



Manejo seguro de frutas y verduras frescas

Recomendaciones para ayudar a los
consumidores a reducir el riesgo de
enfermedades transmitidas por los
alimentos

Desarrollado por

Alianza para la Educación sobre la Seguridad de
los Alimentos

Presentación para el educador





Propósito de esta presentación

- Presentarle la campaña de educación para el manejo de las frutas y verduras de la Alianza.
- Destacar asuntos relacionados con la educación de los consumidores.
- Brindar herramientas y mensajes para respaldar sus esfuerzos.





¿Qué es la Alianza para la Educación sobre la Seguridad de los Alimentos?

- Es una alianza sin fines de lucro entre el gobierno, la industria y grupos de consumidores, que combate las enfermedades transmitidas por los alimentos.
- Es creadora y administradora de la campaña de ¡Combata a BAC! de cuatro pasos; cocinar, limpiar, enfriar y separar.
- Es el hogar de los BAC Fighters.
- Es quien crea y difunde los mensajes sobre el manejo de las frutas y verduras de ¡COMBATA A BAC!





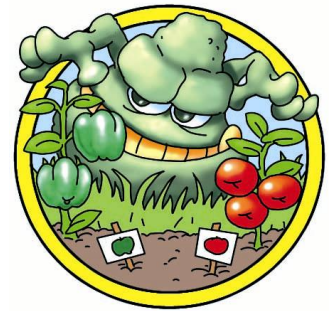
Resumen de la presentación

- ¿Qué sabemos sobre las enfermedades transmitidas por los alimentos?
- ¿Por qué es importante la educación?
- ¿Qué ayudará a reducir el riesgo?
- ¿Qué puede hacer usted?





Enfermedades transmitidas los alimentos



- El suministro de alimentos de los Estados Unidos es uno de los más seguros del mundo.
- Sin embargo, las enfermedades transmitidas por los alimentos siguen siendo una amenaza para la salud pública nacional.
- Si bien es baja, la proporción de enfermedades transmitidas por los alimentos relacionadas con frutas y verduras frescas ha aumentado en los últimos años.
- Junto con incentivar a los consumidores para que coman más frutas y verduras frescas, debemos entregarles mensajes sobre la forma de manejar las frutas y verduras a fin de reducir su riesgo de contraer enfermedades transmitidas por los alimentos.



Resumen de la presentación

- ¿Qué sabemos sobre las enfermedades transmitidas por los alimentos?
- **¿Por qué es importante la educación?**
- ¿Qué ayudará a reducir el riesgo?
- ¿Qué más puedo hacer?





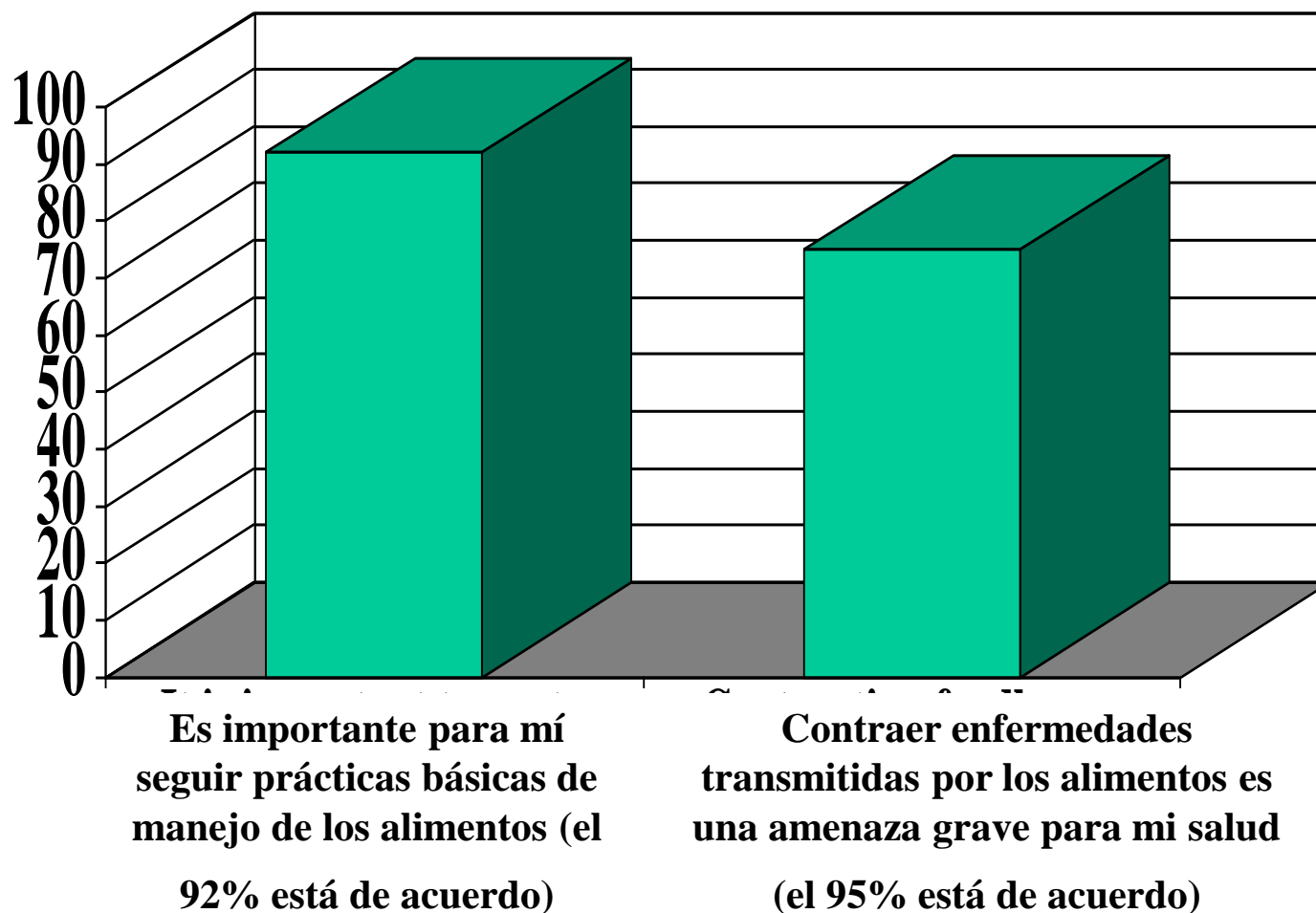
¡La educación es la CLAVE!



- Nuevas investigaciones confirman que los consumidores necesitan más información relacionada con el manejo de frutas y verduras.
 - Investigación realizada en 5000 adultos
- ¡Las enfermedades transmitidas por los alimentos son importantes para los consumidores!
- El conocimiento y la repetición de los mensajes se traduce en una conducta adecuada con respecto al manejo de los alimentos.



- **Los consumidores creen que la seguridad de los alimentos es importante y están de acuerdo con que las enfermedades transmitidas por los alimentos son una grave amenaza para la salud**





Los datos revelan que mientras más familiarizados estén los consumidores con los mensajes, es más posible que sigan las recomendaciones.

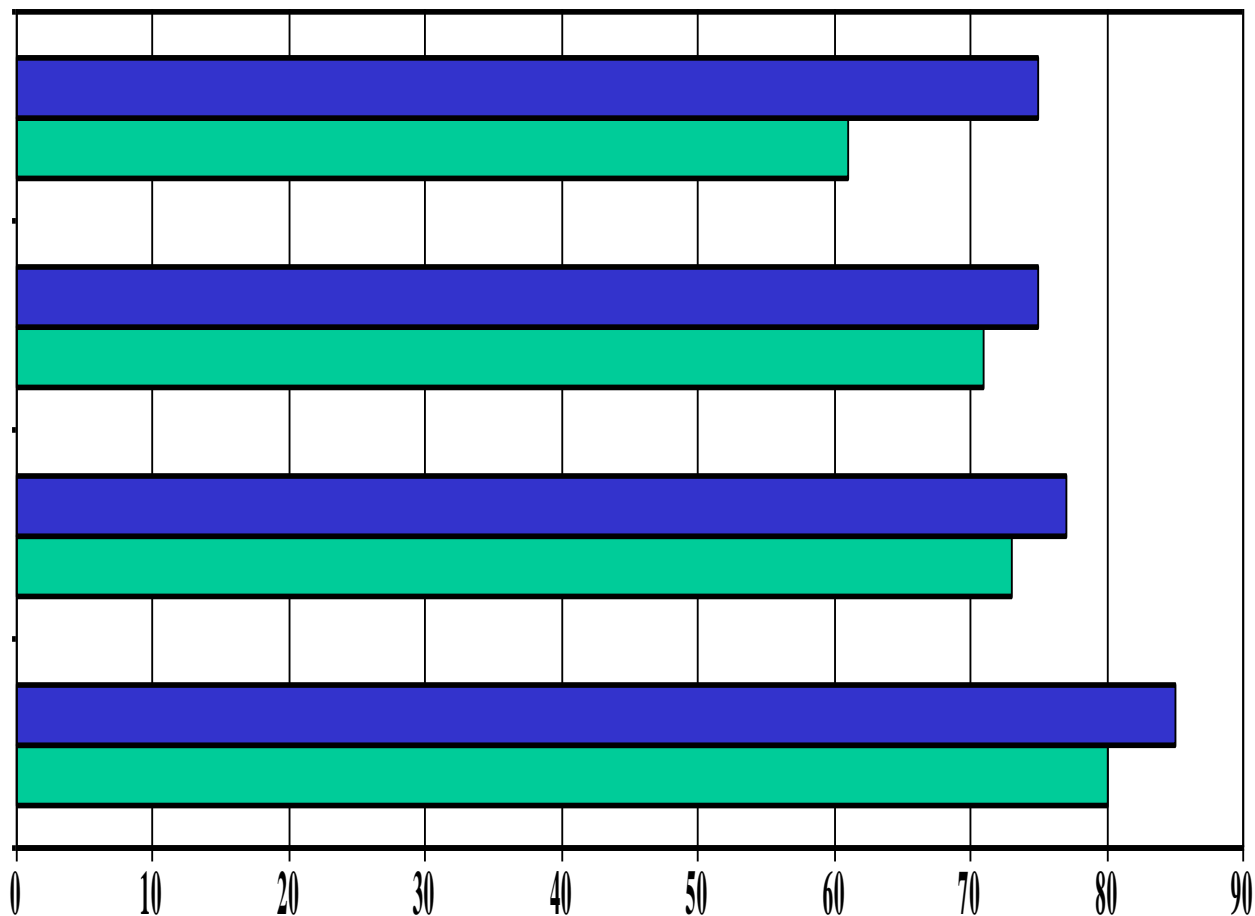




Refrigere dentro de dos horas después de haber cortado o pelado.
Lave justo antes de comer.

Guarde en bolsas o recipientes.

Lave en agua corriente del grifo.



Siempre o por lo general sigue las recomendaciones.

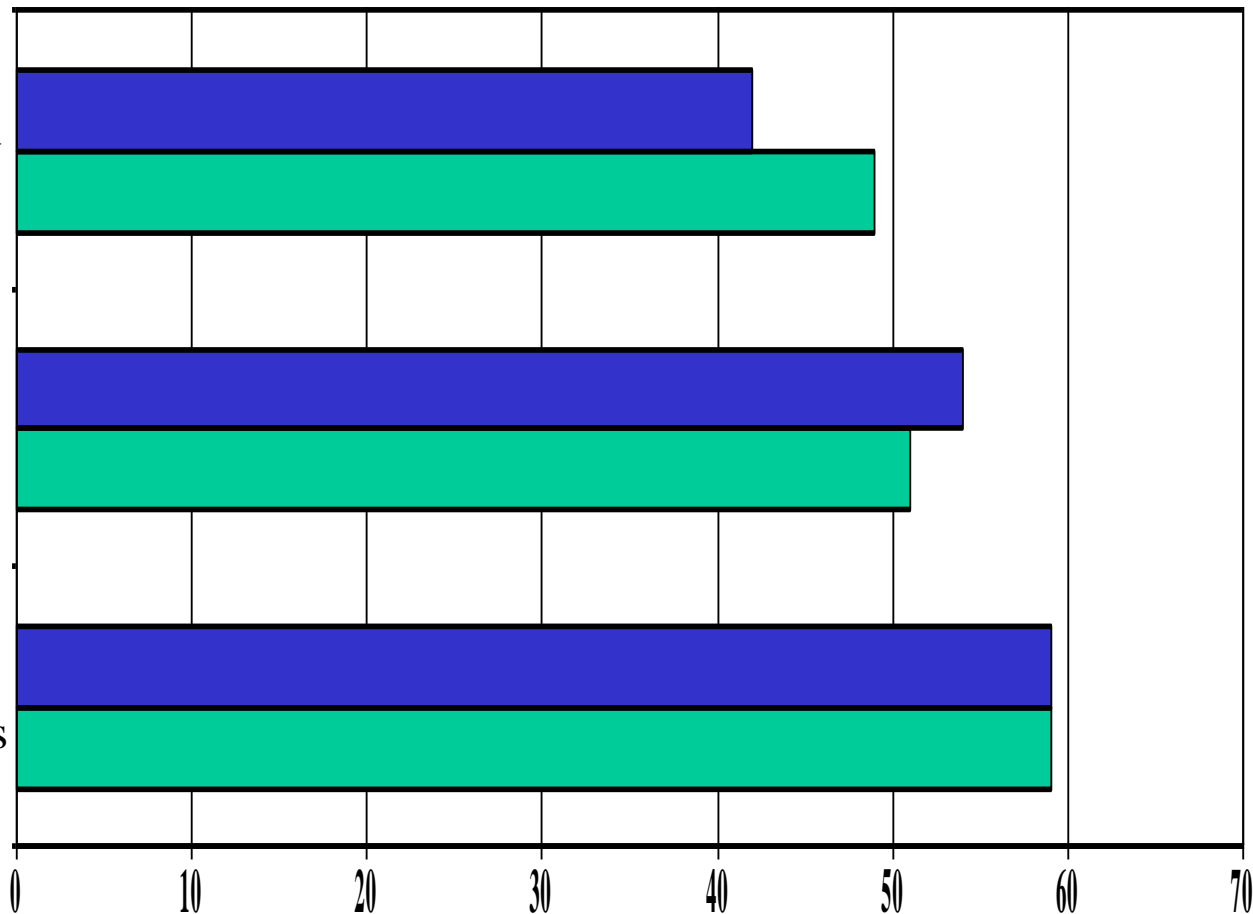
Ha visto o escuchado los mensajes.



Friegue las frutas y verduras.

Lávese las manos después de manejar los alimentos.

Lávese las manos antes de manejar los alimentos.



Siempre o por lo general sigue las recomendaciones.

Ha visto o escuchado los mensajes.



Resumen de la presentación

- ¿Qué sabemos sobre las enfermedades transmitidas por los alimentos?
- ¿Por qué es importante la educación?
- **¿Qué ayudará a reducir el riesgo?**
- ¿Qué más puedo hacer?



- Educación permanente
 - Repetición de recordatorios para tener las recomendaciones de seguridad de los alimentos siempre en mente.
- Participación de BAC Fighters.
- Campaña con mensajes concisos y material educativo de apoyo.



Presentamos....

Una Campaña nacional de educación
para el manejo de las frutas y
verduras

y también... . .

Mensajes y herramientas para
ayudarle a educar a los consumidores





Perspectiva general de la campaña

- Se agrega a la campaña efectiva existente y familiar ¡Combata a BAC®!
- Seis mensajes simples sobre el manejo de frutas y verduras.
 - Con base científica y probada con los consumidores
- Respaldada por gráficos y material educativo listo para usar.
- Esfuerzo desde las bases para llegar a quienes ejercen una influencia clave sobre la comunidad.





Mensajes probados con los consumidores

- Los mensajes se prueban con los consumidores a nivel nacional para confirmar su eficacia.
- Los mensajes se mejoraron gracias a las pruebas.





Aspectos imprescindibles de la comunicación

- Las recomendaciones se deben comunicar en su totalidad.
- Resumir verbalmente, pero usar los mensajes exactamente como se entregan cuando aparecen impresos.
- Recordarles a los consumidores que un uso minucioso y constante de las recomendaciones sobre el manejo reduce el riesgo de contraer enfermedades transmitidas por los alimentos.





Ilustración gráfica de las frutas y verduras:

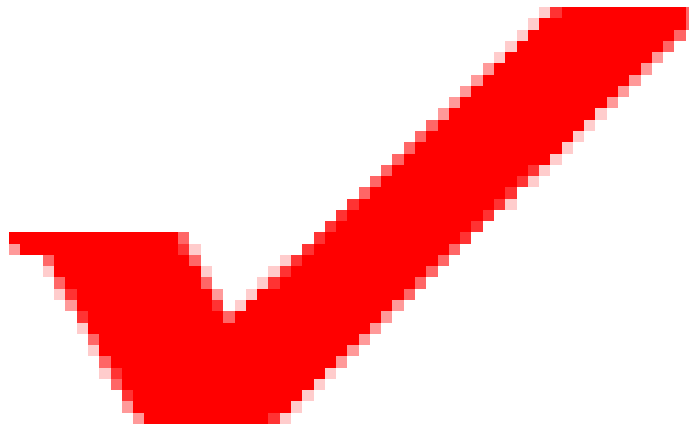
- Revisar
- Limpiar
- Cocinar
- Separar
- Enfriar
- Desechar





REVISAR

- Revise que las frutas y verduras frescas que compre no tengan magulladuras ni estén dañadas.
- Revise que las frutas y verduras frescas cortadas, como las ensaladas envasadas y los melones precortados, se encuentren refrigerados en la tienda antes de comprarlos. No compre elementos frescos cortados que no estén refrigerados.





CLEAN

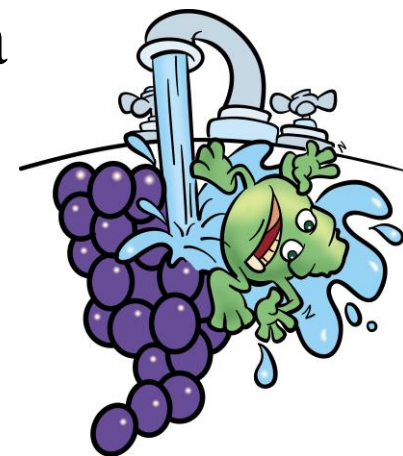
- Lávese las manos con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos antes y después de manejar frutas y verduras frescas.
- Limpie todas las superficies y los utensilios con agua caliente y jabón, lo que incluye las tablas de cortar, los mesones, los pelapatatas y los cuchillos que entrarán en contacto con las frutas y verduras frescas antes y después de la preparación.





CLEAN

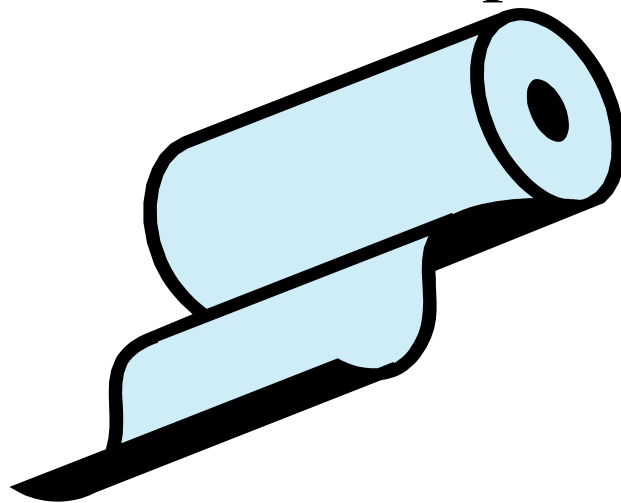
- Lave las frutas y verduras frescas en agua corriente del grifo, incluidas las frutas y verduras con cáscaras que no se comen. No es necesario lavar las frutas y verduras etiquetadas como “ready-to-eat” (“listas para comer”), “washed” (“lavadas”) o “triple washed” (“lavado triple”).
- Frote las frutas y verduras de cáscara dura bajo agua corriente del grifo o restriéguelas con un cepillo para verduras limpio mientras las lava.





CLEAN

- Seque las frutas y verduras con un paño limpio o toallas de papel.
- Nunca use detergente o blanqueador para lavar frutas y verduras frescas. Estos productos no están hechos para consumo.





← SEPARATE →

- Al comprar, asegúrese de que las frutas y verduras frescas estén separadas en su carro de los productos químicos domésticos y de los alimentos crudos, tales como la carne de res, de ave, pescados y mariscos, y de que estén en bolsas al salir.
- Mantenga en su refrigerador las frutas y verduras separadas de la carne de res, de ave y de los pescados y mariscos crudos.





SEPARATE

- Separe las frutas y verduras frescas de la carne de res, de ave y de los pescados y mariscos crudos. No use la misma tabla de cortar sin limpiarla con agua caliente y jabón antes y después de preparar frutas y verduras frescas.





COOK

- Cocine o deseche las frutas y verduras que hayan entrado en contacto con carne de res, de ave y con pescados y mariscos crudos o con sus jugos.





- Refrigere todas las frutas y verduras frescas cortadas, peladas o cocinadas dentro de dos horas.





DESECHAR



- Deseche las frutas y verduras frescas que no se hayan refrigerado dentro de dos horas después de haberlas cortado, pelado o cocinado.
- Retire y deseche las partes de las frutas y verduras dañadas o con magulladuras cuando las prepare para cocinarlas o para comerlas crudas.
- Deseche cualquier fruta o verdura que no se vaya a cocinar si ha entrado en contacto con carne de res, de ave o con pescados y mariscos.
- Si tiene dudas, ¡deseche!



Resumen de la presentación

- ¿Qué sabemos sobre las enfermedades transmitidas por los alimentos?
- ¿Por qué es importante la educación?
- ¿Qué ayudará a reducir el riesgo?
- **¿Qué puedo hacer yo?**



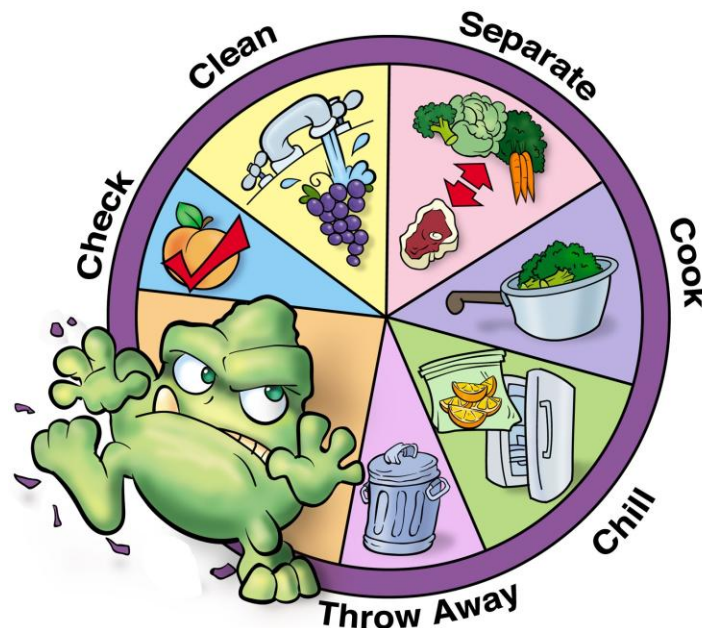


- ¡Educar, educar, educar!
 - La repetición de recordatorios sobre el manejo de frutas y verduras reduce el riesgo de enfermedades transmitidas por los alimentos.
 - Los consumidores deben seguir las recomendaciones siempre que manejen alimentos.
- Necesitamos que usted se acerque a su comunidad.
 - Integre estos mensajes a su servicio de educación de un estilo de vida saludable.



¡Visite www.fightbac.org hoy!

- Entre los materiales que puede descargar se incluye:
 - Folleto y volantes
 - Generador de ideas para actividades
 - Gráficos de calidad para imprimir
 - Plantilla de comunicado de prensa
 - Presentación de diapositivas





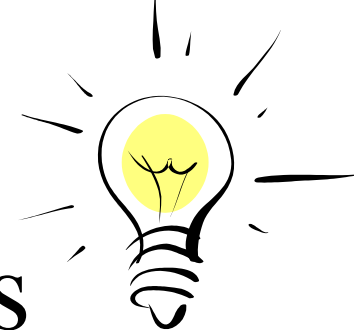
Ideas para educar a los consumidores



- Acérquese a las escuelas
 - ¡Trabaje con los maestros de ciencias de las escuelas para planificar clases de seguridad y distribuir información a la Asociación de padres y maestros (PTA, por sus siglas en inglés)!
- Acérquese a las comunidades
 - Distribuya mensajes sobre el manejo seguro en ferias, festivales, eventos de la comunidad, mercados de granjeros, iglesias.
- Consiga el apoyo de otras personas
 - YMCA, YWCA, y los departamentos de Parque y Recreación pueden educar sobre el manejo de frutas y verduras con su apoyo.
- Comuníquese con los medios de comunicación locales
 - Adapte y distribuya la plantilla de comunicado de prensa a los periódicos locales del área.



Ideas para educar a los consumidores



- Sea un BAC Fighter
 - Inscríbese en www.fightbac.org, para recibir las actualizaciones regulares y compartir ideas con otros defensores de la seguridad de los alimentos.
- Multiplique los puntos de contacto.
 - Distribuya mensajes a otros colegas e ínstelos para que se inscriban para ser un BAC Fighter ¡hoy!
- Visite www.fightbac.org
 - Toda la información sobre el manejo seguro general y los materiales de educación sobre frutas y verduras están en formatos que se pueden descargar.