

Poniendo en práctica  
estos consejos, evitarás  
enfermarte.



Algunos dibujos  
fueron elaborados  
por el grupo  
infantil de pintura  
y artes plásticas de  
la COFEPRIS

¡ALERTA SANITARIA!

¡Recuerda que en  
una situación de  
emergencia, podrías  
pasar momentos  
difíciles!

¡Protege tu salud y la  
de los tuyos!



SALUD

SECRETARÍA DE SALUD



Comisión Federal para la Protección  
contra Riesgos Sanitarios



www.cofepris.gob.mx  
Centro de Atención Telefónica  
01 800 033 50 50



Manejo  
higiénico de  
los alimentos  
en caso de  
emergencia



Tu salud y la de tu familia son muy importantes. Por eso, si se presentan lluvias intensas, huracanes, inundaciones, deslaves, erupciones volcánicas u otros desastres que alteren el medio ambiente y pongan en riesgo tu salud, es necesario que realices las siguientes acciones:



Desinfecta frutas y verduras. Utiliza agua potable y plata coloidal.

Lávate bien las manos antes de comer, preparar alimentos y después de ir al baño.



Mantén limpio el lugar donde preparas alimentos y alejado de animales e insectos.



Consume los alimentos calientes y bien cocidos.



No consumas alimentos con mal olor, sabor y apariencia extraña.



Hierve el agua durante 3 minutos o agrégale dos gotas de plata coloidal por cada litro de agua, y deja reposar 40 minutos en recipientes de plástico o vidrio antes de beberla o preparar alimentos.



Conserva los alimentos que se pueden echar a perder, en lugares fríos o refrigerados.

