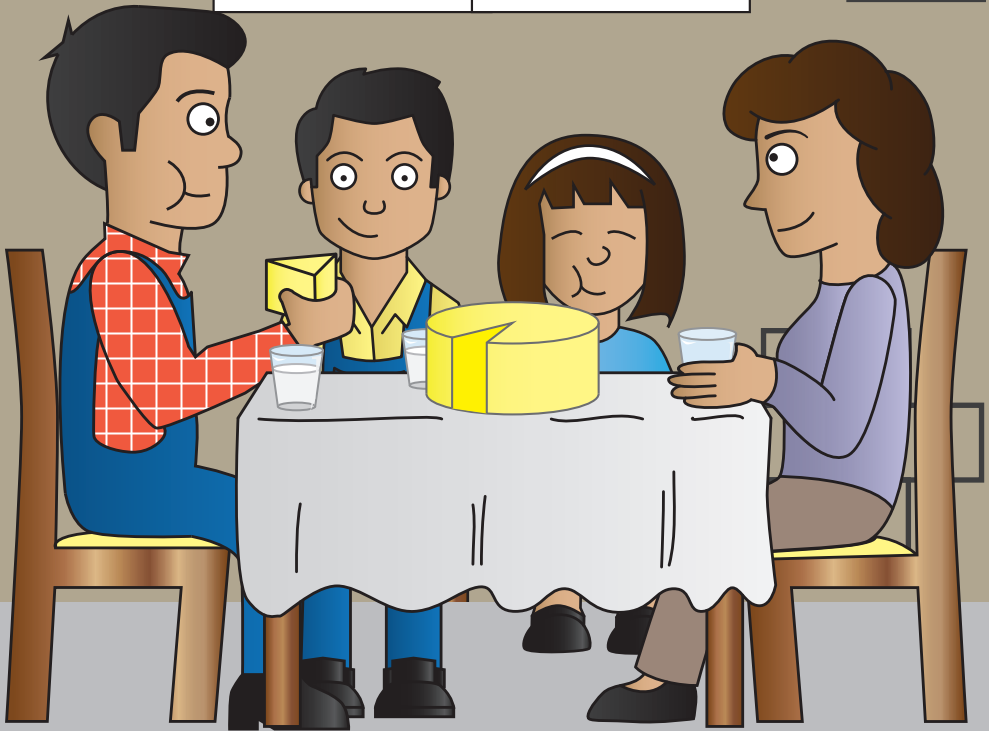


# Elaboración y consumo de queso rico y saludable



## **DIRECTORIO**

Julio Sánchez y Tépoz  
**Comisionado Federal para la Protección  
contra Riesgos Sanitarios**

Jorge Antonio Romero Salgado  
**Comisionado de Fomento Sanitario**

Jessica Boyzo Sánchez  
**Directora Ejecutiva de Comunicación de Riesgos y Capacitación**

Adelaida Martínez Chapa  
**Subdirectora de Comunicación de Riesgos e Información**

Rogelio Tobón Camiro  
**Gerente de Desarrollo de Estrategias de Comunicación de Riesgos**

**Coordinación Creativa**  
Rogelio Tobón Camiro  
David Iván Arcos Mancilla  
Carlos Aviléz Arellano  
Miguel González Acosta

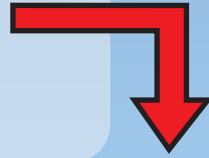
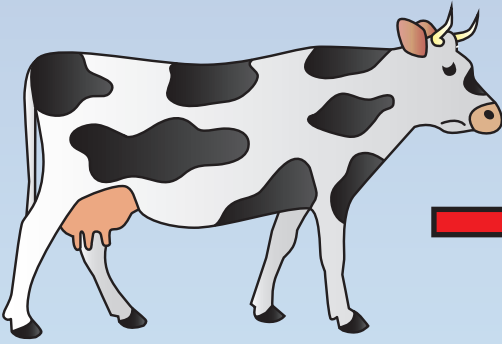
**Diseño e Ilustración**  
Miguel González Acosta

DR © Elaboración y consumo de queso rico y saludable

Comisión Federal para la Protección  
contra Riesgos Sanitarios  
Oklahoma No.14, Col. Nápoles, Deleg. Benito Juárez.  
C.P. 03810, Ciudad de México.  
México. Reimpresión 2013

Zoonosis son las enfermedades de los animales que se pueden transmitir a las personas.

La brucelosis es una zoonosis que se transmite a las personas que trabajan con vacas o cabras que pueden estar enfermas.



- Brucelosis
- Tuberculosis
- Salmonelosis

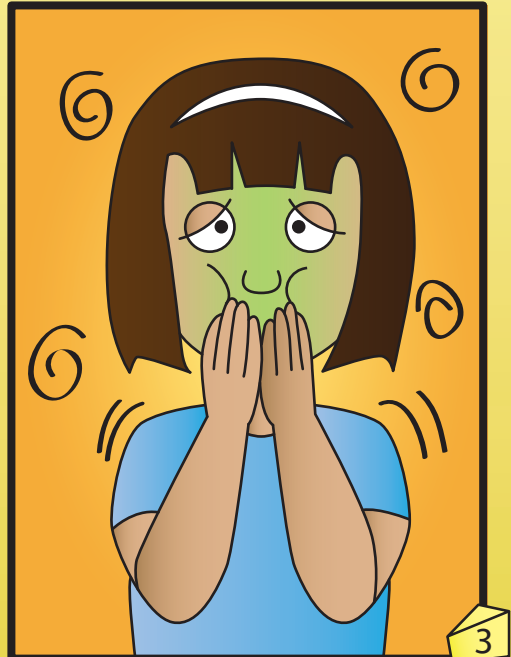


Las personas que toman leche o consumen queso sin pasteurizar también pueden enfermarse de brucelosis.



Los signos y síntomas de la brucelosis en las personas son:

- Fiebre, escalofrío y sudoración
- Dolor de cabeza, abdomen, muscular y de articulaciones
- Cansancio, fatiga y debilidad física
- Pérdida del apetito, náuseas y vómito



La brucelosis puede complicarse y producir:

- Artritis
- Daños al cerebro y sistema nervioso
- Inflamación de testículos en niños y hombres
- Hepatitis o inflamación del hígado



\$ Queso rico  
y saludable \$

La brucelosis es un problema de salud animal, en el que la Secretaría de Salud trabaja regulando y verificando la elaboración, pasteurización y venta de quesos.



La Pasteurización es el calentamiento de la leche para eliminar microbios y bacterias, y evitar la brucelosis en las personas.

La leche se puede pasteurizar de dos formas:

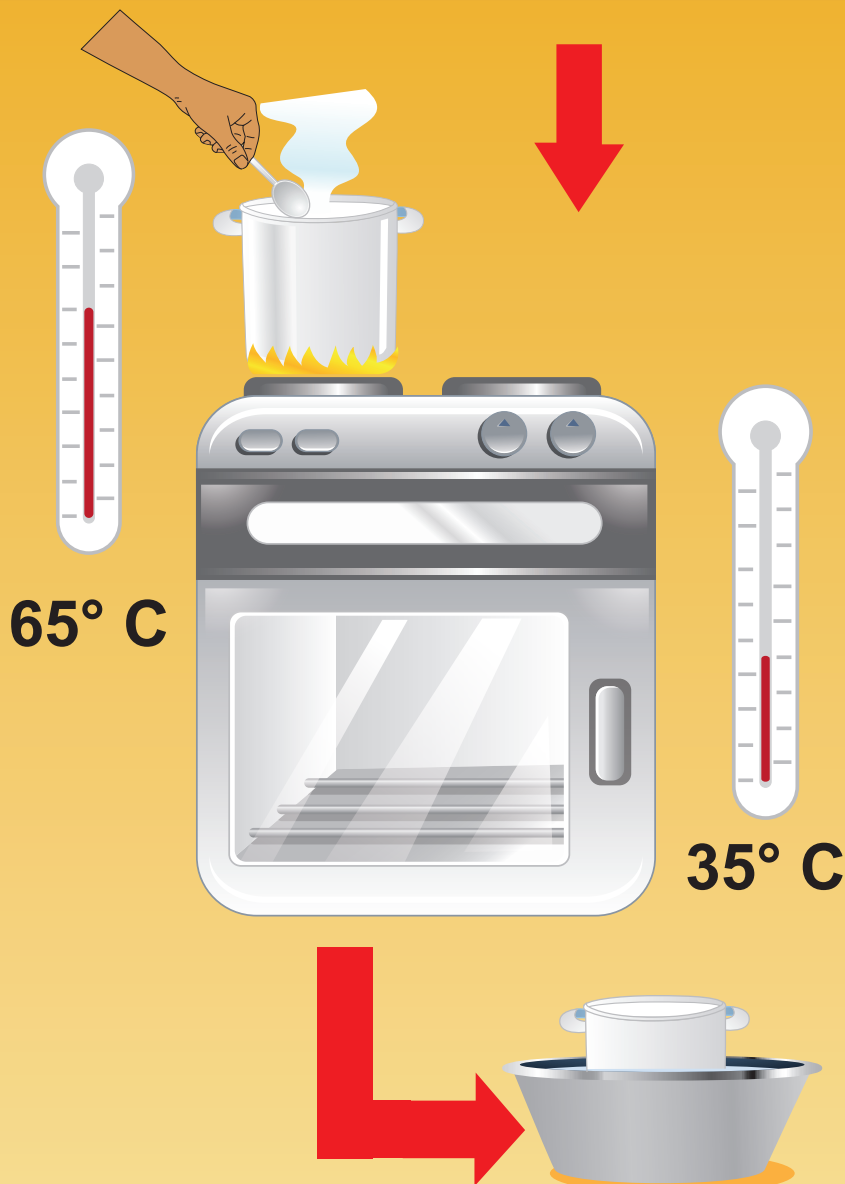
- Pasteurización lenta
- Pasteurización rápida





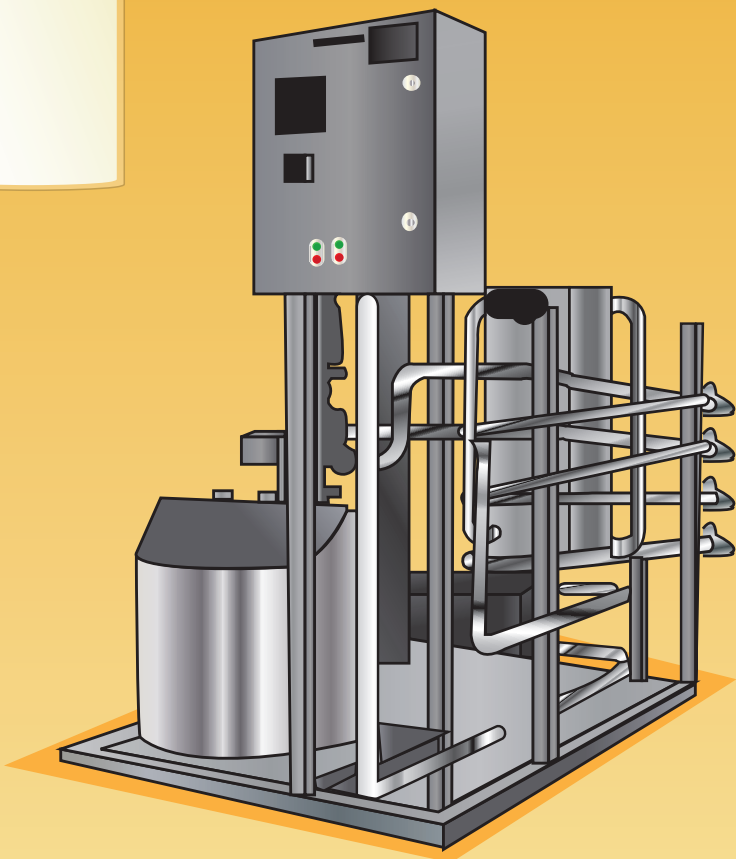
# Pasteurización Lenta

Calentamiento de la leche a 65°C  
por 30 minutos y enfriamiento a 35°C

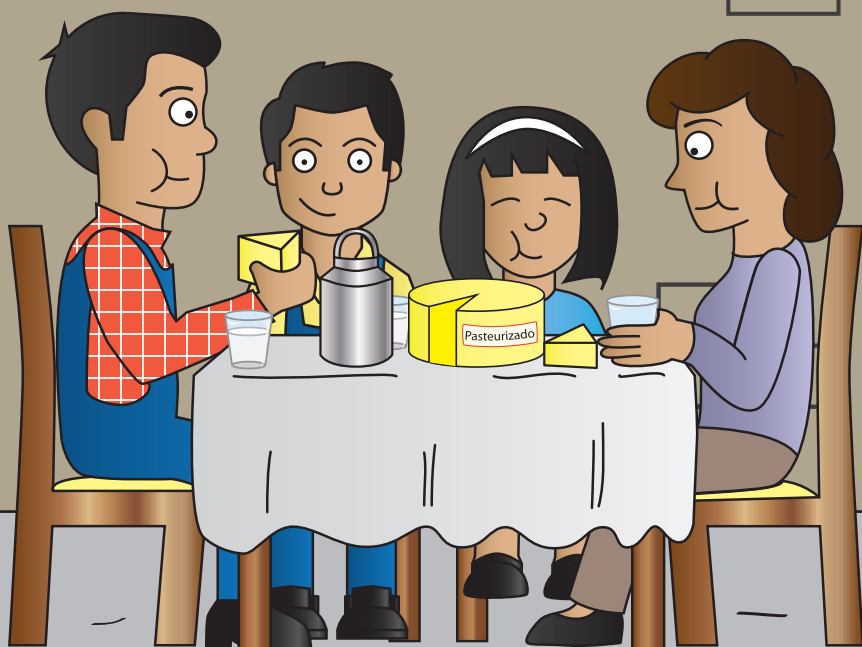
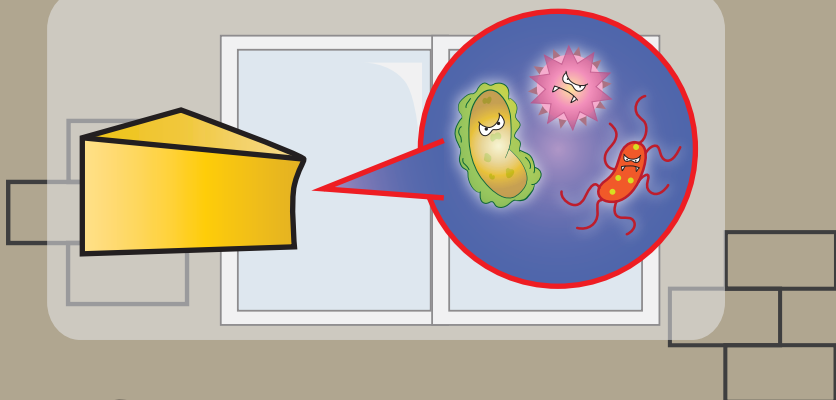


# Pasteurización Rápida

Calentamiento de la leche a 72° C por 15 segundos y enfriamiento a 35° C

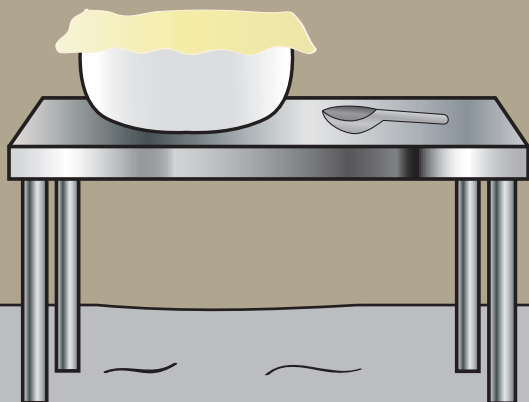
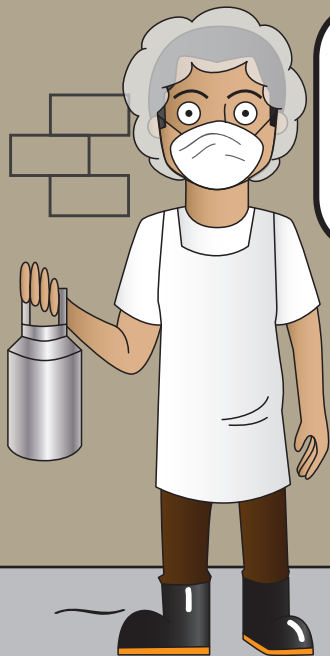


Las personas que consumen queso pueden enfermarse si se contamina durante su elaboración.



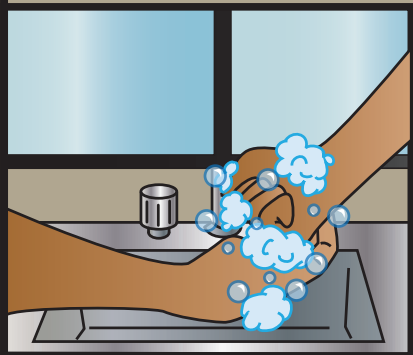
Las medidas de higiene para elaborar quesos y evitar su contaminación son:

- Usar uniforme: mandil, cubreboca, casco o cofia, ropa y zapatos limpios

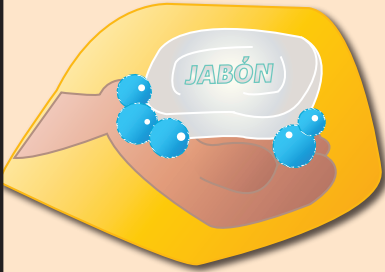


Medidas de higiene para elaborar quesos

- Lavarse las manos al iniciar el trabajo y en cualquier momento cuando puedan estar sucias
- Tener las uñas cortas y limpias
- No comer en el área de trabajo
- Lavar y desinfectar sus utensilios de trabajo al inicio y al final del día



# ¿Cómo debemos lavarnos las manos?



1.- Moja tus manos y ponles jabón.

2.- Frota tus manos una contra otra, talla las palmas, el dorso, entre los dedos, las muñecas y las uñas.



3.- Pon tus manos bajo el agua y quita todo el jabón.



4.- Seca tus manos con una toalla de papel o bien con una tela limpia.



**Consumo de queso  
rico y saludable.**

