

GUIDA PER I CONSUMATORI

EPATITE A cos'è e come proteggersi



! cos'è l'EPATITE A

L'epatite A è un'infezione causata da un virus della famiglia dei picornavirus, denominato appunto virus dell'epatite A (HAV).

! come si trasmette l'EPATITE A

Il contagio può avvenire a causa dal mancato rispetto delle norme igieniche durante la preparazione dei cibi. Si trasmette principalmente attraverso l'ingestione di alimenti o acqua contaminati.

! Come proteggersi

lava accuratamente le mani con acqua e sapone prima di cucinare, prima di mangiare, dopo l'uso del bagno, dopo il cambio del pannolino e dopo aver assistito una persona malata;
acquista frutti di mare di provenienza certificata, non immersi in acqua, correttamente confezionati ed etichettati;

cuoci bene i frutti di mare per alcuni minuti dopo l'ebollizione o per 4 minuti in pentola a pressione

separa alimenti crudi e cotti;

usa utensili e taglieri diversi dopo averli puliti e sanificati;

lava bene frutta e verdura da consumare crude;

bevi solo acqua sicura e non utilizzare acqua di provenienza non controllata per lavare alimenti o preparare ghiaccio;

non preparare cibo per altre persone se si hanno sintomi compatibili con epatite o disturbi gastrointestinali, fino a valutazione medica.

