



Sustento del uso justo
de Materiales Protegidos
derechos de autor para
fines educativos



UCI

Universidad para la
Cooperación Internacional

UCI
Sustento del uso justo de materiales protegidos por
derechos de autor para fines educativos

El siguiente material ha sido reproducido, con fines estrictamente didácticos e ilustrativos de los temas en cuestión, se utilizan en el campus virtual de la Universidad para la Cooperación Internacional – UCI – para ser usados exclusivamente para la función docente y el estudio privado de los estudiantes pertenecientes a los programas académicos.

La UCI desea dejar constancia de su estricto respeto a las legislaciones relacionadas con la propiedad intelectual. Todo material digital disponible para un curso y sus estudiantes tiene fines educativos y de investigación. No media en el uso de estos materiales fines de lucro, se entiende como casos especiales para fines educativos a distancia y en lugares donde no atenta contra la normal explotación de la obra y no afecta los intereses legítimos de ningún actor.

La UCI hace un USO JUSTO del material, sustentado en las excepciones a las leyes de derechos de autor establecidas en las siguientes normativas:

- a- Legislación costarricense: Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos, No.6683 de 14 de octubre de 1982 - artículo 73, la Ley sobre Procedimientos de Observancia de los Derechos de Propiedad Intelectual, No. 8039 – artículo 58, permiten el copiado parcial de obras para la ilustración educativa.
- b- Legislación Mexicana; Ley Federal de Derechos de Autor; artículo 147.
- c- Legislación de Estados Unidos de América: En referencia al uso justo, menciona: "está consagrado en el artículo 106 de la ley de derecho de autor de los Estados Unidos (U.S, Copyright - Act) y establece un uso libre y gratuito de las obras para fines de crítica, comentarios y noticias, reportajes y docencia (lo que incluye la realización de copias para su uso en clase)."
- d- Legislación Canadiense: Ley de derechos de autor C-11– Referidos a Excepciones para Educación a Distancia.
- e- OMPI: En el marco de la legislación internacional, según la Organización Mundial de Propiedad Intelectual lo previsto por los tratados internacionales sobre esta materia. El artículo 10(2) del Convenio de Berna, permite a los países miembros establecer limitaciones o excepciones respecto a la posibilidad de utilizar lícitamente las obras literarias o artísticas a título de ilustración de la enseñanza, por medio de publicaciones, emisiones de radio o grabaciones sonoras o visuales.

Además y por indicación de la UCI, los estudiantes del campus virtual tienen el deber de cumplir con lo que establezca la legislación correspondiente en materia de derechos de autor, en su país de residencia.

Finalmente, reiteramos que en UCI no lucramos con las obras de terceros, somos estrictos con respecto al plagio, y no restringimos de ninguna manera el que nuestros estudiantes, académicos e investigadores accedan comercialmente o adquieran los documentos disponibles en el mercado editorial, sea directamente los documentos, o por medio de bases de datos científicas, pagando ellos mismos los costos asociados a dichos accesos.



Seguridad de los alimentos

[Seguridad de los alimentos Home](#)

La seguridad de las frutas y verduras

Lo que necesita saber

- A veces las frutas y las verduras crudas contienen microbios dañinos, como *Salmonella*, *E. coli* y *Listeria*, que pueden enfermarlos a usted y a su familia.
- Las frutas y verduras frescas más seguras para comer son las que se hayan cocinado, seguidas por las que se hayan lavado.
- Lave las frutas y verduras bajo agua corriente, aunque no planee comer la cáscara.




Una alimentación con muchas frutas y verduras trae muchos beneficios. Sin embargo, es importante seleccionarlas y prepararlas de forma segura.

Las frutas y verduras aportan nutrientes a su alimentación que ayudan a protegerlo contra [enfermedades cardíacas](#), [accidentes cerebrovasculares](#) y algunos tipos de [cáncer](#). Además, escoger verduras, frutas y nueces y otros frutos secos, en lugar de alimentos de alto contenido calórico puede ayudarlo a cuidar su [peso](#).

Pero a veces las frutas y las verduras crudas contienen microbios dañinos, como *Salmonella*, *E. coli* y *Listeria*, que pueden enfermarlos a usted y a su familia. Los CDC estiman que los microbios en las frutas y verduras frescas causan un gran porcentaje de las enfermedades transmitidas por los alimentos en los Estados Unidos.

Las frutas y verduras frescas más seguras para comer son las que se hayan cocinado, seguidas por las que se hayan lavado. Usted puede disfrutar de las frutas y verduras sin cocinar tomando las siguientes medidas para reducir el riesgo de contraer enfermedades transmitidas por los alimentos, algo que también se conoce como intoxicación alimentaria.

[Descargue el afiche de los CDC para imprimir: Medidas para que las frutas y verduras sean seguras de comer.](#) 
[PDF – 1 page]

En la tienda de alimentos o el mercado

- **Escoja frutas y verduras** que no estén magulladas ni dañadas.
- **Si compra frutas y verduras precortadas**, escoja las que estén refrigeradas o se mantengan en hielo.
- **Separe las frutas y verduras** de la carne, las aves, los pescados y mariscos crudos cuando las ponga en el carrito de compras y en las bolsas de la tienda de alimentos.

En casa

- **Lávese las manos**, lave los utensilios de cocina y limpie las superficies donde se preparan los alimentos (incluidas las tablas para cortar y los mesones) antes y después de preparar frutas y verduras.
- **Lave las frutas y verduras** [↗](#) antes de comerlas, cortarlas o cocinarlas, a menos que el paquete diga que ya fueron lavadas.
 - Lave o restriegue las frutas y verduras bajo agua corriente, aunque no planea comer la cáscara. Los microbios que están en la cáscara pueden ingresar a las frutas y verduras al cortarlas.
 - **No se recomienda** [↗](#) lavar las frutas y verduras con jabón, detergente o limpiadores comerciales para frutas y verduras. No use **soluciones de blanqueador con cloro** [↗](#) (*bleach*) ni otros productos desinfectantes en frutas y verduras.
 - Corte y deseche las partes de las frutas y verduras que estén dañadas o magulladas antes de prepararlas o comerlas. Los microbios pueden entrar más fácilmente en las frutas y verduras si la cáscara o la piel están dañadas o magulladas.
 - Quite las hojas rasgadas o dañadas. También quite las hojas exteriores de los repollos y las lechugas porque es probable que tengan más suciedad y microbios.
 - Seque las frutas y verduras con una toalla de papel limpia.
- **Mantenga las frutas y verduras separadas** de los alimentos crudos de fuente animal, como la carne, las aves, los pescados y mariscos.
- **Refrigere** las frutas y verduras dentro de las 2 horas después de cortarlas, pelarlas o cocinarlas (o 1 hora si están expuestas a temperaturas de más de 90 °F, como dentro de un auto o en un pícnic). Enfríelas a una temperatura de 40 °F o menos en un recipiente limpio.

Grupos de personas con mayor probabilidad de tener una intoxicación alimentaria

Cualquier persona puede tener una intoxicación alimentaria, pero **las que pertenecen a ciertos grupos tienen más probabilidades de enfermarse** y de que su enfermedad sea más grave. Estos grupos son:

- Adultos de 65 años o mayores.
- Niños menores de 5 años.
- Personas que tienen problemas de salud o que toman medicamentos que reducen la habilidad del cuerpo para luchar contra los microbios y las enfermedades (sistema inmunitario debilitado); por ejemplo, personas con diabetes, enfermedad del hígado o del riñón, VIH o cáncer.
- Personas embarazadas.




Si usted o alguien a quien cuida tiene una mayor probabilidad de presentar una intoxicación alimentaria, es especialmente importante que tome medidas para prevenirlo.

Cocine los germinados completamente para reducir el riesgo de enfermarse. Los germinados (brotes) causan particular preocupación porque la temperatura cálida y humedad que se necesitan para cultivarlos también crean las condiciones ideales para que se multipliquen los microbios. Por esa razón, consumir germinados crudos o poco cocidos podría causar intoxicaciones alimentarias. Es especialmente importante evitar los germinados crudos si usted pertenece a uno de los grupos de personas con mayor probabilidad de enfermarse gravemente por las intoxicaciones alimentarias. Estos grupos son los de personas embarazadas, niños pequeños, adultos mayores y personas con el sistema inmunitario debilitado.

[Brotes \(germinados\): lo que debe saber](#) [↗](#)

Más información

- [Lechuga, otras verduras de hoja verde y seguridad de los alimentos](#)
- [Cuatro pasos para la seguridad de los alimentos](#)
- [FDA: Cómo seleccionar y servir frutas y verduras de forma segura](#) [↗](#)

- [FoodSafety.gov: Formas seguras de manipular y limpiar las frutas y verduras frescas](#) 
- [USDA: ¿Por qué es importante comer verduras?](#) 
- [USDA: ¿Por qué es importante comer frutas?](#) 
- [Investigaciones de brotes multiestatales de enfermedades transmitidas por los alimentos](#)

Especiales de los CDC sobre la seguridad de los alimentos



Lea otros especiales sobre la seguridad de los alimentos para obtener más información sobre cómo protegerse y proteger a sus seres queridos de las intoxicaciones alimentarias.

[Especiales de los CDC](#)

Esta página fue revisada: el 6 de julio del 2023