

# BEZPIECZNE ZAKUPY ARTYKUŁÓW SPOŻYWCZYCH

**W** kwestii zakupów żywności, wzorcową sytuacją jest, gdy wiążą się one z korzyścią dla zmysłów, zdrowia, a także kieszeni. **Niestety często się okazuje, że w domu konsument rozczarowuje się nieodpowiednią jakością zakupionych produktów** (zepsucie, przekroczenie terminu przydatności) lub **samopoczuciem po ich spożyciu**. Konsekwencją stosowania **nieuczciwych praktyk** lub **bagatelizowania przez sprzedawców warunków higieniczno-sanitarnych** oraz **warunków przechowywania żywności**, mogą być **objawy chorobowe układu pokarmowego**.

## JAK SAMEMU ZADBAĆ O TO, BY KUPOWANA ŻYWNOSĆ BYŁA BEZPIECZNA?



Zwracaj uwagę na sposób oferowania do sprzedaży produktów spożywczych – ich wygląd, zapach, smak oraz oznakowanie (data minimalnej trwałości lub termin przydatności do spożycia, warunki przechowywania, skład).



Sprawdź czy oferowana żywność jest skutecznie chroniona przed owadami.



Nie kupuj produktów niewłaściwie przechowywanych w miejscu zakupu – np. ciast kremowych, nabiału, wyrobów garmażeryjnych przechowywanych poza urządzeniem chłodniczym.



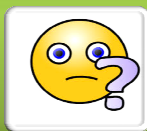
Nie kupuj produktów częściowo rozmrożonych (lody, mrożonki).



Kupuj tylko świeże, zdrowe warzywa i owoce – bez oznak zepsucia, zapleśnienia, ognisk gnilnych.



Ogranicz do minimum czas transportu surowych warzyw i owoców, a także produktów wymagających przechowywania w warunkach chłodniczych od punktu zakupu do miejsca zamieszkania (wysoka temperatura i czas sprzyjają rozwojowi drobnoustrojów).



Unikaj produktów spożywczych z niewiadomego źródła (nieoznakowanych).

Opracowane przez:

mgr inż. Paulina Podolska – Borucka

mgr inż. Alina Maciąg

Oddział Higieny Żywności, Żywienia i Przedmiotów Użytku

Wojewódzka Stacja Sanitarno – Epidemiologiczna w Poznaniu

WHO „Bezpieczeństwo żywności”  
„Z pola na stół – uczynj jedzenie bezpiecznym”