

AFORISMOS

TOXIINFECCIONES ALIMENTARIAS

Las toxiinfecciones alimentarias son las enfermedades consecuentes a la ingestión de alimentos contaminados por determinados microbios o por sustancias tóxicas elaboradas por ellos.

Es de toda evidencia que, últimamente se han incrementado considerablemente las toxiinfecciones alimentarias y, paradójicamente, con mayor frecuencia en los países desarrollados. Y es paradójico, porque se han mejorado muchísimo, en comparación con tiempos pasados, los modos higiénicos de vida. Siendo varias las causas responsables de este aumento, debemos recordar dos hechos fundamentales:

1º QUE LOS MICROBIOS SON CONSTANTES COMPANEROS DE LA VIDA.

Están en el interior y en el exterior de los seres vivos, en el ambiente, en los utensilios, en ciertos alimentos, etc.

2º QUE LOS MICROBIOS SE ALIMENTAN DE LA MISMA COMIDA QUE HEMOS PREPARADO PARA NOSOTROS.

Y, a veces se alimentan muy bien, creciendo por millones en poquísimo tiempo.

Considerando bien estas dos ideas, se pueden evitar con facilidad las intoxicaciones por los alimentos:

- No usando materias primas contaminadas.
- Evitando que se contaminen.
- Impidiendo que los microbios se desarrollen.

Es muy difícil saber si los productos, comprados están libre de gérmenes o no; pero sí está a nuestro alcance conservarlos bien. Para una buena conservación es imprescindible aislarlos, no teniendo ninguna relación con todo lo que pueda contaminar; enfriarlos, sobre todo aquellos que contengan carnes, leches, huevos o sustan-

cias muy nutritivas, pues en todos ellos los microbios se desarrollan con mucha facilidad, debiendo enfriar rápidamente a 4 °C, temperatura a la cual no crecen; cocerlos, procurando que no transcurra mucho tiempo entre su preparación y cocción, pues si el calor destruye la mayoría de los microbios, existen toxinas, producidas por ellos, que no es fácil destruirlas; consumirlos lo antes posible, teniendo mucho cuidado con las "sobras" y asegurarnos muy bien que no estén alteradas.

Y, por último, se debe tener especial cuidado en la manipulación de los alimentos, debiendo observar las siguientes normas higiénicas:

Lavarse las manos con agua y jabón al preparar las comidas y siempre lavarlas después de usar el pañuelo y sobre todo, siempre que se utilice el cuarto de baño.

Conservar limpia la superficie del área de trabajo y bien organizada y ordenada, de manera que cada fase del trabajo pueda llevarse a cabo sin peligro.

Usar sólo utensilios limpios en la preparación, cocción y servicio de los alimentos.

Las manos y los dedos deben utilizarse lo menos posible. Usar cucharas, tenedores, pinzas y otros utensilios apropiados.

Tomar siempre por el mango los utensilios como tenedores, cucharas y pinzas.

Recoger y colocar los vasos por las bases, las tazas por el asa, los platos por los bordes, cuidando no contaminar con los dedos las superficies que están en contacto con los alimentos.

Usar cucharas limpias, cada vez que se desee probar una preparación.

Observar la prohibición de "no fumar" en las áreas de preparación o de servicios.

Cubrir la cabeza con prendas apropiadas y emplear ropa de color claro, donde la suciedad se aprecia bien.

CRISTOBAL PICAZO AROCA.

Enrique Bonal.



Esquina La Marcela

En la boda de Isbert el padrino estaba "tan pancho".

Esto va en aumento: próxima partida, cartones a 200 pts. (el año que viene a por Terry Venables).

Silencio por favor.

Colorín colorao la J-2 se ha traspasao.

Más traspasos:

- "Local de unos 100 m² en la M-30, negocio redondo junto al río Valdemembra". No se fía ni se cobra IVA.

- "Conductor experimentado traspasa local en calle Villanueva".

En la carretera, últimamente han habido muchas multas por estacionamiento prohibido.. mmmmm.¿de quién será obra?.

Insistimos: las obras en la Plaza comenzarán el 9 de Enero. El andamio para Carnaval.

Deportes

AT. TARAZONA

AT. TARAZONA

Según iba desarrollándose la competición, el At. Tarazona no terminaba de conseguir unos resultados satisfactorios, ya que después de conseguir un empate en casa del Madrigueras, se volvía a perder otro punto en casa con el Iniesta y una estrepitosa derrota con el Alcazar de San Juan, lo que dió lugar a que se celebrara una reunión entre la directiva y el entrenador Sr. Tebar donde quedaron rescindidos sus servicios.

Así pues, después de varios contactos la directiva se puso en contacto con el nuevo entrenador Sr. Mario Leardi, el cual firmó contrato hasta fin de temporada. Desde que se hizo cargo del equipo hasta el día de esta crónica, se han jugado 4 partidos ganando 2, empatando 1 y perdiendo 1; al parecer le ha dado otra forma de jugar al futbol y han vuelto al equipo otros jugadores que por diversas razones dejaron de jugar. Esperemos que por fin y por bien del equipo, los partidos se cuenten por victorias para alcanzar el puesto que nos merecemos.

EL MANCHEGO

EL MANCHEGO.

Como en años anteriores el tercer equipo de nuestra localidad "el Manchego", toma parte en el campeonato de futbol aficionado que organiza la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha.

El Manchego está encuadrado en la zona la Manchuela, en el grupo I con Abengibre, Villamalea; Bormate y Cenizate, de los que se clasifican los tres primeros y pasarán a formar otro grupo con los tres primeros clasificados del grupo II.

El Manchego está formado por jugadores jóvenes, que han salido del equipo juvenil y que por unas razones o por otras, no juegan en el At. Tarazona, y por jugadores veteranos que han dejado de pertenecer al At. Tarazona. Deseamos puedan quedar campeones de la zona la Manchuela y disputar, así, el campeonato provincial.

Colectivo Tempero no se hace responsable de los artículos de opinión que estén firmados; queda claro que son colaboraciones y por lo tanto la responsabilidad será íntegramente de los autores de los artículos.

FUTBOL SALA

El campeonato de futbol sala que se viene desarrollando en la pista del polideportivo municipal, y del que se llevan disputadas ocho jornadas, presenta una competición muy emparejada, ya que en la clasificación no aparece haber un claro favorito, aunque quedan por disputar todavía bastantes jornadas. La clasificación la encabeza el equipo de los Verdes que es el único que queda invicto.

La participación de jugadores es masiva, dado las condiciones en que se disputa el campeonato, pues hay que jugar por la noche con la iluminación que se ha puesto y al descubierto, soportando unas temperaturas bastante frias, lo cual no impide para el desarrollo de los partidos.

VALDEMEMBRA

Periódico Independiente de Tarazona de La Mancha
Número 47 Diciembre-Enero 1.987
Edición, Fotocomposición y Realización:
Colectivo Tempero

DIPUTACION de ALBACETE PUBLICACIONES IMPRENTA
Depósito legal: AB-757/1981