

Expertos de Vithas alertan del aumento de intoxicaciones alimentarias en verano y recuerdan cómo prevenirlas

Datum 11.8.2026
Subjekt Vithas
Region Španělsko
Kategorie Potravinářský průmysl, Společnost a životní styl, Zdravotnictví a nemocnice

Es muy importante extremar la higiene, una conservación adecuada de los alimentos y recomiendan acudir a urgencias ante síntomas persistentes o signos de deshidratación.

Las altas temperaturas del verano favorecen la proliferación de bacterias en alimentos y bebidas, aumentando el riesgo de intoxicaciones alimentarias. Según la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU), más de la mitad de estos casos se originan en alimentos preparados en el hogar.

Especialistas de los hospitales Vithas de la Comunidad Valenciana advierten de que una mala manipulación o conservación de los alimentos puede provocar desde molestias gastrointestinales leves hasta infecciones más graves, especialmente en niños, mayores y personas inmunodeprimidas.

El doctor Fernando Baixauli, pediatra de Vithas Castellón y Vithas Valencia 9 de Octubre, recuerda que “la higiene de manos es una medida básica y fundamental para prevenir las intoxicaciones alimentarias”, por lo que insiste en la importancia de lavarse las manos antes de comer o manipular alimentos y de mantener limpias las superficies y utensilios de cocina.

Por su parte, la doctora Giselle Aldacur, pediatra del Centro Médico Vithas Alzira, señala que muchas intoxicaciones se producen por “pequeños descuidos cotidianos”, como romper la cadena de frío o dejar alimentos cocinados demasiado tiempo a temperatura ambiente. Por ello, recomienda refrigerar rápidamente los productos perecederos y evitar su exposición prolongada al calor, especialmente durante excursiones o comidas al aire libre.

Los especialistas aconsejan evitar el consumo de carne, pescado o huevos crudos o poco cocinados y recuerdan la importancia de conservar adecuadamente los alimentos refrigerados. También recomiendan separar los alimentos crudos de los ya cocinados para evitar contaminaciones cruzadas y lavar frutas y verduras con agua potable.

La directora médica del Hospital Vithas Alicante y Vithas Medimar, la doctora Maria Jesús Cano, advierte de que en verano aumentan las intoxicaciones relacionadas con alimentos preparados que permanecen demasiado tiempo fuera del frigorífico, sobre todo en playas, piscinas y comidas al aire libre. En la misma línea, el doctor Koen Jerusalem, jefe de Medicina Interna del Hospital Vithas Valencia Turia, destaca el incremento de consultas por gastroenteritis e intoxicaciones alimentarias durante los meses de calor y recuerda que los pacientes más vulnerables tienen un mayor riesgo de sufrir complicaciones.

Los síntomas más habituales son diarrea, vómitos, náuseas, dolor abdominal, fiebre y debilidad general. Michelle Guevara, coordinadora de urgencias del Hospital Vithas Valencia Consuelo, recomienda acudir a urgencias cuando los síntomas persisten, existe dificultad para tolerar líquidos o aparecen signos de deshidratación, especialmente en niños y personas mayores.

Los expertos recuerdan que bacterias como Salmonella, E. coli, Estafilococo o Shigella son algunas de las principales causantes de estas infecciones, por lo que insisten en la importancia de mantener unas adecuadas medidas de higiene y conservación de los alimentos durante el verano.

Sobre Vithas

El grupo Vithas está integrado por 22 hospitales y 40 centros médicos y asistenciales distribuidos por 14 provincias. Los 14.500 profesionales que conforman Vithas lo han convertido en uno de los líderes de la sanidad española. Además, el grupo integra a la Fundación Vithas, Vithas Red Diagnóstica y la central de compras PlazaSalud.

Vithas, respaldada por el grupo Goodgrower, fundamenta su estrategia corporativa en la calidad asistencial acreditada, la experiencia paciente, la investigación y la innovación y el compromiso social y medioambiental.

Vithas.es

Goodgrower.com

Síguenos en: LinkedIn Instagram TikTok Facebook X Youtube

<https://vithas.es/comunicacion/actualidad/expertos-de-vithas-alertan-del-aumento-de-intoxicaciones-alimentarias-en-verano-y-recuerdan-como-prevenir-las>