

# BEZPIECZNE PRZECHOWYWANIE ARTYKUŁÓW SPOŻYWCZYCH

## Odpowiednie przechowywanie żywności:

- ✓ chroni przed zanieczyszczeniem,
- ✓ spowalnia procesy psucia,
- ✓ pozwala na dłuższe zachowanie korzystnych cech sensorycznych (smak, zapach, barwa),



OGRANICZA RYZYKO WYSTĄPIENIA  
ZATRUĆ POKARMOWYCH

Najważniejszym postępowaniem jest **przechowywanie produktów zgodnie z zaleceniami producenta**.

Miejsca, w których żywność jest przechowywana powinny być utrzymane w czystości, dlatego **należy m.in. regularnie myć lodówkę** (najlepiej raz w tygodniu oraz przemywać np. wodą z dodatkiem octu), ponieważ zgromadzone na powierzchniach resztki żywności stanowią idealne warunki do rozwoju bakterii, pleśni oraz grzybów. **To, że żywność przechowywana jest w lodówce nie daje gwarancji pełnego bezpieczeństwa** – warunki chłodnicze są korzystne dla rozwoju niektórych bakterii chorobotwórczych, takich jak np. *Listeria* (nabiał), *Yersinia* (surowe mięso lub mleko). **Dlatego tak ważne jest mycie surowych produktów tam umieszczanych oraz bieżące utrzymywanie czystości urządzeń chłodniczych.**

**Nie zapominajmy, że niektóre toksyny wytwarzane przez bakterie lub grzyby nie zmieniają smaku, zapachu bądź konsystencji. W przypadku mikotoksyn (toksyn wytwarzanych przez grzyby), usunięcie miejsca z widocznym ogniskiem pleśni nie czyni produktu przydatnym do spożycia, ponieważ substancje te, choć niewidoczne, mogą być rozmieszczone w całym produkcie.**



WHO „Bezpieczeństwo żywności”  
„Z pola na stół – uczyń jedzenie bezpiecznym”

## DBAJĄC O PRAWIDŁOWE PRZECHOWYWANIE ŻYWNOSCI PAMIĘTAJ O:

- ☑ **Bezwzględny przestrzeganiu terminów ważności** („najlepiej spożyć przed...”; „należy spożyć do...”) – nie można spożywać produktów przeterminowanych, gdyż stanowią zagrożenie dla zdrowia. Twoje obawy powinny wzbudzić np. **wybrzuszone konserwy, produkty z widocznymi oznakami pleśni, produkty o zmienionym wyglądzie, smaku lub zapachu.**
- ☑ **Segregacji produktów** surowych, wymagających mycia, gotowania lub innych zabiegów kulinarnych i produktów przeznaczonych do bezpośredniego spożycia.
- ☑ **Wystudzeniu** pozostałości niezjedzonych posiłków **tak szybko jak to możliwe** i umieszczeniu w lodówce.
- ☑ **Przechowywaniu trwałych produktów spożywczych** (produkty sypkie, pieczywo, konserwy itp.) – **w miejscach chłodnych oraz suchych**, ponieważ wysoka wilgotność powietrza sprzyja **namnażaniu bakterii oraz rozwojowi szkodników** np. owadów w produktach sypkich.
- ☑ **Zasadach odnoszących się do produktów wymagających przechowywania chłodniczego** (mięso, nabiał, warzywa, lody itd.).

• **Należy nie dopuszczać do przerwania tzw. „łańcucha chłodniczego”,** czyli dbać o to, by tego typu produkty nie pozostawały zbyt długo poza lodówką lub zamrażarką. W związku z tym, że ta grupa produktów należy do żywności **łatwo psującej się**, przechowywanie w **temperaturze pokojowej może doprowadzić do szybkiego rozwoju drobnoustrojów**, które to z kolei mogą być przyczyną dolegliwości ze strony układu pokarmowego, a w skrajnych przypadkach **zagrożeniem dla zdrowia lub życia.**

• **Produktów rozmrożonych w żadnym wypadku nie należy zamrażać ponownie.**

• W urządzeniach chłodniczych, w miejscach łatwo dostępnych, nieoddzielonych od reszty, **nie należy przechowywać nieumytych warzyw i owoców – segregacja jest ważna**, by nie zanieczyszczać produktów przeznaczonych do bezpośredniego spożycia, czyli takich, które nie będą przed spożyciem poddane myciu lub obróbce termicznej.

