

# ¿COMER CARNE DE AVE LE PONE LA PIEL DE POLLO?

**Cocinar y manipular en forma adecuada los alimentos es la respuesta.**

## **Con todo lo que se dice acerca de la gripe aviar, ¿tiene miedo de comer pollo?**

¿Piensa acaso en no comer omelettes o huevos revueltos porque pueden causarle una enfermedad? El Departamento de Agricultura de los EE. UU. (U.S. Department of Agriculture, USDA) afirma que puede dejar de preocuparse: si la carne de ave y los huevos se manipulan y cocinan de forma adecuada, se pueden comer en forma segura. Simplemente tenemos que usar el sentido común cuando preparamos comidas.

Si bien el tipo de gripe aviar mortal que constituye una amenaza potencial para los seres humanos nunca ha sido detectado en las aves de los EE. UU., según el USDA, manipular y cocinar adecuadamente su carne de pollo, pavo o pato, mataría el virus antes de que llegue a su mesa.

La mejor forma de comprobar que su comida es segura es usar un termómetro para carnes para verificar que el pollo esté completamente cocido.



El interior del pollo debe alcanzar, en todos lados, una temperatura mínima de 165 grados, para matar los gérmenes transmitidos por los alimentos que pueden estar presentes, incluidos salmonella, E. coli e influenza.

Nunca se recomienda comer huevos crudos ni alimentos con ingredientes que contengan huevo crudo, como masa para galletas o masa para pasteles (¡por más tentadores que sean!). Coma en forma segura cocinando bien todos los platos que contengan huevos crudos.

### **Aquí le ofrecemos otros consejos útiles del USDA:**

- ▷ Lávese las manos con agua caliente y jabón durante, al menos, 20 segundos (lo que dura cantar el “Feliz Cumpleaños” dos veces) antes y después de manipular alimentos.
- ▷ Evite la contaminación cruzada de los alimentos manteniendo las carnes crudas de res, de ave, de pescado y sus respectivos jugos lejos de los demás productos.
- ▷ Después de cortar carnes crudas, lave la tabla para cortar, el cuchillo y las superficies de trabajo con agua caliente y jabonosa.
- ▷ Desinfecte las tablas para cortar con una solución de 1 cucharadita de lejía en 1 cuarto de galón de agua.

**Para ver más consejos, lea el útil folleto que preparó el USDA sobre la gripe aviar o envíe su pregunta por Internet, a través del sitio web del USDA.  
*¡BON APPETIT!***



**Prepárese**

[www.getreadyforflu.org](http://www.getreadyforflu.org)



American  
Public Health  
Association