

10 Consejos para Alimentos Envasados en Casa de Forma Segura

Los alimentos envasados (o enlatados) en casa son una delicia que podemos disfrutar todo el año. Pero si esos alimentos no se envasan de forma segura, las enfermedades transmitidas por los alimentos pueden convertir una delicia en una tragedia. Use los métodos de envasado actuales y siga estos consejos para envasar alimentos de forma segura.

1. **Ajuste por Altitud** — La altitud en Kansas puede variar desde por debajo de 1,000 pies a poco más de 4,000 pies. El no hacer ajustes por altitud conducirá al procesamiento insuficiente, lo que estimula el crecimiento de *Clostridium botulinum*. Las recetas en la Guía Completa para Conservas Caseras de USDA contienen información sobre la altitud en cada receta. Las recetas en libros como *So Easy to Preserve (Tan Fácil de Conservar)*, *Ball Blue Book (El Libro Azul de la Corporación Ball)* y *Ball Complete Book to Home Preserving (El Libro Completo de Conservación de Alimentos Caseros de la Corporación Ball)* se han escrito con instrucciones de procesamiento para altitudes inferiores a 1,000 pies. Lea siempre las instrucciones generales de estas fuentes de referencia para obtener más información.
2. **Espacio superior** — El espacio libre adecuado ayuda a garantizar un buen sellado al vacío de los frascos. Muy poco espacio superior puede comprometer el sello. Los alimentos y líquidos se expanden durante el procesamiento y pueden filtrarse debajo del compuesto del sello. Demasiado espacio superior deja un exceso de aire dentro del frasco, lo que provoca decoloración, fallas en el sello y deterioro.
   Espacio superior recomendado:
   Mermeladas y jaleas - ¼ de pulgada
   Frutas, encurtidos, productos con tomate - ½ pulgada
   Verduras - 1 pulgada
   Carnes y aves de corral - por lo menos 1 pulgada
   Para obtener los mejores resultados, siga siempre las medidas de espacio superior de la receta.
3. **Equipos de procesamiento** — Los métodos de procesamiento que se recomiendan para las conservas caseras son las envasadoras al baño maría para alimentos con alto contenido de ácido y las envasadoras a presión para alimentos con bajo contenido de ácido. Las envasadoras de vapor atmosférico se pueden utilizar para alimentos con alto contenido de ácido con un tiempo total de procesamiento de 45 minutos o menos. Los siguientes métodos antiguos **no** se recomiendan y pueden causar el deterioro de los alimentos y las enfermedades transmitidas por los alimentos:

   Envasado con hervidor abierto — En este método, los alimentos calientes se vierten en frascos y se colocan la tapa y el anillo sin ningún procesamiento térmico adicional. Esto permite que las bacterias, la levadura y el moho crezcan y echen a perder los alimentos. Los ejemplos incluyen frascos calientes que se invierten y envasados al sol.

   Horno — Las temperaturas del horno varían según la precisión de los reguladores del horno y el movimiento del aire. El calor seco se mueve lentamente a través de los frascos, lo que permite que crezcan las bacterias. Los frascos pueden agrietarse debido al cambio de temperatura.

   Lavaplatos — Utilice el lavaplatos para lavar los frascos vacíos y mantenerlos calientes. No lo utilice para procesar frascos llenos. La temperatura del agua no es lo suficientemente alta como para matar las bacterias para un envasado seguro.
4. **Recetas caseras o no probadas** — Envasar su receta favorita es riesgoso y puede causar deterioro y enfermedades transmitidas por los alimentos. Es difícil determinar la seguridad de una receta casera sin tener un conocimiento detallado de la receta, los procedimientos de preparación, el contenido total de ácido y la consistencia del producto final. Utilice recetas probadas de recursos confiables como publicaciones de USDA, de la Investigación y Extensión de K-State y otros que se encuentran en *https://www.rrc.k-state.edu/preservation/recipes.html*. Los alimentos envasados comercialmente se prueban rigurosamente para determinar su seguridad. Es peligroso intentar recrearlos envasándolos en casa.
5. **Acidificación de tomates** — Los tomates se encuentran en el límite entre un alimento poco ácido y un alimento muy ácido. La mayoría de las recomendaciones para el procesamiento de tomates incluyen **dos métodos** de envasado con agua hirviendo y a presión. **IMPORTANTE:** Las instrucciones de procesamiento a presión son equivalentes en tratamiento térmico al procesamiento en baño de agua. **Ambos métodos requieren acidificación.** No existen recomendaciones para procesar tomates sin acidificar. Esto se aplica a todas las variedades y colores de tomates.

Opciones de Acidificación para Tomates (Escoja Una)			
	Jugo de Limón Embotellado	Ácido Cítrico	Vinagre (5% acidez)
Pintas	1 cucharada	¼ cucharadita	2 cucharadas
Cuartos de galón	2 cucharadas	½ cucharadita	4 cucharadas

Para obtener más información, consulte *Conservación de Tomates* en (*http://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF1185.PDF)*.

6. **Tiempo de procesamiento inadecuado** — Utilice recursos confiables para obtener instrucciones de procesamiento seguro. Adivinar puede provocar un procesamiento insuficiente y enfermedades transmitidas por los alimentos o un procesamiento excesivo y alimentos de mala calidad.
7. **Tapas y frascos** — Las recetas especifican qué tamaño de frasco usar. **Nunca utilice un frasco más grande que eltamaño especificado en la receta.** Esto puede llevar a un procesamiento insuficiente. Los frascos para conservas caseras con rosca, tipo Mason, regulares y de boca ancha, con tapa y anillo de 2 piezas, son la mejor opción. Están disponibles en tamaños de 4 onzas, ½ pinta, 12 onzas, 1 pinta, 1½ pinta, 1 cuarto y ½ galón. Los frascos de medio galón solo se usan para envasar jugo de manzana y uva. Con un uso y manipulación cuidadosos, los frascos Mason se pueden reutilizar muchas veces.
   Cuando utilice frascos de 12 onzas, siga las recomendaciones de procesamiento de los frascos de una pinta. Cuando utilice frascos de 1½ pinta, siga las recomendaciones de procesamiento de frascos de un cuarto.
   Hay frascos de colores disponibles y son seguros para envasar. Los frascos de colores no se recomiendan para exhibiciones en ferias, que se juzgan visualmente, porque es difícil ver a través del vidrio coloreado.
   Es posible que la reutilización de frascos comerciales para envasados no admita tapas de dos piezas y no se recomienda para envasados caseros.
   La tapa de lata común consta de una tapa metálica plana y un anillo de metal con rosca. Estas tapas se usan **una sola vez**. La reutilización de tapas metálicas puede provocar fallas en el sellado y deterioro. Las tapas fabricadas para Ball® y Kerr® no requieren tratamiento térmico antes de su uso. Todas las tapas, sin embargo, deben lavarse con agua tibia y jabón antes de su uso. Hervir o calentar las tapas ablanda demasiado el compuesto del sello y puede provocar fallos en el sello. Los anillos metálicos con rosca se pueden reutilizar.
   Hay tapas de plástico reutilizables disponibles para su uso. Hasta la fecha, no se ha realizado ninguna investigación universitaria para probar la seguridad de estas tapas. Siga las instrucciones del fabricante para obtener mejores resultados.
8. **Modificación de recetas probadas** — Agregar espesantes, pasta, arroz o cualquier otro ingrediente a las recetas probadas puede provocar deterioro y enfermedades transmitidas por los alimentos. Estos cambios alteran la acidez y la consistencia, lo que ralentiza la penetración del calor. En su lugar, prepare la receta como se indica y luego agregue ingredientes adicionales antes de servir.
9. **Empaque sofisticado** — En general, los empaques sofisticados (llamados Fancy en inglés) no son prácticos y producen productos potencialmente inseguros debido a los trozos de comida verticales u horizontales muy apretados. Los tiempos de procesamiento dependen de procedimientos de preparación específicos. Por ejemplo, las instrucciones de preparación especifican cortar las zanahorias en trozos, en lugar de envasarlas enteras. Los envases sofisticados pueden retardar la penetración del calor a través del frasco conteniendo alimentos densos. El proceso lento de envasar alimentos calientes enfriará los alimentos demasiado, lo que resultará en un procesamiento insuficiente. Las excepciones incluyen envasar verticalmente en frascos los espárragos, las judías verdes enteras y la ocra entera.
10. **Electrodomésticos nuevos para conservas caseras** — Los fabricantes de equipos de conservación de alimentos están vendiendo electrodomésticos nuevos para ayudar a los consumidores a conservar alimentos sin mucha experiencia o en lotes más pequeños. Estos aparatos **deben** utilizarse de acuerdo con sus instrucciones. Falta de cumplimiento puede provocar fallas deterioro de los alimentos y otros riesgos potenciales para la salud.

Recursos:

Conservación de Alimentos, Investigación y Extensión de K-State — *https://www.rrc.k-state.edu/preservation/index.html*

Centro Nacional para la Conservación Casera de Alimentos — *https://nchfp.uga.edu/*

Envasadora a presión digital Presto Precise® — *https://www.gopresto.com/downloads/canning/Digital_Canner_Facts_and_FAQs_v22d.pdf*

Preparado por:
Karen Blakeslee, M.S., Asociada de Extensión y Coordinadora del Centro de Respuesta Rápida, *kblakesl@ksu.edu*

Las publicaciones de K-State están disponibles en la página web *www.ksre.ksu.edu*. La fecha indicada es la de la publicación o de la última revisión. El contenido de esta publicación puede ser reproducido libremente con fines educativos. Todos los demás derechos están reservados. En cada caso, crédito a Karen Blakeslee, *10 Consejos para Alimentos Envasados en Casa de Forma Segura*, Kansas State University, marzo 2026.
Emitido para promover el trabajo de Extensión Cooperativa, actos del 8 de mayo y 30 de junio de 1914, en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el director de Extension, Kansas State University, los Consejos de Extensión del Condado, los Distritos de Extensión. Kansas State University es un empleador con igualdad de oportunidades.
Esta publicación estará disponible en un formato alternativo accesible o en otros idiomas que no sean el inglés, previa solicitud. Para solicitar servicios de traducción, póngase en contacto con ksrenews@ksu.edu.

MF3170S rev. | Marzo 2026