

# ¿Has oído hablar del botulismo?

## ¿Has oído hablar del botulismo?

[imprimir](#)



Las enfermedades transmitidas por alimentos se producen cuando consumimos alimentos o bebidas contaminados o en mal estado. Existen más de 250 enfermedades de este tipo, así que las causas pueden ser muy variadas. La **salmonelosis** es la que probablemente más te suene, pero no es la única. ¿Sabes qué es el botulismo?

El **botulismo** lo produce una toxina que se encuentra en la tierra y que puede desarrollarse en alimentos como las **conservas caseras o que han sido mal envasadas**. Esta enfermedad provoca visión doble, dificultad para tragar y respirar, párpados caídos, debilidad muscular, vómitos... y puede ser muy grave.

A simple vista, no se puede saber si un alimento contiene la toxina, porque esta no modifica el sabor, olor ni aspecto del alimento. Por ello, el único método de evitarla es la prevención.

### ¿Cómo prevenir el botulismo?

- Evita el consumo de conservas caseras o de dudosa procedencia que no se calienten a la hora de consumirlas, como las guindillas, espárragos, guisantes, judías verdes, bonito...
- No uses botes oxidados, abombados o en mal estado para elaborar conservas. Lo ideal es que uses tarros de cristal con tapa y que los esterilices antes de utilizarlos (para ello puedes hervirlos durante 15 minutos).
- Consume las conservas durante el mismo año de su elaboración.
- Es importante que sigas los pasos necesarios a la hora de envasar y tengas siempre en cuenta una buena higiene. Te dejamos unos consejos del [Gobierno de La Rioja](#) para prevenir el botulismo que seguro que pueden serte muy útiles.

Etiquetas

[botulismo](#)

[cómo prevenir el botulismo](#)

[conservas](#)

[Induction Pro](#)

## Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

### Plain text

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.

- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.

Publicar