

Métodos que retrasan el deterioro de los alimentos

Nombre _____

Fecha _____

Lee el texto con atención y responde a todas las preguntas con claridad.

Los alimentos se deterioran por la actividad de microorganismos, por reacciones químicas y por la acción de enzimas propias. Los métodos de conservación frenan uno o varios de estos procesos, pero no actúan todos del mismo modo ni garantizan por sí solos una duración ilimitada.

La refrigeración mantiene los alimentos a baja temperatura y ralentiza las reacciones químicas y la multiplicación de muchos microorganismos, pero no los detiene por completo. La congelación convierte gran parte del agua en hielo, de modo que los microbios apenas pueden utilizarla; aun así, algunos sobreviven y vuelven a multiplicarse tras la descongelación. Por eso deben respetarse los tiempos de almacenamiento y la cadena de frío.

El secado retira agua, mientras que la sal o el azúcar reducen la cantidad disponible para los microorganismos. Esta es la razón de que productos como las legumbres secas, el bacalao salado o la mermelada duren más que sus ingredientes frescos. Sin embargo, si absorben humedad o contienen proporciones insuficientes de sal o azúcar, la protección disminuye.

La pasteurización aplica calor durante un tiempo controlado para reducir los microorganismos perjudiciales, aunque no elimina necesariamente todas las formas resistentes. Para conservar un producto a temperatura ambiente se necesitan un tratamiento adecuado a su acidez, un envase hermético y un procedimiento validado. Calentar comida y cerrar un recipiente simplemente limpio no garantiza una conserva segura. Además, el envasado al vacío retrasa la oxidación y limita algunos microbios, pero puede favorecer otros; por ello siempre deben seguirse las instrucciones de conservación del producto.

Preguntas de comprensión

1. ¿En qué se diferencian la refrigeración y la congelación según el texto?

2. ¿Por qué la pasteurización o el simple cierre de un recipiente limpio no bastan necesariamente para obtener una conserva segura a temperatura ambiente?

Preguntas de reflexión

1. Si un alimento congelado se descongela durante varias horas y después vuelve a congelarse, ¿por qué puede haberse deteriorado aunque al final esté de nuevo a baja temperatura?

Preguntas de opinión

1. El texto afirma que deben respetarse la cadena de frío y las instrucciones de conservación. ¿Cuál de estas dos precauciones te parece más difícil de mantener en la vida cotidiana y por qué?
