

¡Cuidado con ese bocado! (When Food Bites Back)

Este programa es una presentación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

Cualquier persona se puede intoxicar con los alimentos. Anualmente, cerca de 48 millones de personas en los Estados Unidos se enferman al consumir alimentos contaminados. Con frecuencia, las intoxicaciones alimentarias causan enfermedades leves, pero también *pueden* ocasionar problemas de salud a largo plazo y hasta la muerte.

La infección por listeria o *listeriosis* se puede propagar a través de los alimentos contaminados y puede ser particularmente peligrosa para las personas con alto riesgo como las mujeres embarazadas y sus bebés, los adultos de edad avanzada y las que tienen sistemas inmunitarios debilitados. La mayoría de las personas con *listeriosis* tendrá que ser hospitalizada y cerca de una en cada seis morirá.

Protéjase usted y proteja a sus seres queridos tomando medidas seguras con respecto a los alimentos. Consuma solamente leche pasteurizada o alimentos hechos con leche pasteurizada y no coma germinados crudos.

Si usted tiene un alto riesgo de *listeriosis*, caliente las salchichas o hot dogs, las carnes frías y los mariscos ahumados hasta que estén bien cocidos. Para obtener más información sobre la seguridad de los alimentos, visite www.cdc.gov/español.

Para obtener la información de salud más precisa visite www.cdc.gov/español o llame al 1-800-CDC-INFO, es decir, 1-800-232-4636.