

Publicado en *Mom & me Centroamérica* | *1000 Primeros Días del Bebé* (<https://www.momandme.nestle.com>)

[Inicio](#) > Temperaturas correctas de los alimentos

Comparte esto

X



Temperaturas correctas de los alimentos

La seguridad es uno de los temas más importantes cuando se habla de un bebé o un niño pequeño, todo padre desea que su hijo esté seguro de caídas, quemaduras u otros accidentes, pero en pocos casos se discute la importancia de la adecuada manipulación de los alimentos.

<https://www.momandme.nestle.com/temperaturas-correctas-de-los-alimentos> ^[1]

[2] [3] [4]



Temperaturas correctas de los alimentos

La seguridad es uno de los temas más importantes cuando se habla de un bebé o un niño pequeño, todo padre desea que su hijo esté seguro de caídas, quemaduras u otros accidentes, pero en pocos casos se discute la importancia de la adecuada manipulación de los alimentos.

Viernes, Septiembre 11th, 2015

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compartir](#)

En las primeras etapas de la vida, cuando el sistema inmunológico no está completamente desarrollado, es importante que todas las comidas y utensilios que entren en contacto con la boca del bebé, estén limpios y en condiciones adecuadas. Esto, ya que son muy susceptibles a infecciones que pueden afectar de manera importante el estado de salud del mismo. En Estados Unidos, se encontró que los niños menores de 4 años, padecían hasta 4 veces más infecciones transmitidas por alimentos, que los adultos mayores de 20 años.

Debido a que los riesgos de contaminación por bacterias u otros pequeños organismos capaces de causar enfermedad, son muy amplios y se encuentran en casi todos los ambientes, es importante conocer y llevar a cabo todas las prácticas necesarias para reducirlos. Una de las recomendaciones más sencillas y fáciles de cumplir, es el control de las temperaturas de los alimentos, ya que las bacterias tienden a multiplicarse mejor en ambientes cálidos y húmedos.

Por ello, es aconsejable mantener los alimentos a temperaturas extremas, ya sea cuando se cocinan o cuando se almacenan en refrigeración o congelación. Además, nunca se debe dejar una comida preparada (colado, papillas, etc.) a temperatura ambiente por más de dos horas, ya que el riesgo de contaminación aumenta significativamente.

Los colados Gerber y otros alimentos procesados (latas, leche pasteurizada) pueden almacenarse a temperatura ambiente cuando se encuentran sellados, ya que han sido sometidos a procesos industriales que garantizan su seguridad; esto no es el caso una vez abiertos, ya que entran en contacto con el ambiente y deben ser mantenidos en refrigeración.

Se recomienda chequear la temperatura del refrigerador y de los alimentos contenidos en él, una vez al mes, para asegurar que se mantengan a una temperatura segura menor a 4 °C.

[Leer más](#) ^[6]

URL de origen: <https://www.momandme.nestle.com/temperaturas-correctas-de-los-alimentos>

Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/temperaturas-correctas-de-los-alimentos>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/temperaturas-correctas-de-los-alimentos&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/temperaturas_c](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/temperaturas-correctas-de-los-alimentos&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/temperaturas_correctas_de_los_alimentos)
correctas de los alimentos

[3]

<https://twitter.com/share?text=Temperaturas%20correctas%20de%20los%20alimentos&url=https%3A//www.momandme.net>

correctas-de-los-alimentos

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/temperaturas-correctas-de-los-alimentos>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/1886>

[6] <https://www.momandme.nestle.com/javascript%3A%3B>