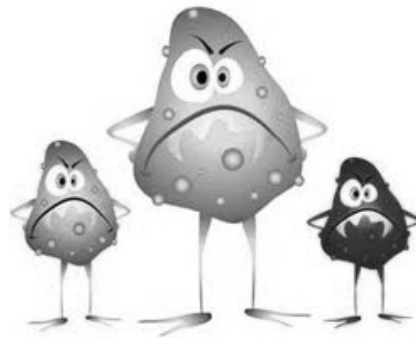


Que hay de nuevo en la seguridad de alimentos

Actualizaciones acerca los patógenos más comunes que nos pueden enfermar.



Recursos:

Centers for Disease Control and Prevention (CDC) www.cdc.gov

USDA Food and Inspection Service—www.fsis.usda.gov

Food Safety.Gov

The Food and Drug Administration Outreach and Information Center—www.fda.gov

Massachusetts Food Safety Partnership

El Departamento de Agricultura de los E.U. prohíbe discriminar contra sus clientes, empleados, y solicitantes para empleo por motivos de raza, color, nacionalidad de origen, edad, discapacidad, sexo, la identidad de género, religión, represalias y cuando aplicable, creencias políticas, estado civil, estado de padres o familiar, orientación sexual, o todo o parte del ingreso del individuo es derivado de cualquier programa de asistencia pública, o información genética protegida en empleo o cualquier programa o actividad administrada u otorgada por el Departamento. (No todos los motivos prohibidos serán aplicados a todos los programas y/o actividades de empleo.) Para presentar una queja por discriminación, complete el formulario "USDA Program Discrimination Complaint", el cual se encuentra en línea al http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, o cualquier oficina del USDA, o llame al (866) 632-9992 para pedir el formulario. Usted también puede escribir una carta la cual incluya toda la información requerida en el formulario. Envíe su formulario completado o carta por correo al U.S. Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20250-9410, por fax (202) 690-7442 o correo electrónico al program.intake@usda.gov. Personas con impedimentos de audición o del habla pueden contactarnos por medio del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339; o (800) 845-6136 (Español). USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades para todos.

Enfermedades transmitidas por alimentos en los EU

El Centro para la Prevención y Control de Enfermedades (CDC) estima que 1 de cada 6 Americanos cada año (o 48 millones de personas) se enferman, 128,000 son hospitalizados, y 3,000 muren de enfermedades transmitidas por alimentos. El estimado del 2012 provee la escena más precisa, en la cual bacteria en alimentos, virus, y microbios (patógenos) causan la mayoría de las enfermedades en los Estados Unidos.

Es más útil saber los tipos comunes de patógenos que usted puede encontrar y cuales alimentos están en riesgo. Usted se puede sorprender por algunas de las maneras nosotros somos expuestos a los patógenos y la maneras que nos podemos enfermar.

Mientras 31 patógenos conocidos causan enfermedades, este entrenamiento le presentara información en los patógenos más comunes que causan enfermedad, hospitalización, o en algunos casos severos — muerte:

- Norovirus
- Salmonella
- Clostridium perfringens
- Campylobacter
- Staphylococcus aureus
- E. coli O157
- Toxoplasma gondii
- Listeria monocytogenes



Norovirus



La enfermedad Norovirus, el tipo más común de enfermedad transmitida por alimentos, cuenta para 49% de todas las enfermedades por alimentos en los Estados Unidos.

Norovirus es un virus contagioso que puede infectar a cualquier persona. Usted puede contraerlo por una persona infectada, alimentos o agua contaminada, o al tocar una superficie contaminada.

Brotos de Norovirus pueden ocurrir en cualquier tiempo en el año, pero son más comunes entre Noviembre a Abril.

El virus no es asociado con un alimento en particular y las nuevas cepas de virus pueden aparecer de tiempo a tiempo. En el 2012, una nueva cepa de virus fue detectada en Australia y esta cepa de virus actualmente es la causa principal de brotes de norovirus en los EU.

Salmonella

Salmonella es una bacteria que se puede encontrar en muchos tipos de alimentos: carnes, huevos, frutas, vegetales...aun en el procesamiento de alimentos tales como la mantequilla de maní. En el ultimo año, pollo contaminado y también pepinos y melón cantalupo han causado grandes brotes de enfermedades de Salmonella.

Contaminación de alimentos con la bacteria de Salmonella puede ocurrir en cualquier lugar en las fincas donde los alimentos son cultivados a las tablas de cortar en las cocinas. La bacteria de Salmonella le gusta ambientes húmedas en áreas no soleadas. Ellos tienen la capacidad asombrosa de sobrevivir bajo condiciones adversas. La Salmonella es conocida a sobrevivir por periodos largos en tierra y agua.

Las infecciones de Salmonella, las cuales causan más hospitalizaciones y muertes que cualquier otra bacteria, no han disminuido durante los últimos años. Cada año, 1 millón de personas se enferman al comer alimentos contaminados con salmonella. **Los niños son más propensos a infectarse con salmonella.** El nivel de infecciones diagnosticado en los niños menores de cinco años es más alto que la proporción en todas las otras personas, aunque las personas mayores y las personas con sistemas inmunológicos comprometidos tienen niveles más altos de infecciones que los adultos saludables.



Clostridium perfringens

Clostridium perfringens (C. perfringens) es una bacteria que forma esporas que se encuentran en muchas fuentes en el ambiente, usualmente en las carnes crudas y aves. Es una causa común de enfermedades transmitidas por alimentos, causando casi 1 millón de casos cada año. Los jóvenes y las personas mayores están en mayor riesgo.

C. perfringens crece mayormente en condiciones con poco o no oxígeno. En condiciones ideales se pueden multiplicar rápidamente. Las esporas pueden sobrevivir en temperaturas altas y después pueden germinarse a temperatura ambiente. Las esporas se encuentran en alimentos cocidos que no son recalentados apropiadamente o mantenidos a una temperatura bajo 140° F, en la cual la bacteria puede crecer rápidamente.



Carne de res, aves, salsas a base de carnes, y alimentos pre-cocidos son las fuentes más comunes de esta bacteria. Las infecciones de C. perfringens ocurren cuando los alimentos son preparados en grandes cantidades y mantenidos tibios para servir. Brotes ocurren en instituciones tales como las escuelas, hospitales, residencias para personas mayores, o eventos con servicios de comida.

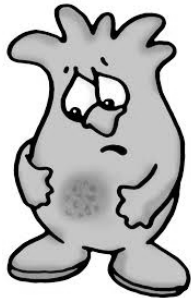
Campylobacter

La infección de Campylobacter usualmente ocurre en casos individuales, esporádicos. La mayoría de los casos de infección de Campylobacter son asociados con comer alimentos crudos o no cocidos complemente o por un cruce de contaminación con otros alimentos por estos artículos. Brotes de infección de Campylobacter frecuentemente han sido asociados con productos lácteos sin pasteurizar, agua contaminada, aves, y productos agrícola.



Solo toma unos pocos de organismos de Campylobacter para enfermar a una persona. ¡Aun una gota de jugo de pollo crudo puede tener suficiente organismos de Campylobacter para infectar a una persona! Una manera de infectarse es cortar ave sobre una tabla de cortar, y después usar la tabla de cortar sin lavar o utensilio para preparar vegetales u otro alimento crudo o medio cocido. El organismo de Campylobacter en carne cruda se puede integrar en otros alimentos.

Staphylococcus aureus



Staphylococcus aureus (Staph) es una bacteria común encontrada en la piel y las narices de hasta 25% de personas saludables y animales. Usualmente no causa enfermedades en estas personas saludables a menos que no sea transmitida a productos de alimentos. Staphylococcus aureus es importante debido a que tiene la capacidad de hacer varios tipos de toxinas, muchos de los cuales son responsables por enfermedades transmitidas por alimentos.

Staph es tolerante a la sal y puede crecer en alimentos salados como el jamón. Como la bacteria se multiplica en alimentos, produce toxinas que pueden causar envenenamiento debido a alimentos. Las toxinas de Staphylococcal son resistente a calor y podrían no destruirse luego al cocinar.

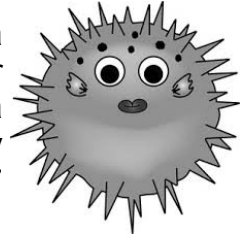
Los alimentos a mayor riesgo de producir toxinas de Staphylococcus aureus son esos que son hechos por mano y no requieren ser cocidos. Los alimentos en mayor riesgo son esos dejados fuera a temperatura ambiental por un largo periodo de tiempo. Algunos ejemplos de alimentos los cuales causan envenenamiento transmitido por alimentos son carnes en tajadas, pudines, pastelería, y sándwiches. Los alimentos puedan que no tengan mal olor o mal apariencia en orden para producir toxinas.

Las infecciones de Staph causan otras enfermedades aparte de enfermedades transmitidas por alimentos. La bacteria asociada con infecciones de la piel y respiratorias incluye furúnculos y neumonía. Es una bacteria difícil para controlar y es más resistente a antibióticos. Una forma resistente de Staph, conocida como MRSA, es peligrosa y problemática en las hospitales, residencias de personas mayores, y otras instituciones donde se encuentran pacientes con sistemas inmunológicos comprometidos.

E. coli O157

Escherichia coli (abreviado como E. coli) es un grupo grande y diverso de bacteria. Aunque la mayoría de las cepas de E. coli no son dañinas, otros pueden enfermar a la gente. Los tipos de E. coli que pueden causar diarrea pueden ser transmitidos por medio de agua contaminada o alimentos. Es un poco confuso—aun a los microbiológicos.

E. coli O157 es la cepa más común de la bacteria que puede enfermar a una persona y es el que usted escucha más en las noticias. Usted puede contraer la infección de E. coli O157 al comer carne media cocida, especialmente la carne de res. Usted también puede contraer la infección al comer frutas y vegetales contaminados. Un estudio reciente de un brote de E. coli O157 reportado por el CDC fue conectado a espinaca cruda.



Mientras el índice de enfermedades conocidos como E. coli O157 aparentan a disminuir, esta en lista como uno de los 5 patógenos que resultan en hospitalizaciones. Las personas en mayor riesgo, de nuevo, son los jóvenes y las personas mayores.

Toxoplasma gondii

Un parásito de una célula llamada Toxoplasma gondii causa una enfermedad conocida como toxoplasmosis. El sistema inmunológico de una persona saludable usualmente puede prevenir que el parásito cause una enfermedad. Por lo tanto, mujeres embarazadas e individuos con sistemas inmunológicos comprometidos deben usar precaución; para ellos, la infección Toxoplasma puede causar serios problemas de salud.

Una infección de Toxoplasma ocurre al comer carnes parcialmente cocidas, especialmente carne de cerdo, venado, ternera; o un cruce de contaminación con cuchillos, utensilios, tablas de cortar u otros alimentos que han tenido contacto con carnes crudas, contaminadas. Otro riesgo es limpiar la arena para los gatos. Mujeres embarazadas, especialmente, no deben limpiar la arena para los gatos como pueden ser infectadas con el parásito. Los gatos no demuestran ninguna señal de la enfermedad si son infectados con el parásito, pero la infección es muy peligrosa para una mujer embarazada y a los infantes recién nacidos si la mujer es infectada.



Listeria monocytogenes



La bacteria de Listeria, se encuentran en la tierra y agua, y se puede esconder sin detección en equipo o aparatos domésticos donde alimentos son preparados, incluso de factorías y supermercados. La gente en mayor riesgo para esta infección son mujeres embarazadas, infantes recién nacidos, y las personas mayores. Cuando una persona come alimentos contaminados con Listeria, una intoxicación o un aborto natural puede ocurrir hasta semanas después cuando es difícil identificar cual alimento fue la causa.

Listeria es destruida por la pasteurización y cocción; tal vez, en algunos alimentos listos para comer, tales como los hot dogs y carnes frías, la contaminación ocurre después de la cocción del fabricante pero antes de empacar. **Desigual a la mayoría de las bacterias, Listeria puede crecer y multiplicarse en algunos alimentos en el refrigerador.** Listeria es la tercera causa principal de muerte. Es asombroso que es tan alto, considerando que sobre miles, no millones, de personas se enferman de Listeria cada año.

¡A su salud!

En el 2012, las tendencias en las enfermedades transmitidas por alimentos nos demuestran que los patógenos más comunes relatados en las últimas páginas todavía están con nosotros y a veces ocurren en las fuentes de alimentos que normalmente no son asociadas con enfermedades transmitidas por alimentos.

Mucho ha cambiado en la manera que los alimentos son producidos y distribuidos. ¡Hoy día, los alimentos en su supermercado pueden venir de todas partes del mundo! La ciencia continúa a encontrar patógenos peligrosos que nosotros no conocimos años atrás.

Puede ser difícil a reconocer cuando patógenos peligrosos en los alimentos provocan una enfermedad en una persona. *Es difícil saber si el alimento no es seguro, debido a que usted no se puede ver, oler, o probar los microbios que el alimento puede contener.*

A veces la gente piensa que su enfermedad fue causada por su última comida. Por hecho, hay un gran rango de tiempo entre comer un alimento contaminado y el inicio de una enfermedad. Usted se puede enfermar entre 20 minutos a 6 semanas de comer algún alimento con un patógeno peligroso. Depende en una variedad de factores, especialmente debido a que la salud de todos es diferente, incluso de su capacidad de combatir enfermedades.

Nosotros sabemos que las mujeres embarazadas, niños jóvenes, y personas con enfermedades crónicas que debilitan el sistema inmunológico, y personas mayores de 65 años están en mayor riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos.

Algunas lecciones actuales aprendidas:

- E. coli O157, Listeria, e infecciones de Campylobacter han disminuido gradualmente entre 1996 y 2008 pero no ha disminuido mucho más desde el 2008. **La infección de Salmonella no disminuyó y continúa ser la infección bacteriana más común asociado con la mayoría de hospitalizaciones y muertes.**
- Cuando dos o más casos de una enfermedad transmitida por alimentos ocurren durante un periodo de tiempo limitado con el mismo organismo y son asociados con la misma operación de servicio de comida (como un restaurante) o el mismo producto de alimento, las autoridades de salud pública lo consideran un brote.
- Seis años después de un brote nacional de Salmonella el cual fue asociado a mantequilla de maní, los cacahuates y productos de cacahuates continúan ser una área para mejoramiento de seguridad de alimentos. Asociaciones con agencias regulatorias y la industria son requeridas para asegurar productos seguros para los consumidores.
- Hubieron dos brotes de Salmonelosis en humanos asociados con alimentos secos para animales en los Estados Unidos. La gente debe estar consciente que los alimentos secos para los animales no es fabricado como un producto estéril y puede estar contaminado con la bacteria de Salmonella.

- Mantener a los niños lejos de los alimentos para los animales y lavar las manos después de tocar alimentos para animales son pasos importantes para prevenir enfermedades. Los animales pueden estar infectados con Salmonella pero todavía aparentar saludables y propagar bacteria.
- Aunque los brotes debido a la mantequilla de maní y los alimentos para los animales aparentan haber terminado, muchos de los productos retirados del mercado tienen una vida de estante larga y pueda que todavía se encuentren en algunos hogares.
- Brotes de soya crudos han causado numerosos brotes de enfermedades transmitidas por alimentos en el pasado. Brotes de soya pueden contaminarse en varias maneras; durante el crecimiento, cosecha, distribución, o almacenamiento.
- Para reducir el riesgo de enfermedades por brotes crudos, es recomendado que los niños, personas mayores, mujeres embarazadas, y personas con sistemas inmunológicos débiles deben evitar comer brotes crudos de cualquier clase.
- Después de un brote de infección de Listeria fue conectado a melón cantalupo en el 2011, la producción de melón cantalupo continua ser una área para mejoramiento de seguridad de alimentos. El brote fue un recordatorio para los cultivadores y los consumidores de la necesidad de promover el manejo seguro de productos agrícolas.
- Los esfuerzos colaborativos de investigaciones internacional entre la Agencia de Salud Publica de Canadá, CDC, y los EU y las agencias regulatorias de Canadá resulto en enfermedades adicionales que fueron identificados en los EU. La colaboración internacional puede ser una parte critica en la investigación de brotes generalizados.
- El cruce de contaminación de alimentos continua ser una preocupación grave. Un brote reciente de Listeria conectado a queso, sugiere que el cruce de contaminación de quesos cortados y re-empacados usando tablas de cortar comunes o utensilios causo el brote.
- Mantener el refrigerador a 41°F o menos es importante porque – desigual a la mayoría de las bacterias transmitidas por alimentos – la Listeria crece en el refrigerador. Listeria crece más rápido en el refrigerador en temperaturas por encima de 41°F. Más tiempo los alimentos listos para comer refrigerados son almacenados en el refrigerador, más tiempo la Listeria tiene para crecer. Finalmente, la Listeria puede ser transmitida de un alimento a otro por medio de desrames en el refrigerador. ¡Por esta razón es importante mantener el refrigerador limpio!

Seguridad de alimentos en el hogar

Nosotros manejamos alimentos usando los siguientes pasos:

- ✓ **Comprar**
- ✓ **Almacenar**
- ✓ **Preparar**
- ✓ **Cocinar**
- ✓ **Enfriar**
- ✓ **Recalentar**

**¡Cada paso requiere cuidado y atención!
¡Hay 4 pasos fundamentales para la seguridad de alimentos!**

Seguridad de alimentos en el hogar

Siga cuatro reglas básicas—**Limpiar, Separar, Cocinar, y Enfriar** – y usted Fight BAC!®. Fight BAC!® (www.fightbac.org) es una campaña nacional diseñada para educar al público acerca la seguridad de alimentos.

Limpiar: lave las manos y superficies frecuentemente

Como usted no los puede ver...los patógenos pueden estar presente por toda la cocina. Aquí hay algunas sugerencias:

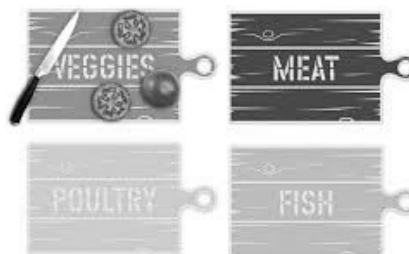
- Lave sus manos completamente con agua tibia corriente y jabón por 20 segundos antes y después de manejar alimentos.
- Mantenga las áreas de preparación de alimentos limpio y libre de desordenes. Usted necesita espacio adecuado y sanitario para preparar alimentos que son seguros.
- Lave sus tablas de cortar, platos, utensilios, tableros, y superficies con agua caliente jabonosa después de preparar cada artículo de alimento antes de continuar al próximo alimento.
- Todas las superficies de servicio de alimentos tienen que ser limpiadas y saneadas con una solución de 1/4 cucharadita de cloro a un 1 cuarto de agua, antes y después de comidas.
- Después que las tablas de cortar (incluso de tablas plásticas, no porosas, acrílicas y de maderas) se gastan excesivamente o crean muescas ondas, usted debe reemplazarlos.
- Considere usar toallas de papel para limpiar superficies de cocina. Si usted usa toallas de limpiar, lave frecuentemente en agua caliente en la maquina de lavar.
- Importante: Enjuague los productos agrícolas crudos en agua limpia, corriente. No use jabón u otros detergentes. Use un cepillo de vegetales limpio para limpiar productos agrícola desperejo, como los melones.
- No lave de nuevo ensaladas lavadas o listas para comer. Las investigaciones recientemente demuestran que usted es mas apto a contaminar las verduras por medio de un cruce de contaminación.



Separar: No contaminación cruzada

Mantenga los alimentos crudos que necesitan ser cocidos, como las carnes y aves, separados de las frutas y vegetales que serán consumidos crudos.

- Separe carnes crudas, aves y mariscos de otros alimentos en su carro de compras y en su refrigerador.



- Siempre lave sus manos y todos los artículos de la cocina que están en contacto con carnes crudas, aves, mariscos, huevos, y productos agrícolas.
- Coloque carne cruda, pollo, o pescado **debajo** de otros alimentos en el refrigerador.
- Use un plato limpio para alimentos cocidos, especialmente carnes, aves, y pescado.

Cocine: Cocine a temperatura apropiada

Los expertos de seguridad de alimentos concuerdan que los alimentos son cocidos apropiadamente cuando son calentados por suficiente tiempo y a una temperatura suficiente alta.

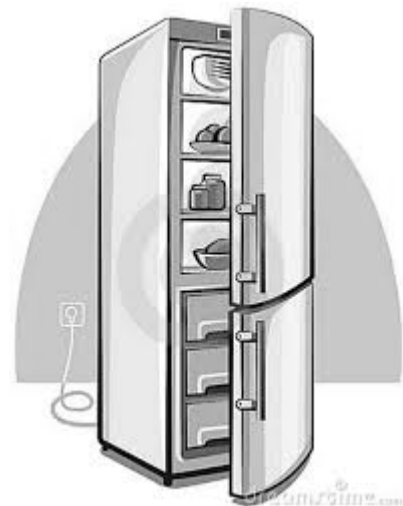
- Use un **termómetro de alimentos limpio** para medir la temperatura interna de alimentos cocidos:
 - Res, cerdo, y ternera puede ser cocida a 145° F. con un tiempo de descanso de 3 minutos.
 - Cocine todas las carnes molidas a 160° F.
 - Aves (pollo, pavo, pato) tienen que ser cocidos a 165° F.
- Cocine los huevos hasta que la yema y las claras estén firme. No use recetas en las cuales los huevos se permanecen crudos o solo parcialmente cocidos.
- Los pescados deben ser opacos y separarse en escamas fácilmente con un tenedor.
- Cuando cocine en el microonda, asegúrese de cubrir, menear, y rotar los alimentos durante la cocción. Use un termómetro de alimentos para asegurar que los alimentos alcancen una temperatura interna segura de 165° F.
- Si usted esta recalentando los alimentos, los sobrantes deben alcanzar una temperatura de 165° F. Hervir las salsas, sopas, y salsas a base de carnes.



Enfriar: Refrigere los alimentos de inmediato

Temperaturas frías reducen el crecimiento de bacterias dañinas. Use su termómetro de YFIC para mantener la temperatura del refrigerador a 41° F o menos.

- Divida los sobrantes en cantidades pequeñas y ponga en el refrigerador para enfriar entre 2 horas.
- Guarde los alimentos en el refrigerador así el aire puede circular libremente.
- Marine los alimentos en el refrigerador.
- Descongele los alimentos en el refrigerador o en el microonda — nunca a temperatura ambiente.





Revise el tiempo y temperatura

Patógenos peligrosos crecen rápidamente entre 41 °F—140°F

- 2 horas de tiempo máximo que los alimentos perecederos pueden permanecer entre las temperaturas en la “zona peligrosa”.**
- 2 horas incluyen:**
 - * tiempo para comprar**
 - * tiempo de preparación**
 - * tiempo para enfriar**
- Mantenga los alimentos fríos fríos.**
 - *Revise las temperaturas en su refrigerador y congelador por lo menos una vez en semana.**
- Mantenga los alimentos calientes, calientes.**
 - *Revise la temperatura de cocción con un termómetro de alimentos.**
 - *Caliente los alimentos a una temperatura de 140° F.**

¡MEDIDAS PARA QUE LAS FRUTAS Y VERDURAS SE MANTENGAN SEGURAS Y SALUDABLES



Desde la tienda hasta su mesa

Las frutas y verduras son alimentos saludables. Pero, ¿sabía usted que los microbios dañinos, como la *Salmonella*, *E. coli*, y *Listeria* a veces pueden estar en las frutas y verduras? Hay medidas que le pueden ayudar a mantenerse saludable, y a mantener las frutas y verduras saludables desde la tienda hasta su mesa.

Seguridad de las frutas y verduras en la tienda o el mercado



Verifique que no tengan manchas

- Escoja frutas y verduras que no tengan manchas ni áreas dañadas, a menos que planee cocinarlas.



Mantenga frías las frutas y verduras ya cortadas

- Escoja frutas y verduras ya cortadas y empacadas que estén refrigeradas o mantenidas en hielo.



Separe

- Ponga en el carrito de las compras y en las bolsas, las frutas y verduras separadas de la carne, el pollo y los mariscos crudos.

Seguridad de las frutas y verduras en su casa

No deje que pasen más de dos horas o menos antes de llevar las frutas y verduras a su casa y al refrigerador.



Lave

- Lávese las manos antes y después de preparar frutas y verduras.
- Lave o restriegue todas las frutas y verduras bajo agua corriente antes de comerlas, cortarlas o cocinarlas.
- Las frutas y verduras que indiquen que están previamente lavadas no necesitan lavarse de nuevo en casa.



Mantenga la cadena de frío

- Refrigerere las frutas y verduras cortadas, peladas o cocidas lo antes posible o dentro de las 2 horas siguientes.
- Use un termómetro para refrigerador a fin de asegurarse de que la temperatura se mantenga a 40° F o menos.



Separe

- Guarde las frutas y verduras alejadas y que no queden al lado ni debajo de la carne, el pollo y los mariscos crudos. Estos productos pueden soltar jugos que podrían tener microbios.
- Use una tabla de cortar diferente para las frutas y verduras, y que nunca haya sido usada para cortar o preparar carnes, pollo o mariscos crudos.
- Lave las tablas de cortar, las superficies, los utensilios con agua caliente y jabón, antes y después de preparar frutas y verduras.

Para obtener más información llame al 1-800-CDC-INFO o visite www.cdc.gov



U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention



Yours for Children, inc.

303 - 313 Washington Street
Auburn, MA 01501
1-800-222-2731
www.yoursforchildren.com

Non Profit Org.
U.S. Postage
PAID
Permit No. 37
Auburn, MA

Address Service Requested

One hundred percent of the funding for this program and publication is provided by USDA and, therefore, any publications may be freely copied by USDA, the Massachusetts Department of Elementary and Secondary Education, and by any other institutions under the Child and Adult Care Food Program. Please credit the listed source when given or **Yours for Children, Inc.** when not given.

**Que hay de nuevo en la
seguridad de alimento
Febrero del 2014**

***Entrenamiento
Requerido AF 2014***

PARA:

Este entrenamiento es requerido para 2 horas de crédito para el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP).

Al completar con éxito este entrenamiento usted reúne el requerimiento en el tema de seguridad de alimentos y higiene para el año fiscal 2014.

Conteste todas las preguntas del examen y someta a la oficina de YFCI dentro de dos (2) semanas de recibir este estudio en el hogar.