

Matear

[en tiempos de cuarentena]



TOMÁ
mate
TOMÁ
PRECAUCIONES

Tomá mate, tomá precauciones es una publicación de Instituto Nacional de la Yerba Mate con el objetivo de promover el cuidado en el consumo de yerba mate dentro del marco de la pandemia del Covid-19.

Para más información, visitá: www.inym.org.ar

©2020 INYM. Todos los derechos reservados.

Matear

[en tiempos de cuarentena]

Esta guía de Recomendaciones es una iniciativa del sector yerbatero y del Instituto Nacional de la Yerba Mate.

Lo compartimos con ustedes para que puedan seguir conectados a través de nuestra infusión nacional en forma segura, manteniendo viva nuestra costumbre, nuestra identidad.

Ponemos lo mejor de nosotros y cuidamos cada etapa del proceso.

Tomá mate. Tomá precauciones.
Nosotros también las tomamos.



TOMÁ mate TOMÁ PRECAUCIONES



"CADA UNO CON SU EQUIPO MATERO"

El mate es lo más grande que hay y nos encanta compartirlo, pero hoy la realidad nos plantea un desafío: llegó la hora de tomarlo solos. ¿Qué mejor compañía que la de un rico mate?

Por eso creamos este documento, una guía con información y consejos para preparar y tomar mate de forma segura. En "Tomá mate, tomá precauciones" te contamos cómo higienizar correctamente los utensilios que forman parte de nuestro kit matero y cómo manipular y guardar la yerba con precaución, entre otros tips.

Te invitamos a darle un vistazo, aprender y compartirlo para estar prevenidos y cuidarnos entre todos. Contamos con tu responsabilidad, contamos con vos.



HIGIENE UTENSILIOS MATEROS

TOMÁ
mate
TOMA
PRECAUCIONES

Una parte muy importante que debemos tener en cuenta para seguir disfrutando el mate con precaución es la higiene de los utensilios que forman parte de **nuestro kit matero.**

En su **Manual de Manipulación de Alimentos**, la Organización Mundial de la Salud define una serie de normas para realizar un correcto lavado y asepsia de los utensilios que utilizamos:

- Siempre lavá **con agua y detergente.**
- **Raspá los residuos sólidos** que pudiesen existir hasta que se diluyan con el agua.
- **Enjuagá con agua potable** (inunca reutilices el agua usada!).
- **Desinfectá** sumergiendo en agua caliente (80°C) por 1 min. o con lavandina (1 cucharada sopera por 5 litros de agua) por 5 min.
- **Secá al aire**, no utilices trapos que podrían estar contaminados.



TANTO EL MATE, COMO LA BOMBILLA Y EL TERMO, PUEDEN SER CONSIDERADOS COMO UTENSILIOS.

MANIPULACIÓN DE PAQUETES DE YERBA

Es fundamental ser precavidos con la limpieza y el almacenaje tanto del paquete como de la yerba. Por eso, te explicamos paso a paso cómo hacerlo de la mejor manera.

El paquete de yerba mate sale de los establecimientos productores en perfectas condiciones sanitarias, pero hasta que vos lo tomás de la góndola, hay muchos factores externos que pueden incidir. Por eso es fundamental que te laves las manos antes y después de manipularlo. **ES LA CLAVE DE ORO**

La yerba mate es un alimento envasado, la OMS recomienda estos sencillos pasos al momento de manipularlos:

Limpiá el paquete rociándolo con alcohol al 70% (diluyéndolo con un 30% de agua) o lavandina diluida (1 cucharada sopera - 15 cm³ - por 5 litros de agua). Si es de un material que no se puede mojar, lavate bien las manos antes de abrirlo y volcá la yerba en un recipiente tratando de no contaminar el producto.

TOMÁ
mate
TOMA
PRECAUCIONES

1 LIMPIEZA DEL PAQUETE



✓ Recordá lavar tus manos

2 LIMPIEZA DEL RECIPIENTE Y VOLCADO DE YERBA



✓ recordá lavar tus manos

Te recomendamos colocar la yerba en recipientes herméticos y de fácil limpieza, como recomienda el Manual de Manipulación de Alimentos de la OMS. Y luego volver a lavarte las manos correctamente.

3 ALMACENAMIENTO DE YERBA



Es el momento ideal para limpiar a fondo los espacios de almacenamiento. Para los productos que no requieran refrigeración o congelado, como es el caso de la yerba mate, es importante que los mismos sean frescos, sin humedad, ventilados, limpios, y, de ser posible, separados de paredes, techo y suelo por un mínimo de 15 centímetros.



SEGUIMOS CONECTADOS

¡Que nada ni nadie nos quite el Mate! Estamos atravesando un tiempo especial, único, inusual; un momento en que el contacto físico pasó a segundo plano y nos enfocamos en lo realmente crucial; el amor al otro, la responsabilidad social y la solidaridad hacia nuestra comunidad.

Hoy compartir toma otra dimensión y el Mate nos invita a estar más presentes que nunca, unidos de otra manera. Porque pase lo que pase, **EL MATE ESTÁ EN NUESTRA IDENTIDAD.**

Podemos seguir creando buenos y lindos momentos entre nosotros, porque seguimos conectados. Tener charlas, contarnos anécdotas, reír a la distancia, y hasta llorar.

Sigamos compartiendo esto en mateadas virtuales con nuestra familia o amigos, cada uno con su propio mate, bombilla y termo.



TOMÁ
mate
TOMA
PRECAUCIONES



[Cada uno con su equipo matero]

#TambiénTieneMate

Aunque no tenga tanta visibilidad como nuestro Mate, hay **diferentes maneras de consumir** yerba mate de las que usualmente creemos.

En tiempos de cuarentena es una buena idea probar nuevas formas de tomar yerba mate, es una excelente oportunidad para consumirla gozando de todos sus **beneficios saludables** y **compartir algo nuevo y rico**, hecho con la bebida más tomada por los argentinos después del agua.

¿QUERÉS SABER CÓMO PREPARARLAS?

Publicamos todas estas y más recetas en **nuestras redes sociales**. Podés encontrar todos los enlaces en nuestra página oficial.

WWW.YERBAMATEARGENTINA.ORG.AR

TOMÁ
mate
TOMA
PRECAUCIONES

Te invitamos a crear y probar otras preparaciones con yerba mate, como éstas:



BRINDEMOS JUNTOS

Sigamos poniendo lo mejor de nosotros, cada uno desde su lugar, desde su espacio personal, para poder afrontar juntos este momento único.

Tomemos todos los recaudos que presentamos y la información extra que podés encontrar en nuestras redes sociales para seguir disfrutando de nuestra bebida favorita de forma segura.

LA PANDEMIA VA A PASAR, PERO LAS BUENAS COSTUMBRES Y HÁBITOS QUEDARÁN.

Alcemos nuestros mates desde donde estemos y hagamos un brindis virtual por la responsabilidad y la garra que todos le estamos poniendo a lo que está pasando. Sigamos así. Responsables. Conectados. ¡Juntos saldremos de ésta!

TOMÁ
mate
TOMA
PRECAUCIONES



¡Salud!

Cada uno desde su lugar,
dando lo mejor...



ME HACÉS BIEN !



WWW.YERBAMATEARGENTINA.ORG.AR/TOMAMATE

