

# ¿Sabía usted?



**¡Su cocina puede ser fuente de enfermedades!**



Departamento de Ciencias de los Alimentos  
Universidad de Cornell  
11 Stocking Hall • Ithaca, NY 14853

Joaquín e Imelda Valdez trabajan en una empacadora de frutas y verduras. Ellos tienen 2 hijos, Jorge y Antonio. Con frecuencia parientes se quedan con la familia Valdez por varios meses.



Lunes 6:00 a.m.

Hoy se me antojan fajitas. Joaquín, antes de irnos al trabajo pon el pollo congelado en esa tabla de cortar, para que ya esté descongelado para la cena.



Después del trabajo.

Imelda, apúrate . . .  
escoge las verduras para  
que lleguemos a tiempo  
para ver la telenovela.



Tienes razón, viejo, agarra  
los tomates y la lechuga para las  
fajitas. Por último, compremos  
los huevos para el desayuno.

Imelda y Joaquín regresan  
del supermercado. Imelda  
comienza a preparar las fajitas.



Imelda corta el pollo crudo en la misma tabla donde corta las verduras frescas que comerán con las fajitas.



Joaquín, ¿Me ayudas a cortar las verduras?

¿Adónde? ¿Aqui?



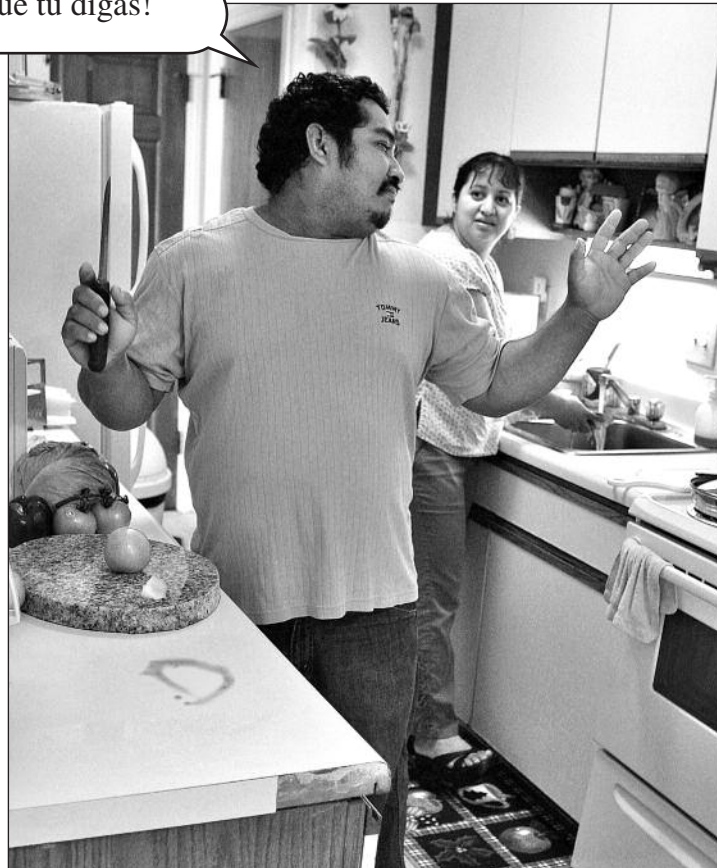
Sí . . . usa la tabla donde corté el pollo. Pica todo lo que necesitamos para que la cena esté pronto.

Oye, vieja, la tabla tiene jugos y restos del pollo que cortaste. ¿No crees que debemos lavarla?



No, Joaquín, no te preocupes. La lumbre mata todo cuando lo cocinamos.

Está bien, ¡lo que tú digas!



¡Todos comen, pero nadie se lava las manos antes de comer!



¡Gracias, mami!  
¡Las fajitas están  
bien buenas!



☾ Lunes 7:00 p.m.

Oye vieja, limpia después.  
Ya va a comenzar la telenovela.  
Mañana lavas los platos.



Todos ven la novela.



☾ Lunes 11:30 p.m.

Antes de acostarnos  
quiero guardar en el  
refrigerador lo que sobró  
de las fajitas.



Miércoles . . . 2 días después de comer las fajitas.



Miércoles 3:30 p.m.

Mami, no me siento bien. Tengo dolor de estómago y hoy tuve diarrea en la escuela.



¡Hay, te sientes caliente!  
Puede ser que tengas fiebre.



Miércoles 4:30 p.m.

Joaquín, has llegado temprano hoy . . .  
¿Te sientes bien?

Esto me está preocupando.  
También Jorge vino de la escuela sintiéndose mal. El y yo también tenemos dolor de estómago.



Empecé a sentirme mal, como a la hora del almuerzo. Tuve dolor de panza y retorcijones. Hace poco tuve mucha diarrea y vómito y tuve que venirme a casa.

# ¡Ahora ya sé!



**¡La buena higiene me protege  
a mi y a mi familia!**

**Editores:** Elizabeth A. Bihn, Robert B. Gravani, and Kay Embrey

**Autoras:** Susan Auger and Mélida Colindres

**Fotografía:** Robert Donnan, robert.donnan@earthlink.net

**Diseño gráfico:** Anna Menzies, amenzies@nc.rr.com

**Diseño de la portada:** Mark L. Kogut, Diseñador Gráfico

### **Agradecimientos:**

Deseamos reconocer la ayuda de muchas personas que revisaron esta fotonovela y ofrecieron valiosas sugerencias, incluyendo a Susan Brown de Jade Learning, Inc., a miembros del personal del Departamento de Salud del Condado Collier en Florida, y a los colaboradores del programa nacional GAPs. Mucho agradecemos a Belsin Suyopos Avila y a Maria Guadalupe Collazo, y a sus familias, quienes nos permitieron tomarles fotografías, y a todas las familias que compartieron sus experiencias y perspectivas con nosotros durante la creación de esta fotonovela. Un agradecimiento especial para Paloma Soto quien escribió la versión original en español, y para Mark Kogut por la contribución con su trabajo de arte. Estamos profundamente agradecidos por la ayuda y cooperación ofrecida por muchas organizaciones locales y nacionales durante la creación y edición de esta fotonovela.

Esta fotonovela fue producida por: Auger Communications/Aprendo Press en colaboración con Inter-Am English & Spanish Communications.

Auger Communications/Aprendo Press  
P.O. Box 51392  
Durham, NC 27717  
Tel: (919) 361-1857  
Email: sauger@mindspring.com  
www.aprendopress.com

Inter-Am English & Spanish Communications  
P.O. Box 2531  
Chapel Hill, NC 27514  
Tel: (919) 933-9118  
Email: Inter-am@mindspring.com  
www.inter-am.com

Financiamiento para este proyecto fue posible a través de una beca del *United States Department of Agriculture, Cooperative State Research, Education, and Extension Service* para el Programa Nacional 'Buenas Prácticas Agrícolas' (*siglas en Inglés: GAPs*), en la Universidad de Cornell, Acuerdo No. 51110-9738-00.

Para obtener copias adicionales comuníquese con:

### **National GAPs Program**

Departamento de Ciencias de los Alimentos  
11 Stocking Hall • Universidad de Cornell • Ithaca, NY 14853  
Teléfono: (607) 254-5383 • correo electrónico: eab38@cornell.edu  
sitio web: www.gaps.cornell.edu

©2005