septiembre de 2019

TORMENTAS SEVERAS, HURACANES Y CORTES DE ELECTRICIDAD

Servicio de Inocuidad e Inspección de Alimentos

La Seguridad de los Alimentos Durante Una Emergencia

¿Sabía que una inundación, un incendio, un desastre nacional o la pérdida de energía por vientos fuertes, nieve o hielo podrían poner en peligro la seguridad de sus alimentos? Saber cómo determinar si los alimentos son seguros y cómo mantenerlos seguros ayudará a minimizar la posible pérdida de alimentos y reducir el riesgo de enfermedades transmitidas por los alimentos. Esta guía lo ayudará a tomar las decisiones correctas para mantener a su familia a salvo durante una emergencia.

Cortes de Electricidad

Practicamos el manejo básico de la seguridad de los alimentos en nuestra vida diaria, pero obtener y almacenar alimentos de manera segura se vuelve más difícil durante un apagón o desastres naturales como huracanes e inundaciones.

PASOS A SEGUIR PARA PREPARARSE PARA UNA POSIBLE EMERGENCIA CLIMÁTICA

Mantenga un termómetro para electrodomésticos tanto en el refrigerador como en el congelador. Un termómetro para electrodomésticos indica la temperatura en el refrigerador y el congelador en caso de un apagón y ayuda a determinar la seguridad de los alimentos.

- Asegúrese de que el congelador esté a 0° F o menos y que el refrigerador esté a 40° F o menos.
- Congele los recipientes de agua para obtener hielo para ayudar a mantener los alimentos fríos en el congelador, refrigerador o neveras portátiles en caso de que se corte la electricidad.
- Congele los artículos refrigerados, como las sobras de alimentos, la leche y las carnes y aves frescas que no necesite de inmediato. Esto ayuda a mantenerlos a una temperatura segura por más tiempo.

- Planifique con anticipación y sepa dónde se puede comprar hielo seco y hielos.
- Almacene los alimentos en estantes que estarán a salvo del agua contaminada en caso de una inundación.
- Tenga neveras portátiles a la mano para mantener los alimentos fríos en caso de que el suministro de energía se apague por más de cuatro horas. Compre o haga cubitos de hielo y guárdelos en el congelador para usarlos en el refrigerador o en una nevera. Congele los paquetes de gel con anticipación para usar en las neveras portátiles.
- Agrupe la comida en el congelador, esto mantiene los alimentos fríos por más tiempo.

PASOS A SEGUIR DURANTE Y DESPUÉS DE LA EMERGENCIA CLIMÁTICA

- Nunca pruebe un alimento para determinar si está en buen estado.
- Mantenga las puertas del refrigerador y del congelador cerradas lo más posible para mantener la temperatura fría.
- El refrigerador mantendrá la comida fría durante aproximadamente 4 horas si no se abre. Un congelador lleno mantendrá la temperatura durante aproximadamente 48 horas (24 horas si está medio lleno y la puerta permanece cerrada).



- Los alimentos se pueden volver a congelar de manera segura si aún contienen cristales de hielo o si están a 40° F o menos.
- Consiga cubos de hielo o hielo seco para mantener el refrigerador y el congelador lo más fríos posible si se va a quedar sin electricidad por un período prolongado de tiempo. Cincuenta libras de hielo seco pueden mantener frío un congelador lleno de 18 pies cúbicos durante 2 días.
- Si la electricidad ha estado cortada durante varios días, verifique la temperatura del congelador con un termómetro para electrodomésticos o un termómetro para alimentos. Si los alimentos aún contiene cristales de hielo o están a 40° F o menos, el alimento es seguro.

- Si no se ha mantenido un termómetro en el congelador, revise cada paquete de alimentos para determinar su seguridad. Si la comida todavía contiene cristales de hielo, la comida es segura.
- Deseche los alimentos refrigerados percederos, como carne, pollo, pescado, quesos blandos, leche, huevos, sobras y productos deli después de 4 horas sin electricidad.
- Si tiene dudas, deséchelo.

Seguridad de los Alimentos en Contenedores Expuestos a Aguas de Inundación

CÓMO DETERMINAR QUÉ ALIMENTOS CONSERVAR O DESECHAR

- No coma ningún alimento que pudiera haber tenido contacto con el agua de la inundación.
- Inspeccione los alimentos enlatados y deseche cualquier alimento en latas dañadas.

OLLAS, SARTENES, PLATOS Y UTENSILIOS:

- Lave a fondo las sartenes de metal, los

platos de cerámica, los utensilios (incluidos los abrelatas) y los mostradores con agua jabonosa, utilizando agua caliente, si la tiene disponible. Enjuague y luego desinfecte hirviéndolos en agua limpia o sumergiéndolos durante 15 minutos en una solución de 1 cucharada de cloro líquido sin olor por galón de agua potable (o el agua más limpia y clara disponible).

SEGURIDAD DEL AGUA POTABLE SI OCURRE UNA INUNDACIÓN

- Use agua embotellada que no haya estado expuesta a las aguas de la inundación si está disponible.
- Si no tiene agua embotellada, debe hervirla para que sea segura. El agua hirviendo mata a la mayoría de los organismos causantes de enfermedades que puedan estar presentes.
- Si no puede hervir el agua, puede desinfectarla con lejía de uso doméstico. La lejía eliminará algunos, pero no todos, los tipos de organismos causantes de enfermedades que pueden estar en el agua. Agregue 1/8 cucharadita (u 8 gotas) de lejía doméstica (blanqueador del hogar) líquida regular, sin olor, por cada galón de agua. Deje reposar por 30 minutos.
- Si tiene un pozo que ha sido inundado, el agua debe ser analizada y desinfectada después de que la inundación termine.

SIGA ESTOS PASOS DESPUÉS DE UNA INUNDACIÓN:

- **NO CONSUMA** ningún alimento que pudiera haber estado en contacto con el agua de la inundación.
- **DESECHE ALIMENTOS** que no estén en recipientes impermeables; tapas de rosca, tapas que se levantan, tapas a presión, tapas rizadas que no sean impermeables.
- **DESECHE** cajas de cartón de jugos, fórmula para bebés, jugos, leche y alimentos enlatados
- **DESECHE** cualquier lata dañada que esté hinchada, tenga pérdidas/fugas, perforaciones, agujeros, fracturas, oxidación avanzada o golpes/hendiduras suficientemente graves que no permitan apilarlas o abrirlas.

DESINFECTE
1 cucharada
de lejía + 1
galón de agua

Ollas, sartenes,
vajilla y
utensilios

Latas no dañadas
de metal después
de quitarles las
etiquetas