¿Qué hacer con los alimentos del frigorífico y del congelador después del apagón eléctrico?

Con motivo del apagón eléctrico sucedido en nuestro país, es posible que algunos alimentos se puedan estropear y haya que desecharlos. Se debe evaluar cada alimento por separado siguiendo las siguientes recomendaciones. Nunca pruebe un alimento para valorar si es seguro, ni confíe en el aspecto o el olor de la comida.

Lo importante es la temperatura a la que ha llegado cada tipo de alimento en función de la capacidad de conservación de su frigorífico. A mayor tiempo transcurrido sin electricidad, mayor riesgo de alcanzar una temperatura no recomendable. Los tiempos que se indican a continuación presuponen que se ha evitado abrir las puertas del frigorífico o congelador durante el apagón.

Recomendaciones para los alimentos en el frigorífico:

- Cortes de luz inferiores a 4 horas: El frigorífico puede mantener la temperatura de los alimentos por debajo de los 5ºC y no sería en principio necesario descartar ningún alimento a causa del apagón.
- Cortes de luz superiores a 4 horas: En estos casos, es posible que se haya superado la temperatura de los 5ºC y hay que tirar aquellos alimentos perecederos como carne, pollo, pescado, huevos, leche o queso fresco o sobras. Debe tener presente que estos alimentos perecederos que pueden deteriorarse al no haberse conservado refrigerados o congelados de manera adecuada pueden causar enfermedades al ser consumidos, aunque los cocine a las temperaturas adecuadas. Además, pueden ser el origen de la contaminación cruzada de otros alimentos.

  Las frutas y las verduras enteras pueden mantenerse a temperaturas superiores, por lo que pueden consumirse si mantienen las condiciones de frescura y siguiendo las recomendaciones para su lavado habituales. En el caso de las frutas y verduras cortadas o ensaladas preparadas deberán tirarse, al igual que sucede con los alimentos perecederos.

  Algunos alimentos no perecederos, como refrescos, conservas, bebidas alcohólicas o chocolate, suelen almacenarse en el frigorífico de manera habitual, aunque no lo necesitan. Estos productos pueden mantenerse en perfectas condiciones fuera del frío y consumirse sin ningún inconveniente.

Recomendaciones para los alimentos en el congelador:

- Los congeladores pueden mantener la temperatura de congelación al menos 24-48 horas, si no se abren las puertas. Los alimentos se pueden

volver a congelar si no se han descongelado completamente (mantienen cristales de hielo en su superficie, dureza y sensación de frío).

- En aquellas zonas donde el corte de luz pueda durar más de 24 horas, es importante comprobar que los alimentos no se hayan descongelado completamente, en cuyo caso, se pueden volver a congelar. Si no se hubiesen descongelado, y siempre y cuando la temperatura no haya superado los 5ºC (deben mantenerse fríos), se podrían consumir en el día. Si no se tiene claro cuánto tiempo han estado descongelados, los alimentos deben descartarse, en particular si no están fríos al tacto.