

# Comer con inteligencia: Cómo interpretar los avisos sobre alimentos de origen animal crudos y poco cocidos



En el caso de algunas personas, consumir alimentos crudos o poco cocidos de origen animal puede aumentar el riesgo de contraer enfermedades.

Para ayudar a los consumidores a tomar decisiones informadas, se requiere que los alimentos, envasados o no, que sean productos animales crudos o poco cocidos lleven un aviso por escrito.

- **Alimentos envasados:** llevan el aviso en el envase.
- **Alimentos no envasados:** el aviso se exhibe en el lugar donde compre los alimentos, ya sea en un cartel, un menú o una vitrina.

Preste atención a la **advertencia** que identifica cuáles alimentos son crudos y cuáles, poco cocidos, así como al **recordatorio** sobre el riesgo aumentado de contraer enfermedades. El **asterisco (\*)** une todo.

## Ejemplo de cartel

### Hamburguesas\*

Hamburguesa con tocino y aguacate: \$12.49 Incluye guacamole y tocino crujiente caseros.

Hamburguesa con jalapeño picante: \$11.99 Cubierta con queso Pepper Jack y jalapeños frescos.

\*La **cocción** de nuestras hamburguesas es acorde a su pedido. Consumir carne poco cocida puede aumentar el riesgo de contraer una enfermedad transmitida por alimentos, en especial si sufre ciertas condiciones médicas.

Los asteriscos indican que todos los elementos de la sección se vinculan al aviso de la nota al pie.

La primera oración es la advertencia que le indica cuál producto animal está poco cocido. La segunda oración es el recordatorio sobre las altas posibilidades de contraer una enfermedad.

## Ejemplo de aviso de vitrina

### Tazón de poke de atún

Atún **crudo** fresco\*, aguacate, semillas de sésamo y aderezo de soja servido sobre arroz para sushi.

\*Consumir mariscos crudos puede aumentar el riesgo de contraer una enfermedad transmitida por alimentos. Consúmalos con responsabilidad.

Este aviso de vitrina incluye la palabra "crudo" en la descripción del producto. Los asteriscos le dirigen al recordatorio sobre las enfermedades potenciales.

## Menu Example

### Entrees

Pollo asado Alfredo: \$15.99 Salsa cremosa Alfredo con fettuccine y pollo asado.

Salmón sellado a la sartén\*: \$18.49 Salmón poco condimentado, **cocido acorde a su preferencia**.

\*En cuanto a si es seguro consumir pescado fresco parcialmente cocido, hay información disponible a pedido.

"Cocido acorde a su preferencia" significa que puede pedir que le preparen el salmón poco cocido.

Existen riesgos específicos al consumir pescado poco cocido. Hay información adicional disponible para que lea.