

Cuánto dura tu comida cuando se va la luz

- 1 Mantenlo cerrado.** Refrigerador cerrado: unas 4 horas. Congelador lleno: unas 48 horas. A la mitad: unas 24 horas.
- 2 Termómetros.** Refrigerador a 4°C o menos; congelador a -18°C o menos.
- 3 Regla de 2 horas.** Perecederos arriba de 4°C por más de 2 horas: a la basura. Carne, pollo, mariscos, leche, huevos, sobras.
- 4 Hielera.** Después de 4 horas, pasa los perecederos a una hielera con hielo.
- 5 Congela agua.** Los garrafones congelados mantienen el frío y después son agua para tomar.
- 6 No lo pruebes.** Las bacterias no se ven, no se huelen ni se saborean. Si tienes duda, tíralo.

Aprende más: Sobrevivir 30 Días: Cómo sobrevivir los primeros 30 días después de una cat

Ver en Amazon: <https://www.amazon.com/dp/B0HHZ4HFFZ>

Fuentes:

Ready.gov (español): Apagones - <https://www.ready.gov/es/apagones>