

COMUNICADO DE PRENSA
PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA**Contacto para los medios de comunicación:**

Jennifer Palomino - Oficial de Información Pública, Salud Pública
(805) 981-5383

PH-PIO@ventura.org

24 de noviembre del 2025

Consejos sobre cómo manipular los alimentos de forma segura durante el Día de Acción de Gracias

Condado de Ventura, CA — Para este Día de Acción de Gracias, incorpore sabores frescos a su comida festiva y prevenga las enfermedades transmitidas por los alimentos con los consejos de Salud Pública del Condado de Ventura (VCPH, por sus siglas en inglés) y la División de Salud Ambiental de la Agencia de Gestión de Recursos del Condado de Ventura (EH, por sus siglas en inglés).

Cada año, el VCPH y el EH investigan casos de enfermedades transmitidas por los alimentos que se deben a una manipulación inadecuada o a una cocción incompleta de los alimentos. Recientemente, se ha observado un aumento en los casos de la salmonela en el Condado de Ventura.

La bacteria salmonela causa una infección conocida como la salmonelosis, con síntomas como dolor de estómago, vómitos, fiebre y diarrea que pueden aparecer horas o días después de consumir alimentos contaminados. La mayoría de las personas sanas se recuperan en pocos días sin necesidad de un tratamiento, pero las personas mayores, los bebés, los niños pequeños, las mujeres embarazadas y las personas con sistemas inmunitarios debilitados corren un mayor riesgo de padecer una enfermedad grave. Si se siente enfermo y presenta síntomas, póngase en contacto con su proveedor de atención médica. Si trabaja con alimentos o cuida a personas vulnerables, es importante que se quede en su hogar hasta que se recupere o se haya hecho una prueba para evitar que la enfermedad se propague.

Hay algunas acciones que puede tomar para prevenir la salmonelosis este Día de Acción de Gracias y así proteger su salud y la de sus seres queridos:**Descongelar un pavo**

- Refrigerador: Mantenga el pavo en su empaque original a una temperatura de 40 °F o menos. Permita un tiempo aproximado de 24 horas por cada 5 libras del pavo. Una vez descongelado, refrigere por no más de 1 a 2 días antes de cocinarlo.
- Agua fría: Coloque el pavo en una bolsa impermeable, sumérjalo en agua fría y cambie el agua cada 30 minutos. Permita un tiempo de 30 minutos por cada libra. Cocine de inmediato después de descongelar.
- Microondas: Úselo solo si el pavo entra cómodamente. Siga las instrucciones del fabricante en cuanto al tiempo de descongelación y el nivel de potencia. Cocine de inmediato después de descongelar.

Cocinar un pavo

- Hornéelo hasta que alcance una temperatura interna de 165 °F. Compruébelo colocando un termómetro para alimentos en tres lugares, evitando los huesos: la parte más gruesa de la pechuga, la parte más interna del muslo y la parte más interna del ala.
- Cocine el relleno por separado en una cazuela para que se cocine de manera uniforme y sea más seguro.

Otras prácticas seguras para la manipulación de los alimentos

- Lávese las manos con jabón y agua tibia por 20 segundos antes y después de manipular los alimentos.
- Limpie los utensilios, platos, encimeras y tablas de cortar con jabón y agua tibia después de cada uso.
- Lave bien las frutas y verduras con agua antes de comerlas, incluso si se van a pelar.
- Mantenga el pavo crudo (y cualquier carne cruda) separado de los alimentos frescos, especialmente las frutas y verduras.
- Utilice tablas de cortar y utensilios diferentes para la carne y los alimentos frescos.
- Refrigere las sobras dentro de las 2 horas después de cocinarlas. Las sobras se pueden guardar en el refrigerador por 3-4 días o congelar por 2-6 meses.
- Divida las sobras en porciones más pequeñas para que se enfríen rápida y uniformemente en el refrigerador. Recaliente estas sobras a 165 °F antes de servir.

Si sigue estas recomendaciones, podrá disfrutar de un Día de Acción de Gracias festivo y sabroso, mientras protege la salud de su familia y su comunidad.

Para reportar una enfermedad transmitida por los alimentos relacionada con el consumo en establecimientos autorizados o no autorizados ubicados en el Condado de Ventura, presente un reclamo con el EH en: <https://eco.vcrma.org/>. Para obtener más información sobre la seguridad alimentaria, visite el sitio web del EH en: <https://rma.venturacounty.gov/divisions/environmental-health/food-safety-information/>.

###