

PASTORAL STAFF / EQUIPO PASTORAL

Rector / Rector
Father Stephen W. Bierschenk
sbierschenk@cathedralguadalupe.org 469-329-6224

Parochial Vicar / Vicario
Father Oscar Mora
omora@cathedralguadalupe.org 469-329-6230

In-Residence / En-residencia
Father Louis Chijioke
ljchijioke@cathedralguadalupe.org 214-871-1362

Permanent Deacon / Diáconos
Deacon Roberto Álvarez
ralvarez@cathedralguadalupe.org 214-871-1362

Deacon Benito Garcia
Not available by Email 214-254-8975

Deacon Hector Rodriguez
hrodriguez@cathedralguadalupe.org 214-871-1362

Deacon Charlie Stump
cstump@cathdal.org 214-379-2883

Deacon Chris Volkmer
cvolkmer@cathedralguadalupe.org 214-871-1362

FAMILY LIFE / MINISTERIO DE LA VIDA FAMILIAR

Baptisms / Bautizos
Parish Office / Oficina Principal
srodriguez@cathedralguadalupe.org 214-871-1362

Quinceañeras & Sacramental Records
Quinceañeras y Registros Sacramentales
Modesta Faz
mfaz@cathedralguadaupe.org 469-.329-6222

Director of Marriage Ministry
Directora de Ministerio de Matrimonios
Juanita L. Gonzales
jgonzales@cathedralguadalupe.org 469-329-6239

Quinceañera & Wedding Rehearsal Coordinator
Coordinadora de ensayo de Quinceañeras y Bodas
Maria del Rosario Ruiz
cruiz@cathedralguadaupe.org 214-871-1362

Funerals / Funerales
Juanita L. Gonzales
jgonzales@cathedralguadalupe.org 469-329-6239

**COMMUNITY OUTREACH /
DIVULGACION COMUNITARIA**

Saint Vincent de Paul / San Vicente de Paul
svdpcathedralguadalupe@gmail.com
214-628-0405 English / 214-628-3484 español

RELIGIOUS EDUCATION / EDUCACIÓN RELIGIOSA

Director of Religious Education
Directora de Educación Religiosa
Imelda Ramirez
iramirez@cathedralguadalupe.org 469-329-6223

Religious Education Administrative Assistant
Asistente Administrativa de Educación Religiosa
Olga Madera
omadera@cathedralguadalupe.org 469-329-6227

RCIA Coordinator
Coordinador de RICA
Alex Adams
Rcia-rica@cathedralguadalupe.org 469-329-6225

Parish Faith Formation
Formación de Fe Parroquial
Omar Enrique Garcia
Espigayvid17@icloud.com 469-329-6225

**ADMINISTRATIVE STAFF
PERSONAL ADMINISTRATIVO**

Director of Business Administration
Directora de Administración
Sandra Cortinas
scortinas@cathedralguadaupe.org 469-329-6252

Director of Front Office Operations
Directora de Operaciones de Oficina Principal
Sharon Rodriguez
srodriguez@cathedralguadalupe.org 469-329-6221

Parish Office Manager
Gerente de Oficina Parroquial
Modesta Faz
mfaz@cathedralguadalupe.org 469-329-6222

Director of Safe Environment
Directora de Ambiente Seguro
Silvia Sanchez
ssanchez@cathedralguadalupe.org 469-329-6238

MUSIC MINISTRY / MINISTERIO DE MUSICA

Music Department Coordinator / Webmaster
Coordinador del Departamento de Música / Sitio Web
Juan Medrano
jmedrano@cathedralgadalupe.org 469-329-6261

Director of Children's Choirs
Directora de Coros de Niños
Carol Anne Taylor
ctaylor@cathedralguadalupe.org 469-329-6228

Director of Spanish Choirs
Director de Coros Hispanos
Cesar Anguiano
canguiano@cathedralguadalupe.org 469-329-6261

Cathedral Organist
Organista de Catedral
Chris Johnson
cjohnson@cathedralguadalupe.org 469-329-6261



From the Rector

Douglas V. Steer, tells a story that comes out of Maine. A young blacksmith in a small town fell in love with a local girl who was very tall, but he was so short in stature that he was too bashful to tell her. One day she came into the smithy to get a tea kettle that he had fixed for her and she thanked him so nicely that he suddenly found courage to ask her to marry him. She consented, and he got up on the anvil and put his arms around her and sealed it with a kiss. Then they took a walk out through the fields together and after some time he asked her for another kiss. When she refused, he said, "Well, if you are going to be like that, I'm not going to carry this anvil any longer."

In today's gospel passage, the twelve apostles are being sent out on a very daunting assignment. They are being sent out in pairs to share with people the message of hope and spiritual healing that Jesus had given. They are to invite their listeners to change the things in their life that would be an obstacle to their relationship with God. None of them were the type of persuasive public speaker that Jesus was. None of them had the spiritual powers of Jesus. Yet, off they went.

As they took on this important task of representing Jesus himself, they were given peculiar instructions. They were not to take along any food, no luggage was allowed, there was to be no money in their belt. They were to be entirely dependent on the kindness of others. Wherever they happened to be, that was where God intended them to stay.

The point of it all was that Jesus wanted them to understand that their success did not depend on their talents or any paraphernalia they might bring. Jesus shared with them his power to change hearts and help people in their need. His blessings would be given, and his work accomplished. If they began thinking that the kingdom depended on their cleverness, or their power of persuasion, or their resources, these things would become a burden they carried. They would lose sight of the fact that everything came from Jesus. But, as they let the power of Jesus work through them, their efforts had remarkable results.

It is so often the same with us. There are those times when everything seems so uncertain. We cannot find a job. We cannot get our child to listen to our advice. We do not feel as close to a loved one as we use to be. What are we going to do? We carry around the weight of our fear of what is to come. Yet we look back and realize that God has helped us through other dark moments and helped us to be strong when things seemed impossible. And he is still with us today. Everything depends on him.

Sometimes we face a terrible decision. Someone we love has hurt us deeply, or someone we love has been harmed by another. We know that things cannot stay as they are. We believe the Lord asks us to be willing to forgive. But we are carrying some heavy burdens – anger, pride, resentment. We cannot just simply say everything is back to normal and move on. But, the one who hung on the cross was so filled with love he prayed that those who placed him there not be held responsible. And our love for him gives us a power we did not know we possessed. We can decide to put aside our natural demand for justice and choose to put the offense aside and pray for peace in our heart. Jesus gives us the power to forgive as he did.

We always want to think that everything depends on us. If we work hard, we can have everything we want. We expect everyone who meets us to love us and want what is best for us. We know the future is uncertain, but we plan for it to be filled with happiness and goodness. Perhaps the biggest burden we carry about is believing that everything is in our power. But, of course, the lesson Jesus gives his apostles still applies to us. Everything is in the hands of God. And the wonderful thing to remember is that he loves us completely. Everything will be OK.

-Fr. Stephen Bierschenk

Intention of Pope Francis for the Month of July

Universal Intention:

That priests, who experience fatigue and loneliness in their pastoral work, may find help and comfort in their intimacy with the Lord and in their friendship with their brother priests.



STEWARDSHIP REPORT June 24, 2018

Collection \$17,245.00

*Thank you for your
generosity!*



*Everything
is in the
hands of God.
Everything
will be OK.*



Un Mensaje del Rector

Douglas V. Steer, cuenta una historia que sale de Maine. Un joven herrero de un pequeño pueblo se enamoró de una muchacha local que era muy alta, pero era tan bajo de estatura que era demasiado tímido para contárselo. Un día ella entró en la herrería para conseguir una tetera que él había arreglado para ella y ella le agradeció tan bien que de repente encontró valor para pedirle que se casara con él. Ella consintió y él se levantó del yunque, la abrazó y la selló con un beso. Luego salieron a caminar juntos por los campos y después de un tiempo él le pidió otro beso. Cuando ella se negó, él dijo: "Bueno, si vas a ser así, no voy a llevar este yunque por más tiempo".

En el pasaje del evangelio de hoy, los doce apóstoles están siendo enviados a una asignación muy desalentadora. Los están enviando en parejas para compartir con las personas el mensaje de esperanza y sanidad espiritual que Jesús les había dado. Tenían los apóstoles que invitar a sus oyentes a cambiar sus vidas, dejando a un lado los obstáculos que tuvieran en su relación con Dios. Ninguno de ellos era el tipo de orador público persuasivo que era Jesús. Ninguno de ellos tenía los poderes espirituales de Jesús. Sin embargo, se fueron.

Al asumir esta importante tarea de representar al propio Jesús, recibieron instrucciones peculiares. No deberían llevar ni comida, ni equipaje, ni dinero. Debían depender por completo de la bondad de los demás. Dondequiera que estuvieran, allí era donde Dios quería que se quedaran. El objetivo de todo esto era que Jesús quería que entendieran que su éxito no dependía de sus talentos, ni de la parafernalia que pudieran traer. Jesús compartió con ellos su poder para cambiar los corazones y ayudar a las personas en su necesidad. Sus bendiciones serían dadas y su trabajo realizado. Si comenzaran a pensar que el reino dependía de su astucia, o su poder de persuasión, o sus recursos, estas cosas se convertirían en una carga. Perderían de vista el hecho de que todo venía de Jesús. Pero, a medida que dejaron que el poder de Jesús funcionara a través de ellos, sus esfuerzos tuvieron resultados notables.

A menudo sucede lo mismo en nosotros. Tenemos momentos en que todo parece tan incierto. No podemos encontrar un trabajo.

No podemos hacer que nuestro hijo escuche nuestros consejos. No nos sentimos tan cerca de un ser querido como lo solíamos ser. ¿Qué vamos a hacer? Llevamos todo el peso de nuestro miedo a lo que está por venir. Sin embargo, miramos hacia atrás y nos damos cuenta de que Dios nos ha ayudado en otros momentos oscuros y nos ha ayudado a ser fuertes cuando las cosas parecían imposibles. Y Él todavía está con nosotros hoy. Todo depende de Él.

A veces enfrentamos una decisión terrible. Alguien a quien amamos nos hirió profundamente, o alguien que amamos ha sido lastimado por otro. Sabemos que las cosas no pueden permanecer como están. Creemos que el Señor nos pide que estemos dispuestos a perdonar. Pero llevamos algunas cargas pesadas: ira, orgullo, resentimiento. No podemos simplemente decir que todo ha vuelto a la normalidad y seguir adelante. Pero, el que colgó en la cruz estaba tan lleno de amor que oró para que los que lo colocaron allí no fueran considerados responsables. Y nuestro amor por Él nos da un poder que no sabíamos que lo teníamos. Podemos decidir dejar a un lado nuestra demanda natural de justicia y optar por poner nuestra ofensa a un lado y a cambio orar por la paz en nuestro corazón. Jesús nos da el poder de perdonar como Él lo hizo.

Siempre queremos pensar que todo depende de nosotros, que, si trabajamos duro, podemos tener todo lo que queremos. Esperamos que todos nos amen y que piensen y quieran lo mejor para nosotros. Sabemos que el futuro es incierto, pero lo planeamos para que esté lleno de felicidad y cosas buenas. Tal vez, la carga más grande que cargamos es creer que todo está bajo nuestro poder y control, que todo depende de nosotros. Pero, por supuesto, la lección que Jesús da a sus apóstoles hoy se aplica a nosotros. Todo está en las manos de Dios. Y lo maravilloso es recordar que Él nos ama completamente. Así todo estará bien.

- P. Stephen W. Bierschenk

Intención del
Papa Francisco
para
el mes de julio

Intención

Universal:

Que los sacerdotes, que sienten la fatiga y la soledad en su trabajo pastoral, encuentren ayuda y consuelo en su intimidad con el Señor y en su amistad con sus hermanos sacerdotes.



Reporte de Corresponsabilidad 24 de junio 2018

Colecta \$17,245.00

*¡Gracias por su
generosidad!*



*Todo está en
las manos de
Dios.
Así todo
estará bien.*



INTENCIONES DE
LA MISA

sábado, 14 de julio 2018

7:00 pm †Felipe Miranda

domingo, 15 de julio 2018

7:00 am †Javier y †Esther Zamudio

10:30 am Guadalupanas

2:00 pm †Jaime Ramirez Vega

4:00 pm Esmeralda Castro

lunes, 16 de julio 2018

7:00 pm †Ramon Denis

martes, 17 de julio 2018

7:00 pm †Gustavo Negroe

Miércoles, 18 de julio 2018

7:00 pm †Demetrio Duarte

jueves, 19 de julio 2018

7:00 pm Juan Daniel Rodriguez

viernes, 20 de julio 2018

7:00 pm †George Albert Castillo



MASS
INTENTIONS

Saturday, July 14, 2018

5:00 pm †Hilaria Garza

Sunday, July 15, 2018

9:00 am †Martin Madrigal Gonzales &
†Anacleto Madrigal

12:30 pm Familia Los Santos Carvalho

Monday, July 16, 2018

12:00 pm †Pedro Robinett & †Doris Chavez

Tuesday, July 17, 2018

12:00 pm Montano Family

Wednesday, July 18, 2018

12:00 pm Sajitha Akasala

Thursday, July 19, 2018

12:00 pm †Demetrio Duarte

Friday, July 20, 2018

12:00 pm Jordan Akasala

WE NEED YOUR TREASURES!

¡NECESITAMOS SUS TESOROS!



Our annual Cathedral Rummage Sale will take place the weekend of July 28th and 29th. **We ask for donations of clean, gently used items that can be dropped off from 9:00am – 8:00pm.** There will be collection bin at the Crockett Street entrance for all donations. For more information please contact Sandra Cortinas at 469-329-6252. Thank you for your support.

*Tendremos nuestro tianguis anual en Catedral el 28 y 29 de julio. **Se a recibirán donaciones de 9:00am – 8:00pm.** Habrá una caja para sus donaciones en las puertas de la entrada por la calle Crockett. Para más información favor de comunicarse con Sandra Cortinas as 469-329-6252. Muchísimas gracias por su apoyo.*



La Red de Radio Guadalupe 850AM te

invita a su 2do Encuentro de Sanación y Liberación
"No temas, ¿No estoy yo aquí que soy tu Madre?"

- 11 de Agosto solo para Mujeres y
- 12 de Agosto solo para Hombres

En el Centro de Convenciones de Mesquite
Nos acompañaran el Padre Jonathan Funes, el Doctor Rodrigo Escallón, y el Predicador Roberto Ramírez, en la alabanza el Ministerio Alas.

Para Más Información al **214-653-1515**



*El grupo de jóvenes les
invita a todos los jóvenes
de 18 a 32 años
a vivir el retiro*

“Ven a mi...”

¡Ven a convivir con otros jóvenes y
retirarte un fin de semana a
disfrutar de la naturaleza y
aprender más sobre ti fe!

*Estaremos a la salida de catedral
para más información.*



St Vincent de Paul would like to thank everyone's participation in our recent raffle event held during Father's Day. We were able to raise close to \$2,000.00 dollars that has already been instrumental in assisting those in need. Here's are a few of the winner's names who were the benefactors of those gift cards.

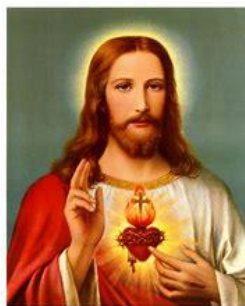
La Sociedad de San Vicente de Pablo les da las gracias a todos que participaron en su rifa que se llevó a cabo el Día del Padre. Lograron recaudar \$2,000.00 que ya fueron instrumentales en ayudando a la gente en necesidad. Los siguientes son algunos de los ganadores de la rifa.

Frances Agueado	Miguel Hutero	Gilbert Camberos
Mary Drndak	Oscar Rodriguez	Francisco Posado
Ruben Arcos	Gus Larumbe	Stephen Swain
Martha Corral	Madison Banda	Pedro Rodriguez
Arthur Rodriguez	Gerardo Lopez	Peggy Owen
Ruth Sales	Jan Bodnar	Ricardo Carrillo
Maria Loera	Natalia Rodriguez	Rudy Avavac
Mauro Balderas		

A special thank you to Julianna Stutzman and D. Portner for regifting their winning "Brookshires" and "Fiesta" gift cards to assist those we serve in providing foods. *Muchas gracias especialmente a Julianna Stutzman y D. Portner por da la tarjeta que ganaron a la sociedad para poder ayudar a la gente en necesidad.*

Thank You! Father Bierschenk and everyone for your continued support and all You Do for Us! *Muchas gracias a P. Bierschenk y a todos por su apoyo y por todo los que han hecho por nuestra sociedad.*

Sponsor of the week:
Clavary Hill.....



Devoción del Primer viernes, de cada mes Catedral Santuario de Guadalupe

Adoración al Santísimo te invita A participar en la Hora Santa, en honor la Sagrado Corazón de Jesús **primer viernes de cada mes.**

Te invitamos a disfrutar de la Misa de 7:00 p.m. e inmediatamente después a vivir un encuentro con Jesús Sacramentado.

Toda la familia está invitada.

NEVER leave a child alone in a car – even for a minute!



More than twenty children have died this year already.

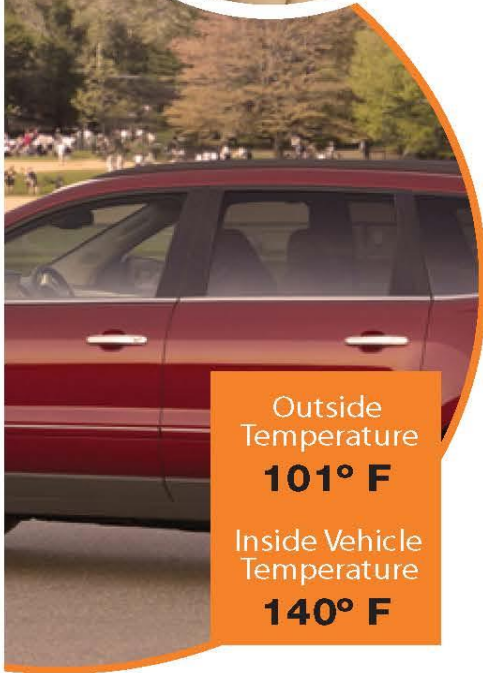
- Dial 911 immediately if you see an unattended child in a car. EMS professionals are trained to determine if a child is in trouble.
- Never leave a child unattended in a vehicle, even with the window slightly open.

Believe it or not, routines and distractions have caused people to mistakenly leave children behind in cars.

- Place a cell phone, PDA, purse, briefcase, gym bag or whatever is to be carried from the car on the floor in front of a child in a backseat. This triggers adults to see children when they open the rear door and reach for their belongings.
- Set your cell phone or Blackberry reminder to be sure you dropped your child off at day care.
- Set your computer calendar program, such as Outlook, to ask, "Did you drop off at daycare today?"
- Have a plan that if your child is late for daycare that you will be called within a few minutes. Be especially careful if you change your routine for dropping off little kids at day care.

Prevent trunk entrapment.

- Teach children not to play in any vehicle.
- Lock all vehicle doors and trunk after everyone has exited the vehicle – especially at home. Keep keys out of children's reach. Cars are not playgrounds or babysitters.
- Check vehicles and trunks FIRST if a child goes missing.



Outside
Temperature
101° F

Inside Vehicle
Temperature
140° F



www.safekids.org

Bulletin:

Please send your bulletin or pulpit announcements to Juanita Gonzales at jgonzales@cathedralguadalupe.org

¡NUNCA deje niños solos en un carro — ni por un minuto!



Más de veinte niños han muerto este año.

- Llame al 9-1-1 inmediatamente si ve un niño desatendido dentro de un carro. Los profesionales de servicios médicos de emergencia (EMS) están entrenados para determinar si el niño está en peligro.
- Nunca deje un niño desatendido dentro de un vehículo — aún cuando la ventana esté un poco abierta.

Créalo o no, las distracciones y rutinas regulares han sido la razón por lo cual inadvertidamente, las personas se olvidan bajar a sus niños del carro.

- Coloque algo que tenga que llevar consigo — como un teléfono celular, PDA, la cartera, o mochila de gimnasio — en el piso del carro, directamente enfrente de donde esté sentado el niño. Es una manera de tener que abrir la puerta del asiento trasero para bajar sus pertenencias y al mismo tiempo ver si hay niños pasajeros.
- Programe un mensaje en su teléfono celular o Blackberry para recordar si ya dejó al niño en la guardería.
- Programe su calendario de computadora, como Outlook, con alguna pregunta recordatorio como — ¿Dejó al niño en la guardería?
- Fida que la guardería le llame dentro de unos minutos si su niño no llegó a tiempo. Comunique con la guardería cualquier cambio de horario para dejar a los niños.

Evite un atrapamiento en la cajuela/baúl del carro.

- Enseñe a sus niños que nunca deben jugar dentro de un carro.
- Cierre todas las puertas y la cajuela/baúl de un carro desocupado con llave — especialmente cuando el carro está estacionado en casa. Asegure que las llaves están fuera del alcance de los niños. Nunca deje a sus niños solos ni permita que jueguen dentro del carro.
- Cuando un niño desaparece, siempre vea PRIMERO si está en la cajuela/baúl de algún vehículo.

Temperatura
Afuera
101° F

Temperatura
Dentro
del Vehículo
140° F



www.safekids.org

Boletín:

Favor de mandar anuncios de boletín o púlpito a Juanita Gonzales a jgonzales@cathedralguadalupe.org

SCHOOL IS FINALLY OUT!

Now Let's Kick Off a Safe and Fun Summer



Follow These General Water Safety Tips for a Fun and Injury-Free Summer

LEARN TO SWIM The Dallas Park and Recreation Department has lessons for people of all ages and abilities at each of its 21 community pool locations. Go to www.dallasaquatics.org for more information or to enroll.

- ▶ **Don't swim alone.** Keep an eye on your child at all times. Remember, kids can drown in seconds and in silence. Swim in areas supervised by a lifeguard.
- ▶ **Obey posted rules.** Read and obey all posted signs and follow the rules and directions given by lifeguards.
- ▶ **Always be aware.** Be knowledgeable of the water environment you are in and its potential hazards.
- ▶ **Enter safely.** Use a feet first entry when entering the water. Do not dive in shallow water.
- ▶ **Take precautions.** Children and inexperienced swimmers should wear a proper U.S. Coast Guard approved personal flotation device.
- ▶ **Avoid alcohol.** Do not mix alcohol or any other drugs with swimming, diving or boating.
- ▶ **Protect yourself.** Use sunscreen with at least SPF 30 and both UVA and UVB protection and be sure to re-apply after swimming. Even a few serious sunburns can increase the risk of getting skin cancer.

Follow These Center for Disease Control Guidelines to Protect Yourself & Your Family Against Recreational Water Illnesses

What is the first thing that pops into your head when you think about water safety? Drowning? Lightning? Slipping? All are important safety issues. But you should know that people often become sick from germs found in contaminated recreational water.

What are Recreational Water Illnesses (RWIs)?

RWIs are the various illnesses caused by germs that can contaminate water in pools, lakes and the ocean. The most common RWI is diarrhea, caused by germs like *Cryptosporidium*, *Giardia*, *Shigella*, and *E. coli* O157:H7.

How is Diarrhea Spread?

Pool water is shared by every swimmer. A person with diarrhea can easily contaminate the pool with fecal matter. Diarrhea is then spread when swimmers swallow this contaminated pool water.

Does Chlorine Protect Against RWIs?

Yes, germs causing RWIs are killed by chlorine, but it doesn't work right away. Some germs, like "Crypto", can live in pools for days. Without your help, even the best-maintained pools can spread illness.

General Hygiene Guidelines for all Swimmers

- ▶ Please do not swim when you have diarrhea. You can spread germs in the water and make other people sick.
- ▶ Please do not swallow the pool water. In fact, avoid getting water in your mouth.
- ▶ Please practice good hygiene. Take a shower before swimming and wash your hands after using the toilet or changing diapers. Germs on your body end up in the water.

Special Guidelines for Parents of Young Kids

- ▶ Please take your kids on bathroom breaks or check diapers often. Waiting to hear "I have to go" may mean it's too late.
- ▶ Please change diapers in a bathroom and not at poolside. Germs can spread to surfaces and objects in and around the pool and spread illness.
- ▶ Please wash your child thoroughly (especially the rear end) with soap and water before allowing them to swim to minimize fecal matter being transferred to the pool.

¡POR FIN EL AÑO ESCOLAR HA FINALIZADO!

Pasemos un verano divertido y seguro



Siga estos consejos generales sobre seguridad en el agua para disfrutar de un verano divertido y sin incidentes

APRENDA A NADAR El Dallas Park and Recreation Department ofrece clases para personas de todas las edades y capacidades en cada una de sus 21 piscinas comunitarias. Consulte www.dallasaquatics.org si desea más información o si quiere inscribirse.

- ▶ No nade solo. Vigile siempre a sus hijos. Recuerde, los niños se pueden ahogar en unos segundos y en silencio. Nade en áreas supervisadas por un salvavidas.
- ▶ Obedezca los reglamentos. Lea y obedezca todos los reglamentos que aparecen en los carteles y siga las normas e instrucciones que le den los salvavidas.
- ▶ Esté siempre atento. Conozca el entorno acuático en el que está y sus riesgos potenciales.
- ▶ Entre en el agua con precaución. Utilice primero los pies cuando entre en el agua. No se zambulla en aguas poco profundas.
- ▶ Tome precauciones. Los niños y los nadadores poco experimentados deberían llevar puesto un dispositivo de flotación personal adecuado aprobado por la Guardia Costera de los Estados Unidos.
- ▶ Evite el alcohol. No tome licor (alcohol) ni ningún otro fármaco cuando vaya a nadar, zambullirse o salir a navegar.
- ▶ Protéjase. Utilice un protector solar de por lo menos SPF 30 y protección tanto UVA como UVB y asegúrese de volver a aplicarse el protector después de estar en el agua. Unas pocas quemaduras graves pueden incrementar su riesgo de sufrir cáncer de piel.

Siga estas pautas del Centro de Control de Enfermedades para protegerse a usted y a su familia de las enfermedades contraídas en aguas recreativas

¿Qué es lo primero que le viene a la cabeza cuando piensa en seguridad en el agua? ¿Ahogarse? ¿Un rayo? ¿Resbalarse? Todos ellos son asuntos de seguridad de gran relevancia. Pero debería saber que las personas a menudo enferman como consecuencia de los gérmenes que se encuentran en aguas recreativas contaminadas.

¿Qué son las Enfermedades de Aguas Recreativas (RWI)?

Las RWI son las diversas enfermedades causadas por gérmenes que pueden contaminar el agua en piscinas, lagos y el océano. La RWI más común es la diarrea, causada por gérmenes como *Cryptosporidium*, *Giardia*, *Shigella*, and *E. coli* O157:H7.

¿Cómo se transmite la diarrea?

Todos los nadadores comparten el agua de la piscina. Una persona con diarrea puede contaminar fácilmente la piscina con sustancias fecales. Por lo que la diarrea se transmite cuando los nadadores tragan esta agua contaminada.

¿Protege el cloro de las RWI?

Sí, el cloro mata los gérmenes que causan las RWI, pero no siempre funciona correctamente. Algunos gérmenes, como "Crypto" puede vivir en piscinas durante días. Sin su ayuda, incluso las piscinas mejor cuidadas pueden ser fuente de transmisión de enfermedades.

Normas generales de higiene para todos los nadadores

- ▶ No nade si tiene diarrea. Puede propagar los gérmenes en el agua y contagiar a otras personas.
- ▶ No trague el agua de la piscina. De hecho, trate de evitar incluso que el agua le entre en la boca.
- ▶ Mantenga buenos hábitos higiénicos. Tome una ducha antes de entrar al agua y lávese las manos después de ir al servicio o de cambiar pañales. Los gérmenes de su cuerpo acaban en el agua.

Normas especiales para padres de niños pequeños

- ▶ Lleve a los niños al servicio cada cierto tiempo o revise el pañal con frecuencia. Si espera hasta escuchar "quiero ir al baño," quizá sea demasiado tarde.
- ▶ Cambie los pañales en un cuarto de baño y no junto a la piscina. Los gérmenes pueden pasar a las superficies y objetos situados en y junto a la piscina y propagar enfermedades.
- ▶ Lave bien al niño (especialmente en las nalgas) con agua y jabón antes de permitirle entrar en el agua para minimizar el paso de sustancias fecales a la piscina.