



Cuentos de INOCUIDAD

- PARA COMER SIN MIEDO -

PRÓLOGO

Los cuentos nacen de historias, de expresiones personales y colectivas. Este libro “Cuentos de inocuidad para comer sin miedo”, se trata de relatos sobre inocuidad alimentaria ¿Por qué escribirlos, por qué narrarlos? Porque al crearlos permitimos que las historias permanezcan en el tiempo, sin perder vigencia al quedar plasmadas en letras, imágenes e ilustraciones.

Hemos querido hacer esta publicación porque dentro de nuestro afán educativo nos motiva que los niños y niñas entiendan, aprendan y enseñen lo que es la inocuidad.

Los libros son vida y a través de ellos nos comunicamos. Estos cuentos buscan que, al ser leídos, se genere una idea, una opinión o un cambio. A veces una simple búsqueda o una inquietud.

¿Qué es inocuidad alimentaria? Es la pregunta que siempre nos hacen grandes y chicos. De manera simple podríamos decir que inocuidad alimentaria es que el alimento al ser consumido no haga daño. Todos, de alguna manera, formamos parte de la inocuidad y está dentro de nosotros la preocupación e importancia de cuidarnos y cuidar del resto para que nadie se enferme.

Los relatos que les presentamos están protagonizados por niños y niñas curiosos, exploradores y valientes. Son ellos los que llevan el mensaje, los que transmiten el cuidado de la salud mediante la inocuidad alimentaria.

Los cuentos en sí mismos tienen la maravillosa facultad de hacer soñar, de transportarnos a lugares especiales con la imaginación. Permanecen para siempre en los libros -físicos o digitales- como testimonio escrito de lo que somos o podemos ser. Bienvenidos al mundo de los cuentos y al mundo de la inocuidad.

Diego Varela Maino
SECRETARIO EJECUTIVO DE ACHIPIA

PRESENTACIÓN

Esta publicación forma parte de una serie de herramientas educativas que ACHIPIA ha venido desarrollando como parte de su modelo de comunicación de riesgo alimentario. Lo que empezó en 2021 como una singular y entretenida apuesta con "Cuentos para antes y después de lavarse las manos", ahora se convierte en una nueva realidad literaria con estos nuevos cuentos. Queremos que niños y niñas sigan conociendo un poco más sobre la inocuidad alimentaria y se sientan partícipes en ella.

No hay nada más atractivo que abrir un libro y ver a través de él historias que van emergiendo llenas de colores e imaginación. En los cuentos y en las ilustraciones de este libro, el juego, el suspenso, la picardía y la aventura están presentes como una constante donde los lectores son libres de crecer y avanzar de la forma en que ellos quieran hacerlo.

Cuando los niños y niñas son pequeños, los padres o apoderados les leen los libros a la hora de dormir. Después crecen y adoptan la costumbre de abrir un libro para ensimismarse con historias, conocimientos y apertura de mundo. Es entonces cuando aparece la parte más entretenida: elegir sobre lo que les interesa y les gusta leer. Cuando la lectura no es obligatoria, no existen las imposiciones sólo el placer de entusiasmarse y simplemente leer por gusto.

Queremos que la experiencia de leer este libro sea placentera y única, y que junto a ella se abran los caminos y las esferas de la percepción de lo que es la inocuidad alimentaria. No hay nada más atractivo que el proceso del conocimiento y mucho mejor si se hace de manera lúdica.

Les invitamos a entrar en nuestro libro, recorrerlo, usarlo, compartirlo, difundirlo. Nos interesa que todos participen, que todos creen en los mundos inventados, esos que permanecen en el tiempo, inmersos en el universo del aprendizaje y la fantasía.

AUTORES

Diego Varela Maino (1984)

Es médico Veterinario de la Universidad Mayor, Magister en Administración de Negocios de la Universidad del Desarrollo y Magister en Gestión Tecnológica con énfasis en Biotecnología de la Universidad de Talca. Entre 2010 y 2013 fue consultor en temas de inocuidad alimentaria, pesca y acuicultura en FAO. Entre 2013 y 2014 estuvo encargado del desarrollo de proyectos de cooperación para Caribe Anglófono en AGCID (Agencia Chilena de Cooperación Internacional para el Desarrollo). Entre 2018-2020 fue presidente del Codex para América Latina y el Caribe. De 2014 a 2022, asumió como encargado del Área de Asuntos Internacionales en ACHIPIA. En marzo de 2022 fue designado Secretario Ejecutivo de la Agencia Chilena para la Inocuidad y Calidad Alimentaria (ACHIPIA).

Entre 2022 y 2024 ocupó una de las tres vicepresidencias del Codex Alimentarius. A lo largo de su carrera profesional ha integrado variados proyectos de colaboración internacional. Esta es la primera vez que participa como autor en un libro de cuentos.

Tomás Vio Alliende (1972)

Es periodista de la Universidad Nacional Andrés Bello, ha trabajado como redactor en espectáculos, en el segmento cultural de las Últimas Noticias. Ha colaborado en artículos culturales para el diario La Tercera, las revistas Arte al Límite y La Panera, la publicación Cultura de la Fundación Neruda y el medio digital "La Mirada Semanal". Se ha desempeñado como encargado de Difusión en el Centro Cultural Estación Mapocho y como comunicador en la División de Cultura del Ministerio de Educación (actual Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio). En 2017 publicó el libro de cuentos "Apocalipsis y otros relatos breves", luego "Reseñas culturales" (2022) y "Animales sagrados" (2023). Desde 2012 se desempeña como periodista en la Agencia Chilena para la Inocuidad y Calidad Alimentaria (ACHIPIA) del Ministerio de Agricultura. En 2021 participó junto a Claudio Canales y Nilsson Carvallo en el libro "Cuentos para antes y después de lavarse las manos", realizado por la Agencia.

Nilsson Carvallo Espinoza (1974)

Diseñador gráfico publicitario, los últimos 11 años de su trayectoria los ha dedicado a la comunicación visual aplicada a las ciencias veterinarias, pecuarias y alimentarias, así como en la difusión de información sobre riesgos alimentarios. Su creatividad lo ha llevado a desarrollar proyectos de gran impacto, combinando diseño gráfico, ilustración y producción audiovisual. Es el creador gráfico de los personajes de la campaña "Inocúdate y come saludable" y también responsable de la identidad visual de diversas herramientas educativas en la Agencia Chilena para la Inocuidad y Calidad Alimentaria (ACHIPIA), entre ellas "La Gran Carrera de la Inocuidad", "El Extraño Micromundo de tus Manos" y "Concierto Sentido: Recitales Científicos", entre otros. Ha participado activamente en la producción de publicaciones técnico-científicas sobre inocuidad y calidad de los alimentos, además de liderar propuestas creativas en el área de comunicación de riesgos alimentarios. Su habilidad para integrar diseño y contenido educativo se refleja en su contribución como diagramador e ilustrador en "Cuentos para antes y después de lavarse las manos" (2021), así como en la creación de personajes e ilustraciones para "Cuentos de Inocuidad para Comer sin Miedo", un libro dirigido a niños y niñas con el objetivo de enseñar sobre inocuidad de manera didáctica y entretenida.

Cuentos de Inocuidad, para comer sin miedo,

es una publicación realizada por la Agencia Chilena para la Inocuidad y Calidad Alimentaria ACHIPIA en el marco de la celebración del Día Mundial de la Inocuidad de los Alimentos, DMIA 2025.

Autores:

Diego Varela Maino
Tomás Vio Alliende

Ilustraciones:

Nilsson Carvallo Espinoza

Edición:

Eduardo Espinosa Pfister

Diagramación:

Nilsson Carvallo Espinoza

Junio de 2025

Área de Comunicación de Riesgos Alimentarios, ACHIPIA



Esta publicación es de distribución gratuita y no tiene fines de lucro. Se autoriza la reproducción total o parcial del presente texto, siempre y cuando se reconozca la autoría original. Queda prohibida la comercialización total o parcial de este documento.



TEXTO Tomás vío ALLiende | ILUSTRACIONES niLSSon CaRvallo Espinoza

El Mago Soto está muy anciano, lleva muchos años trabajando y enseñándole a niños y niñas el arte del ilusionismo. Lamentablemente, debe retirarse de las aulas y de los escenarios porque está cansado. Los alumnos y alumnas de su escuela, que lo quieren mucho, le organizan una despedida.





Lo citan en el auditorio de la academia. Asisten con sus capas, varitas y lechuzas para hacerle una descomunal demostración y homenaje al querido profesor. Están todos muy emocionados, sentados en la gran sala, expectantes ante la aparición del Mago Soto. Lamentablemente algo sale mal y el profesor se atrasa. Pasa media hora, una hora y nada...



—¡El Mago Soto ha desaparecido! —gritan dos niños que entran corriendo al salón con sus varitas en la mano. —¡No se encuentra por ningún lado! —vuelven a gritar.

La alama es contundente, aunque algunos creen que se trata de un truco o de una broma. El tema es que el maestro no aparece por ningún lado y todos lo esperan para celebrar su despedida.

Después de veinte minutos, Soto hace su aparición en la sala. Se ve demacrado, como si un camión hubiera pasado sobre él. Su sombrero está ladeado y su capa desordenada. Los niños y niñas lo observan caminar con dificultad y comienzan a aplaudirlo. El hombre se sube al podio, se para frente al micrófono y pide disculpas.



—Niños, niñas, estoy muy agradecido por esta celebración. Los y las quiero mucho porque sé que me estiman y por eso vinieron a despedirme. Han sido muchos años de duro trabajo, esfuerzo y alegrías. Estoy muy contento con eso. Debo contarles lo que me pasó, la razón de mi retraso.



Resulta que esta mañana comí algo que compré en la calle y más encima no me lavé las manos. De inmediato tuve unos retortijones en el estómago y cuando llegué a la academia fui corriendo al baño y no pude salir de ahí hasta ahora. Fue algo terrible que me descompensó totalmente. Por favor no coman comida callejera, no se sabe de dónde viene y lávense siempre las manos antes y después de comer.



Lo peor de todo fue lo siguiente: traté de implementar todos los trucos que he aprendido a lo largo de mi carrera y fue imposible. No hubo caso, la varita mágica no pudo ayudarme, los conjuros, que siempre funcionan a la perfección, tampoco. No encontré ninguna magia que me pudiera mejorar.



Por eso, háganle caso a sus maestros, tutores y padres cuando les dicen que deben lavarse las manos con jabón por más de 20 segundos, que deben comer los alimentos bien lavados o cocidos, provenientes de lugares establecidos. Casi me muero en el baño. Todavía estoy muy débil, pero me encuentro muy contento de estar aquí con ustedes. Muchas gracias.



Después de una inmediata ovación, el auditorio casi se cae a pedazos literalmente. Las paredes comienzan a moverse de un lado a otro y los niños y niñas se ponen a practicar todo tipo de trucos con sillas voladoras y otros extraños objetos.



Las lechuzas vuelan de un lado a otro por todo el salón. Incluso uno de los estudiantes hace aparecer una vaca viva en el auditorio.



Cuando termina el show de trucos, los alumnos y alumnas arman una fiesta con música estridente, una rica comida saludable y bebidas de muchos colores y sabores, especiales para ilusionistas de todas las edades. El octogenario mago Soto está contento. Lamentablemente sólo puede tomar té de manzanilla para celebrar su despedida. El dolor de guata y los retortijones no perdonan. A su edad, tiene que cuidar la salud.

-FIN-

Preguntas

1 ¿Por qué el Mago Soto llegó tarde a su despedida y cómo se sintió al llegar?

2 ¿Por qué el Mago Soto recomienda no consumir comida callejera?

3 ¿Qué consejos de higiene alimentaria dio el Mago Soto a los niños y niñas?

4 ¿Por qué el Mago Soto sólo pudo tomar té de manzanilla en su celebración?

5 ¿Cómo podemos aplicar en nuestra vida diaria los consejos sobre higiene y alimentación que dio el Mago Soto?

6 ¿Qué errores cometió el Mago Soto al comprar y consumir alimentos que le causaron malestar?

7 ¿Qué importancia tiene lavarse las manos antes de comer, según el cuento?

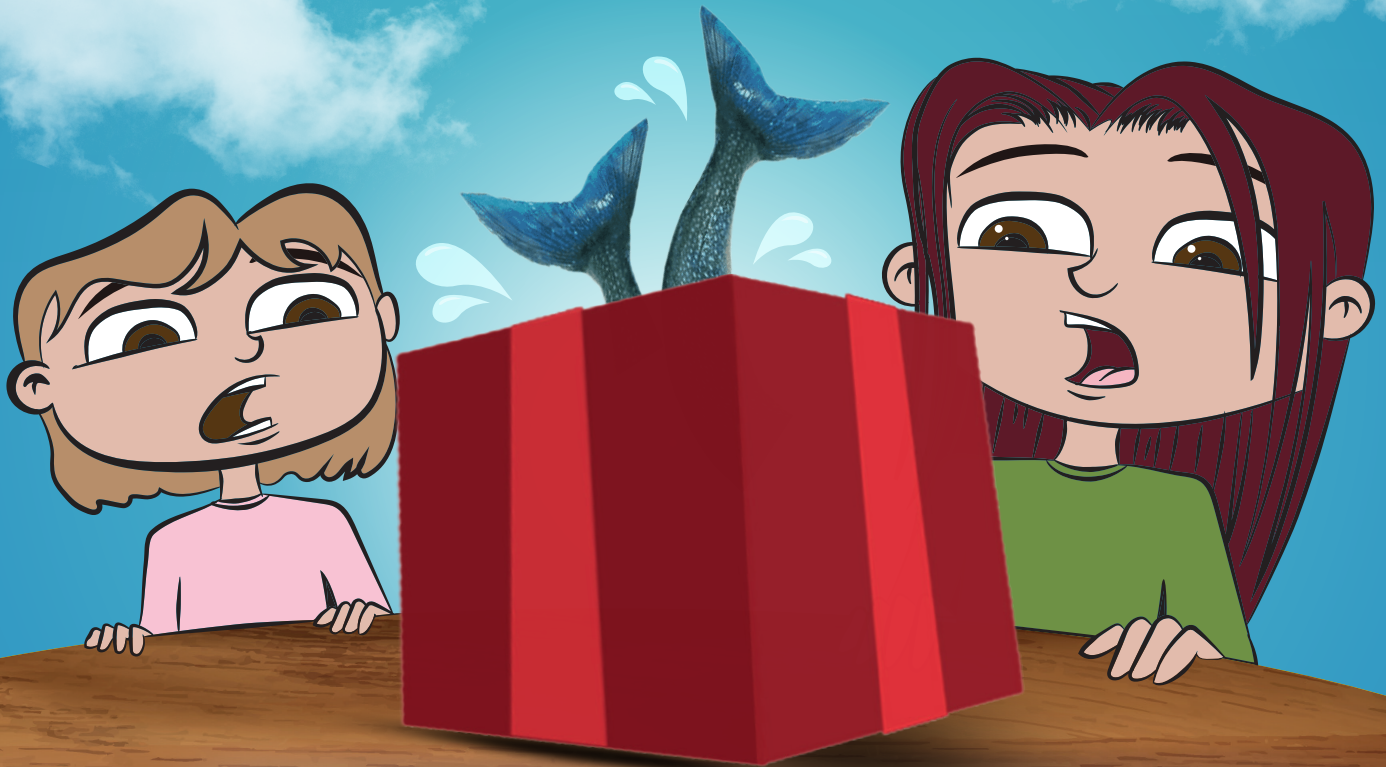
8 ¿Qué hizo el Mago Soto para intentar mejorar su estado y por qué no funcionó?

9 ¿Cómo pueden los niños y niñas evitar problemas de salud como los que tuvo el Mago Soto?

10 ¿Qué alimentos y bebidas saludables mencionados en el cuento ayudaron a que la fiesta fuera segura y divertida?

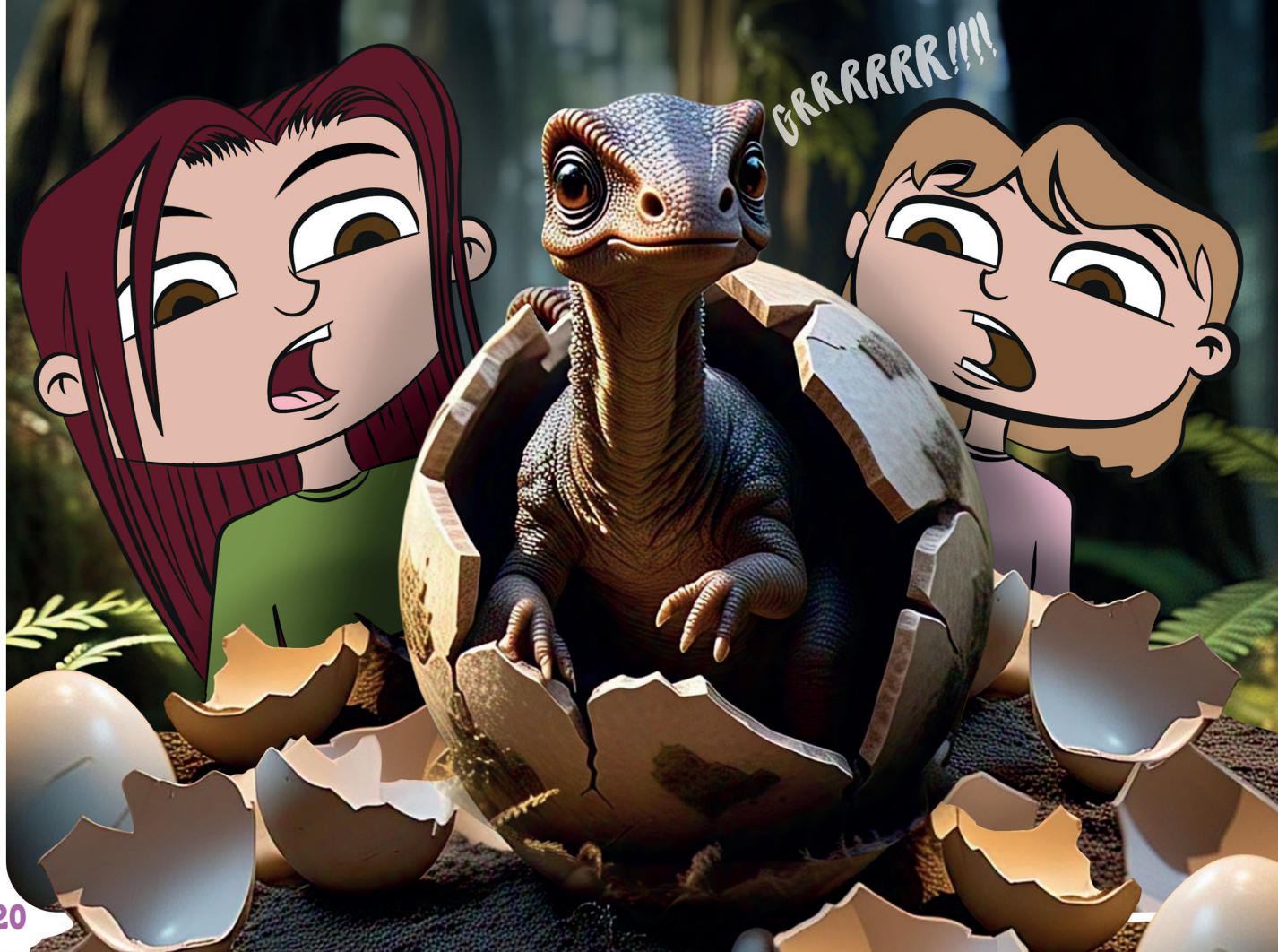


LA SORPRESA DE PEDRO

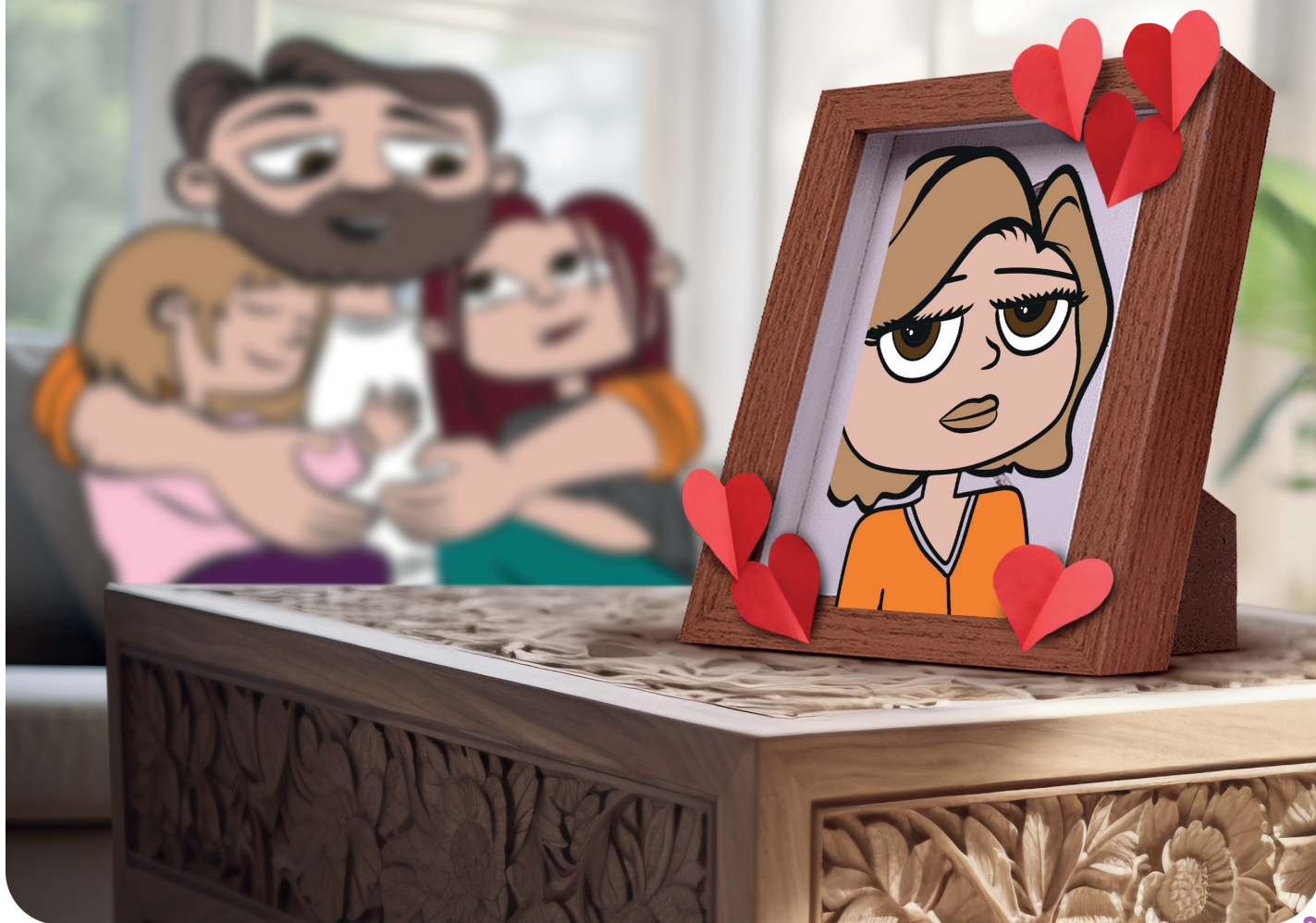


TEXTO Tomás vío ALLiende | ILUSTRACIONES niLSSon CaRvAllo Espinoza

Pedro quería darle una sorpresa a sus dos hijas, Javiera y Camila. Les dijo que el sábado se levantarán temprano porque las iba a llevar a un lugar especial. Las niñas aceptaron gustosas, su padre siempre las invitaba a lugares entretenidos. Todavía se acordaban cuando las llevó al mundo de los dinosaurios en animatronics y vieron salir un monstruo antediluviano directamente de un huevo. Camila saltó de la impresión porque el brontosaurio que rompió el cascarón era demasiado real.



Pedro lo daba todo por sus hijas, era un padre cariñoso y preocupado, especialmente porque la madre de ellas ya no estaba, había fallecido hace algunos años en un accidente automovilístico. Javiera y Camila tuvieron que asumir su falta desde chicas, pero siempre recordaban a su progenitora con mucho amor y respeto.





Llegó el día de la sorpresa y Pedro despertó a sus hijas para llevarlas al paseo. Escondió unas cañas de pescar en su camioneta y las invitó a que se subieran.

Javiera y Camila conversaban animadamente, no sospechaban del panorama especial que les estaba brindando su padre. Atravesaron la ciudad y después el campo, la camioneta se dirigió a las montañas.



PAPI, CUANTO
FALTA AAAA?



Javiera, la mayor, era la más ansiosa, cada cierto tiempo le preguntaba a Pedro si les faltaba mucho para llegar. Cruzaron unos cerros y la inmensidad del paisaje se abrió de par en par. Al medio emergió un lago inmenso de aguas azules. Las niñas sólo conocían lagunas cercanas a la ciudad, así que abrieron los ojos. No podían creerlo.



—¿Vamos a andar en bote, papi?— Preguntó Camila

—Así es, pero no solo eso, haremos otra cosa: vamos a pescar pejerreyes—
Contestó Pedro.

—¿A pescar? — Señaló Javiera inquieta.

—Sí. Es un deporte muy entretenido. Hace años, antes de que ustedes nacieran, salía a hacerlo con unos amigos y acabo de renovar mi carnet de pescador recreativo en el Servicio Nacional de Pesca. No tendremos mayores problemas para ir a pescar pejerreyes en un bote a remos.



Se bajaron de la camioneta y arrendaron una embarcación de madera a un lugareño. Pedro ayudó a las niñas a que armaran sus cañas con nylon, plomos, anzuelos, flotadores y tebos de carnada. Posteriormente comenzó a remar. Con mucho esfuerzo llegó al medio del lago. La brisa impactaba con suavidad la cara de las niñas. Estaban felices. Según Pedro, el día soleado estaba ideal para pescar pejerreyes.

—Después los cocinaremos fritos en el sartén. Quedan exquisitos.

—¡Qué rico, papi!— Respondieron las niñas a coro.

NIÑAS AQUÍ
SI QUE PICA!!!

Esperaron más de una hora y los peces no picaron. Siguieron esperando un poco abrumados por la demora y nada. De pronto, los flotadores se agitaron y comenzó la fiesta. Pedro y las niñas sacaban y sacaban los pejerreyes del agua. Los pescados eran pequeños y muy ágiles, aleteaban rápido fuera del agua, no era fácil sostenerlos en la mano y sacarlos del anzuelo.



Llegaron a pescar diez antes de devolverse a la ciudad. El problema fue que Pedro no llevó un recipiente adecuado para dejarlos y mantuvo a los animales expuestos al sol por mucho rato. Se despreocupó de la refrigeración, de llevar una hielera de tamaño adecuado con abundante hielo. Llegaron a la casa y los pejerreyes quedaron fuera del refrigerador por expreso olvido de Pedro.





Al día siguiente Javiera y Camila entraron a la cocina y el olor era asqueroso.

—Papá, algo en la cocina huele muy mal ¿Qué pasó? —dijo Javiera.

—No sé, hijas. Voy a ver...

Antes de que pudiera entrar al lugar, Camila le dijo a su padre que el olor provenía de los pejerreyes.



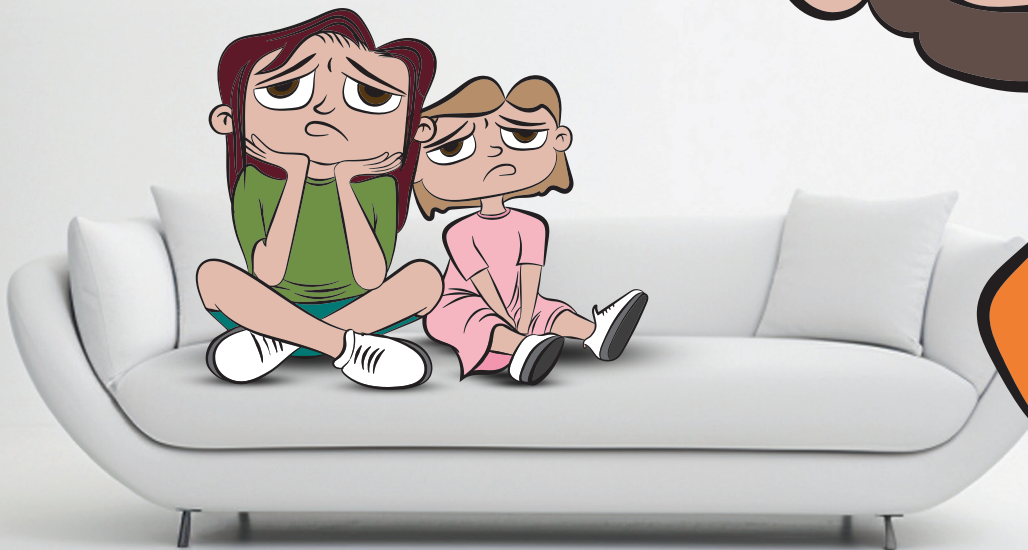
—La embarré— señaló Pedro apesadumbrado— Debería haber llevado al lago una hielera con suficiente hielo para que los pescados no se echaran a perder, sin dejarlos al sol como lo hice. Después, en la casa tendría que haberlos guardado en el refrigerador a una temperatura entre 0 y 5 grados. Lo siento niñas, no podremos comer pejerreyes esta vez.



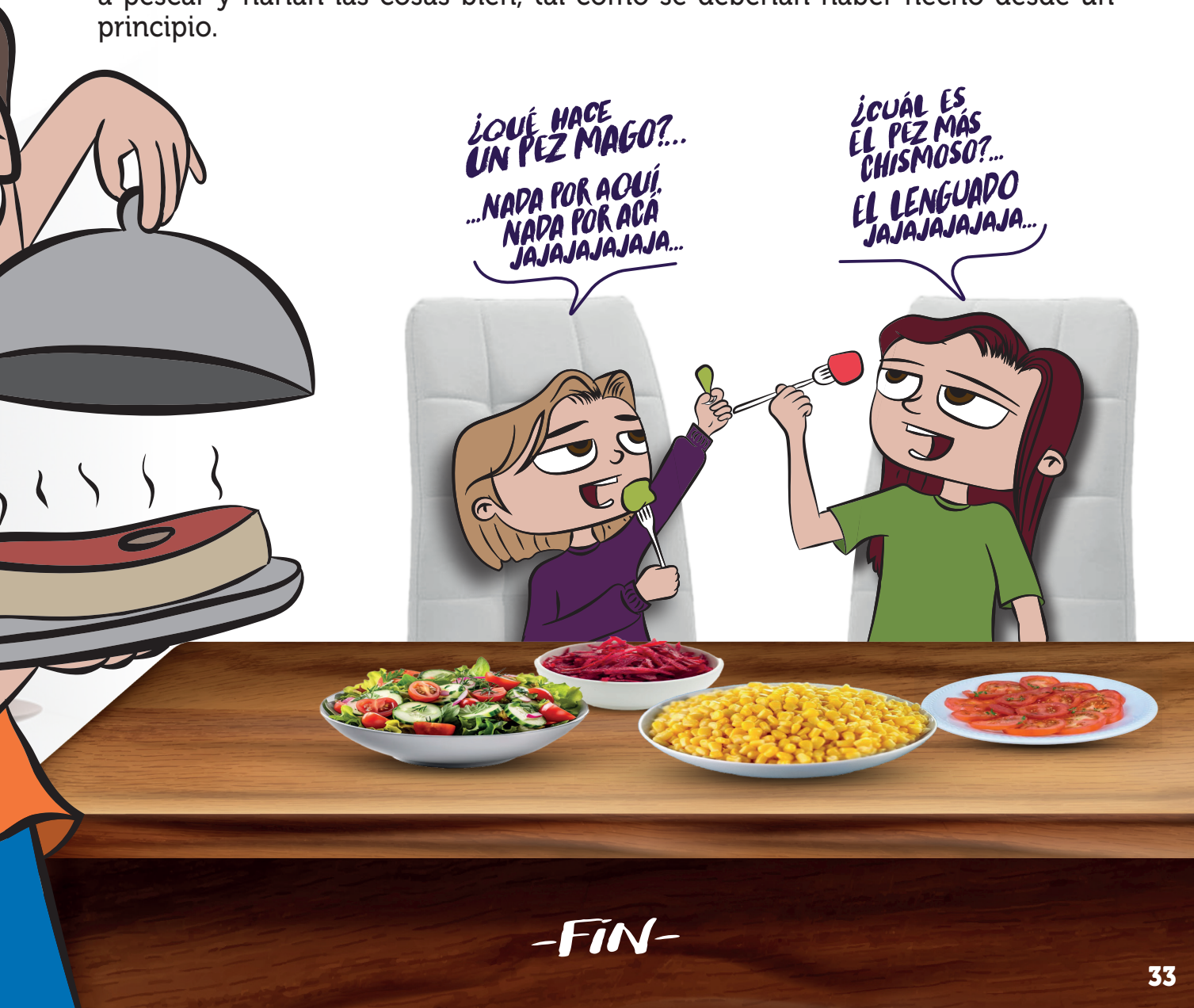
Las niñas arrugaron sus caras e hicieron pucheros. Se habían hecho muchas expectativas, especialmente porque ellas habían participado de manera directa en la pesca de los pejerreyes.

Al ver sus rostros, el padre inmediatamente reaccionó y les dijo:

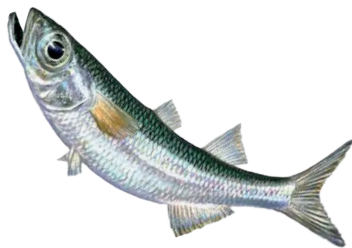
—No se preocupen, tengo una rica carne que cocinaremos al horno, acompañada con abundantes ensaladas de lechuga, choclo, tomate y betarragas ¿Les parece? De postre comeremos unas frutillas que le compré ayer a la señora Rosa.



—Muy bien-, gritaron las hermanas al unísono.
Afortunadamente, el almuerzo fue un éxito. Pedro y las niñas contaron anécdotas y rieron de buena gana. Todos quedaron muy contentos. Pronto volverían al lago a pescar y harían las cosas bien, tal como se deberían haber hecho desde un principio.



Preguntas



1 ¿Qué errores cometió Pedro al momento de conservar los pejerreyes después de pescarlos?

2 ¿Qué problemas podrían causar en la salud si comen pescado que estuvo muchas horas al sol?

3 ¿Por qué es importante mantener los pescados refrigerados?

4 ¿Qué elementos debería haber llevado Pedro para mantener seguros los pejerreyes que pescó?

5 ¿Qué señales indican que un alimento está descompuesto?

6 ¿Qué cosas hizo bien Pedro después de darse cuenta de que los pejerreyes estaban descompuestos?

7 ¿Qué medidas de seguridad alimentaria debería haber tomado Pedro al regresar a casa con los pescados?

8 ¿Qué aprendieron Javiera y Camila sobre la importancia de conservar los alimentos correctamente?

9 ¿Como se dio cuenta Pedro que los pescados estaban en mal estado?

10 ¿Por qué es importante planificar el almacenamiento de alimentos antes de un paseo o actividad al aire libre?



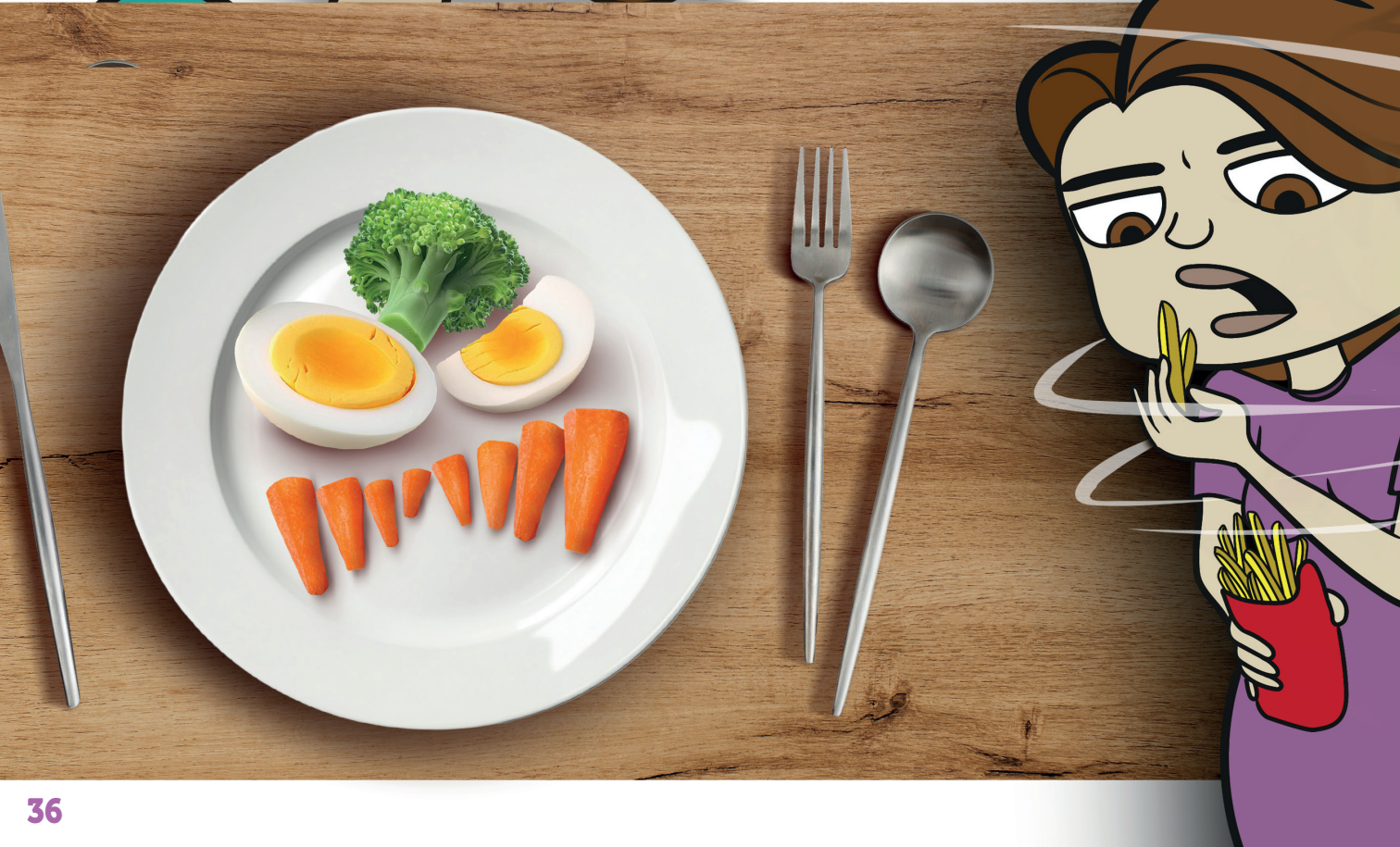


EL MISTERIO DE LA COMIDA ZOMBI

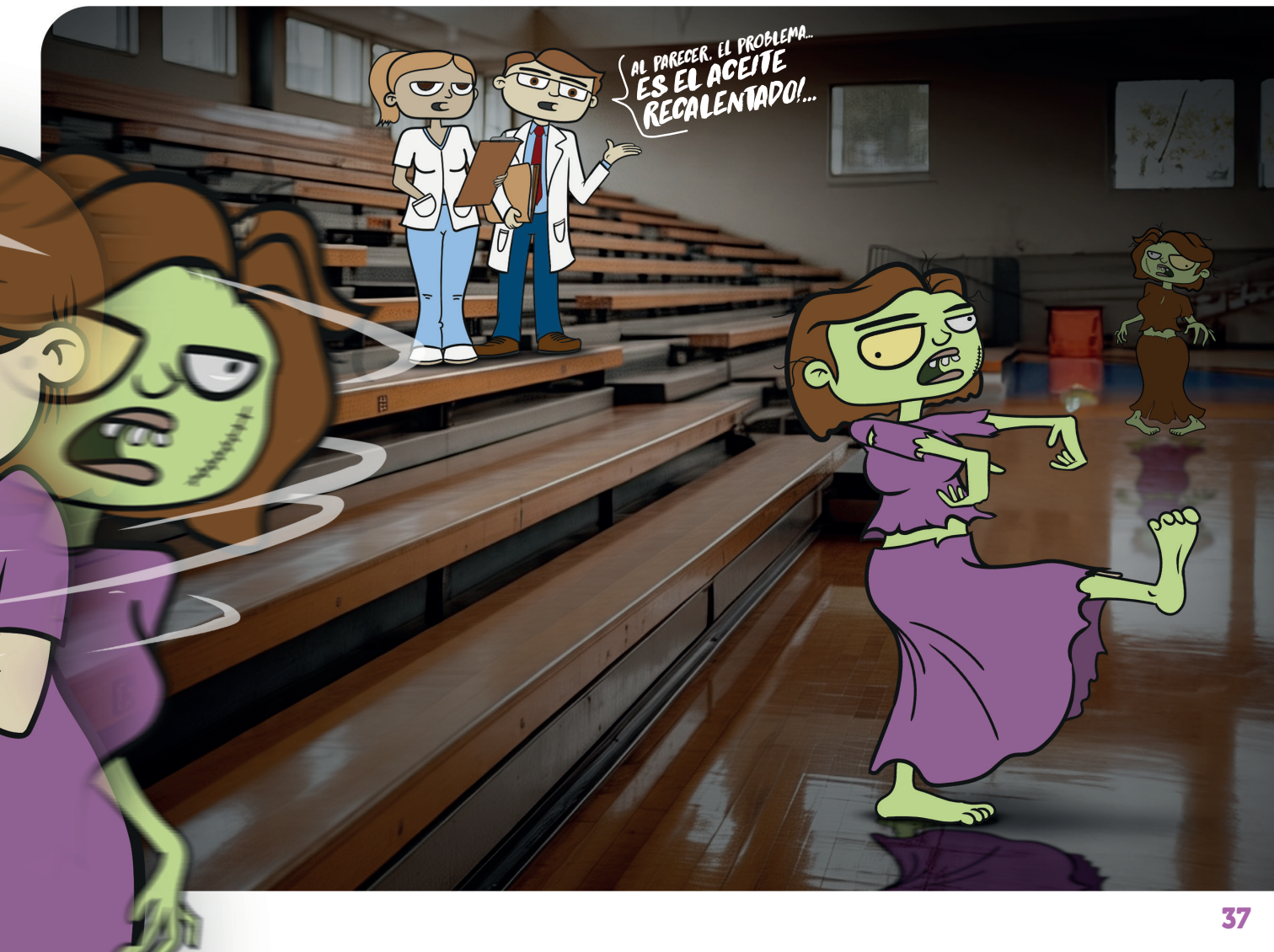
TEXTO **Diego Varela Maino** | ILUSTRACIONES **niLSSon CaRvallo Espinoza**

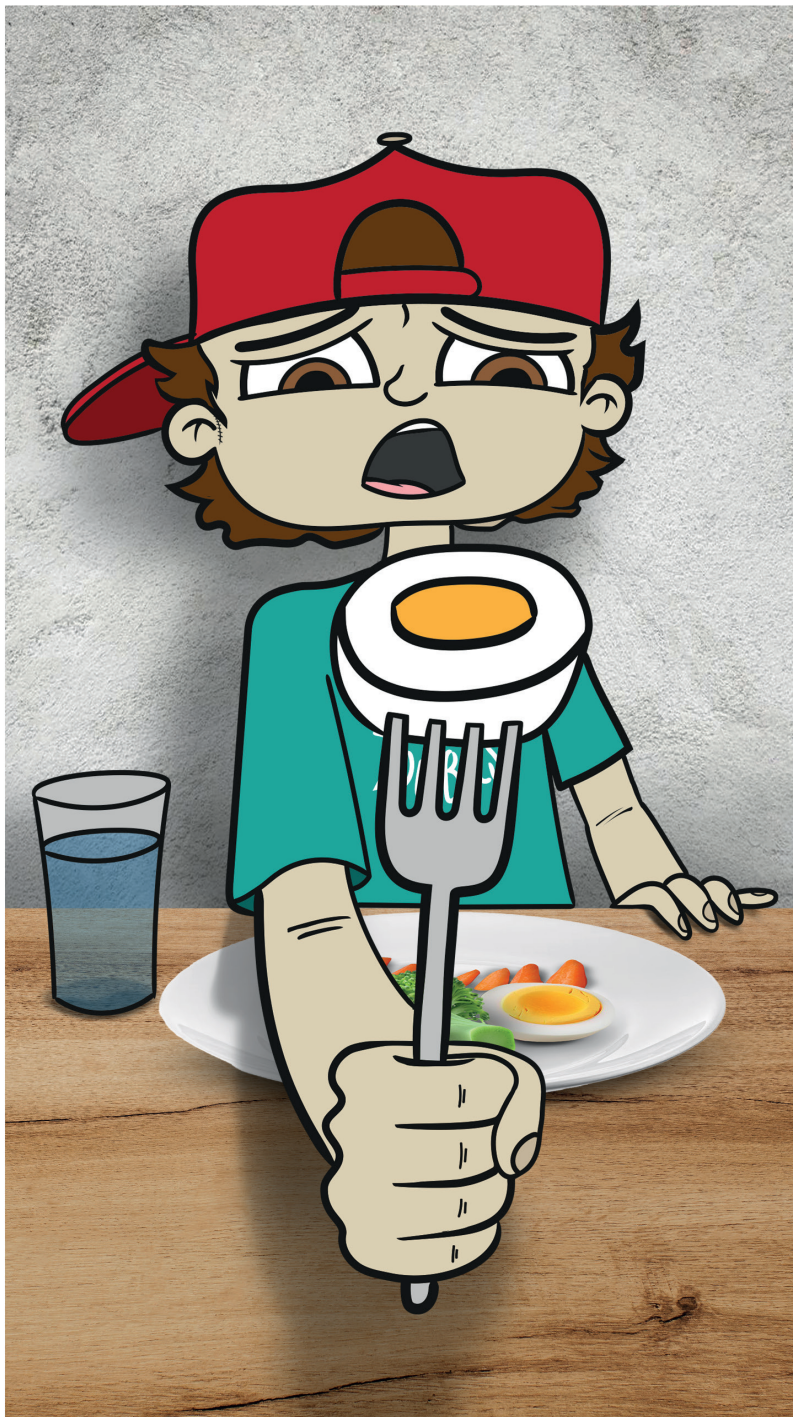


Felipe miró su plato con recelo; el huevo duro parecía observarlo, el brócoli y las zanahorias formaban una extraña cara de dimensiones que parecían estar diciéndole algo. Últimamente, las noticias hablaban de una bacteria misteriosa en la comida que convertía a las personas en algo parecido a muertos en vida.



Nadie sabía qué alimentos estaban infectados. Ni el color, ni el olor, ni el sabor daban pistas. Sólo después de dos días, las personas empezaban a sentirse raras y cambiaban. A la mamá de Felipe le había pasado después de comer unas papas fritas que su papá compró en un puesto callejero. Ahora, ella estaba en el estadio municipal, dando vueltas, junto con otras personas “cambiadas”, bajo la mirada atenta de los doctores.





A pesar del miedo, el hambre de Felipe era más fuerte. Se comió los vegetales y la mitad del huevo, con la esperanza de que tragar menos lo protegiera. Pero sabía que no era así. La bacteria era muy poderosa y una pequeña cantidad era capaz de hacer el mismo daño que engullir un tremendo volumen de alimentos.





La vida seguía, pero con un toque de misterio. Los niños y niñas iban al colegio, los turistas paseaban y los autos circulaban por las calles. En el recreo, Felipe se reunió con su grupo de amigos, liderado por Damián, el chico más popular de la escuela. Él era valiente y seguro de sí mismo, todo lo opuesto a Felipe, que siempre escondía una pequeña cicatriz en la oreja que acarrearaba desde su infancia y lo hacía sentir diferente.

En las noticias, expertos discutían qué alimentos eran los más peligrosos. ¿La carne o los vegetales? Todos coincidían en que lo mejor era evitar la comida de lugares desconocidos, de los establecimientos no autorizados o que no estuvieran reconocidos por las autoridades sanitarias.

...EL PROBLEMA
SON LAS CARNES
SIN REFRIGERAR...

...ES CULPA DE LOS
PLAGUICIDAS
NO AUTORIZADOS...



También hablaban de los famosos que se habían convertido en zombis, ¡Hasta crearon un reality show de zombis famosos con futbolistas y modelos de la televisión!



Un día, el grupo de Damián decidió ir al bosque a buscar zombis para molestarlos. Los zombis eran lentos y torpes, así que no representaban un peligro y menos una amenaza para ellos. Se burlaron y salieron arrancando.





Al salir del lugar, el olor a fritanga de un puesto callejero los atrajo. El dueño aseguró que toda su comida era fresca y deliciosa. Damián, con su actitud de líder despreocupado, dijo que invitaba, y todos comieron.

Noooooooo



O!!!...

Al día siguiente, Felipe se sintió muy mal. Tenía fiebre, le dolía la cabeza y sentía mucha hambre, pero no de cualquier comida, ¡quería carne cruda! Entonces lo supo, se estaba convirtiendo en un zombi. Si tenía suerte le tocaría caminar en el mismo gimnasio en el que estaba su mamá. Después de eso no pudo acordarse de nada.

Lo último que se le pasó por la cabeza fue la comida chatarra que le regalaron en la calle. Por más que le advirtieron que no comiera, ya no había vuelta atrás. Su vida estaba marcada como zombi y nunca más volvería a ser la misma. Antes de perder la consciencia, Felipe se sintió arrepentido.

-FIN-



Preguntas

1 ¿Qué recomendaban los expertos para evitar la bacteria misteriosa en los alimentos?

2 ¿Qué le ocurrió a la mamá de Felipe después de comer papas fritas de un puesto callejero?

3 ¿Qué alimentos discutían los expertos como los más peligrosos?

4 ¿Qué hizo Felipe para intentar protegerse de la bacteria al comer su plato?

5 ¿Qué tipo de lugares son más seguros para comprar o consumir alimentos, según lo que aprendiste del cuento?

UNAS
PREGUNTAS
PARA EL
MATINAL

¿ESTÁS VIVA,
MUERTA O...
SEMI MUERTA?

¿SU SERIE
FAVORITA ES
WALKING DEAD?

¿EXISTEN
LAS ZOMBIES
VEGANAS?



6 ¿Qué sintió Felipe al día siguiente de comer en el puesto callejero?

7 ¿Qué aprendió Felipe antes de convertirse en zombi?

8 ¿Cómo podríamos saber si un lugar cumple con las normas de higiene para vender alimentos?

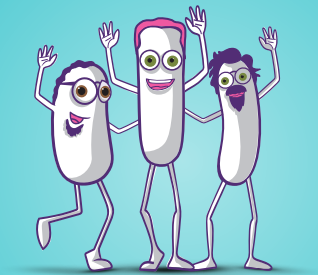
9 ¿Qué podría pasar si comes alimentos que ofrecen en la calle?

10 ¿Qué recomendaciones darías a tus amigos si ellos quisieran comer algo en la calle, como lo hizo Damián?

Cuentos DE INOQUIEDAD

- PARA COMER SIN MIEDO -

LA DESPEDIDA DEL MAGO SOTO
LA SORPRESA DE PEDRO
EL MISTERIO DE LA COMIDA ZOMBI



ÁREA COMUNICACIÓN DE RIESGOS ALIMENTARIOS - ACHIPIA 2025