

Nitrato edo nitritoen ondorioz elikagaiak heldu eta sukaldatzerakoan, edo digestio-hodian bertan sor daitezkeen konposatu kimiko toxikoak dira.

KONTUTAN HARTU BEHARREKO ELIKAGAIAK

Batez ere tratamendu termikoa zehar sortzen dira, eta, horregatik, hain zuzen ere, elikagai prozesatu eta/edo kozinatuen kontsumoarekin lotzen da.



ARRAIN PROZESATUA
ETA ITSASKIAK



KAKAOA ETA KAKAOZ
EGINDAKO EDARIAK

HARAGI PROZESATUA
ETA DERIBATU ONDUAK



GARAGARDOA ETA
BESTE EDARI
ALKOHOLDUNAK



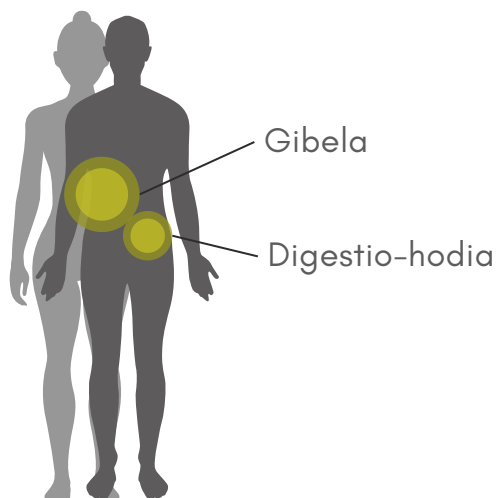
ORTUARI
PROZESATUAK,
ZEREALAK, ESNEA
ETA ESNEKIAK,
OLIOAK



ELIKADURA INTOXIKAZIOA

Potentzial **genotoxikoa** (DNA eralda dezake) eta **kartzinogenikoa** (minbizia eragin dezake)

ERANGIDAKO ORGANOAK



ARRISKU TALDEAK

Ez dago arrisku talde espezifikorik, pertsona guztiei era berean eragin diezaioke

GOMENDIOAK

Dieta orekatua jarraitzea eta askotariko elikagaiak kontsumitzea.

JARDUNBIDE EGOKIAK ETXEAN

1

GARBITU ESQUAK

sukaldatu aurretik

2

DESINFEKTATU

tresnak, oholak, azalera...

3

ONDO SUKALDATU

haragiak eta hauekin prestatutako janariak, eta lehenbait-lehen hozkailuan gorde.

4

AURREIKUSI

elikagai gordinen eta kuzinatuen arteko kutsadura gurutzatua.

5

MANTENDU

hotz-katea elikagai gordinak garraiatzen direnean

6

ONDO GARBITU

fruta eta barazki gordinak



EZ DESISOZTU

elikagaiak giro-
temperaturan



MUGATU

prozesatutako
elikagaien kontsumoa

