

## MANAGING LIFE SKILLS GLOSSARY

### #

**401(k)** A specific type of retirement plan offered by many companies. (p. 271)

### A

**abstinence** A deliberate decision to avoid high-risk behaviors, including sexual activity and the use of tobacco, alcohol, and other drugs. (p. 11)

**abuse** When a person threatens the physical or mental health of another. (p. 386)

**accommodate** Help. (p. 554)

**accountability** The willingness to accept the consequences of your actions and words. (p. 46)

**accountable** Responsible. (p. 14)

**accumulate** Collect or gather. (p. 757)

**acid rain** The environmentally damaging and physically harmful rain that results from the combination of fossil fuel emissions and water in the atmosphere. (p. 761)

**active listening** Concentrating on what is said so you understand and remember it. (p. 72)

**active** Play physical activities that use large motor skills. (p. 486)

**adapt** Change to fit. (p. 131)

**adequate** Enough or sufficient. (p. 528)

**adoption** A legal process by which people acquire the rights and responsibilities of parenthood for children who are not biologically their own. (p. 508)

**adrenaline** A stress hormone that increases the heartbeat and breathing rate. (p. 530)

**advance** Ahead of time. (p. 619)

**aerobic activities** Continuous, rhythmic activities that help improve heart, lung, and muscle function. (p. 521)

**age appropriate** Suitable for the age and developmental needs of a child. (p. 477)

**aggressive** Forceful and pushy. (p. 72, 108)

**alcoholism** A physical and mental dependence on alcohol. (p. 386)

**alert** Warn or make aware. (p. 398)

**allergen** A protein substance in food that triggers an allergic reaction. (p. 573)

**alter** Change. (p. 679)

## GLOSARIO DE MANEJAR HABILIDADES DE VIDA

### #

**401(k)** Un tipo específico de pensión para jubilados que varias compañías ofrecen. (p. 271)

### A

**abstinencia** Decisión deliberada de evitar comportamientos de alto riesgo, como la actividad sexual y el consumo del tabaco, el alcohol y otras drogas. (p. 11)

**abuso (maltrato)** Cuando una persona amenaza la salud física o mental de otra. (p. 386)

**acomodar (complacer)** Ayudar. (p. 554)

**responsabilidad** Estar dispuesto a aceptar las consecuencias de sus propias acciones o palabras. (p. 46)

**responsable** Aceptar responsabilidad (p. 14)

**acumular** Recolectar o recoger. (p. 757)

**lluvia ácida** Lluvia nociva y perjudicial para el medio ambiente que resulta de la combinación de emisiones de combustibles fósiles y agua en la atmósfera. (p. 761)

**escuchar activamente** Concentrarse en lo que se dice para entenderlo y recordarlo. (p. 72)

**activo/a** Hacer actividades físicas que involucran habilidades motoras gruesas. (p. 486)

**adaptar** Cambiar para ajustarse. (p. 131)

**adecuado** Suficiente o bastante. (p. 528)

**adopción** Proceso legal por medio del cual las personas adquieren el derecho y las responsabilidades de ser padres de niños que no son biológicamente suyos. (p. 508)

**adrenalina** Una hormona de estrés que incrementa los ritmos cardíacos y respiratorios. (p. 530)

**avance** Antes de tiempo. (p. 619)

**actividades aeróbicas** Actividades continuas y rítmicas que ayudan a mejorar las funciones del corazón, los pulmones y los músculos. (p. 521)

**apropiado para la edad** Que es adecuado para la edad y las necesidades de desarrollo de un niño. (p. 477)

**agresivo** Que usa la fuerza y es prepotente. (p. 72, 108)

**alcoholismo** Dependencia física y mental al alcohol. (p. 386)

**alertar** Advertir o poner sobre aviso. (p. 398)

**alérgeno** Una sustancia proteica que se encuentra en la comida y que puede producir una reacción alérgica. (p. 573)

**modificar** Cambiar. (p. 679)

**alternate** Backup or alternative. (p. 448)  
**alternative** Another option. (p. 90)  
**annual percentage rate (APR)** The annual rate of interest that a company charges you for using credit. (p. 277)

**annulment** Invalidation of a marriage. (p. 423)

**anonymous** Unidentified. (p. 631)

**anorexia nervosa** An extreme urge to lose weight by starving oneself. (p. 524)

**apparent** Clear or obvious. (p. 8)

**application form** A form used to list personal information, such as your address, phone number, and Social Security number. (p. 320)

**apprenticeship** A training program that combines classroom instruction with on-the-job learning. (p. 296)

**aptitude** A natural talent or potential for learning a skill. (p. 299)

**aspect** Part. (p. 172)

**assertive** Expressing your ideas and opinions firmly and with confidence. (p. 72)

**asset** Advantage or resource. (p. 618)

**assume** Take on or undertake. (p. 530)

**attention span** The length of time a person can concentrate on a task without getting distracted. (p. 487)

## B

**bare** Minimum or without extra. (p. 585)

**baste** Hold pieces of fabric together temporarily. (p. 675)

**binge eating** Compulsive overeating, often without being hungry. (p. 524)

**biodegradable** Formulated to break down easily in the environment. (p. 759)

**blend** Yarn made from two or more different fibers. (p. 659)

**bobbin** A small metal or plastic spool positioned beneath the needle on a sewing machine. (p. 673)

**body image** An individual's personal view of their own size and shape. (p. 522)

**body language** A person's posture, facial expressions, gestures, and way of moving. (p. 70)

**Body Mass Index (BMI)** A person's appropriate weight range determined by weight, height, and age. (p. 523)

**bonding** The act of forming emotional ties between parents and child. (p. 461)

**book value** The estimated value of a car of a

**suplente** De reserva o alternativa. (p. 448)

**alternativa** Otra opción. (p. 90)

**tasa de porcentaje anual (APR)** La tasa anual de interés que una compañía cobra por préstamos. (p. 277)

**anulación** Invalidation del matrimonio. (p. 423)

**anónimo** No identificado. (p. 631)

**anorexia nerviosa** Impulso extremo de dejar de comer para bajar de peso. (p. 524)

**aparente** Claro u obvio. (p. 8)

**solicitud** Un formulario que se usa para recopilar información personal como la dirección, el número telefónico y el número de seguro social. (p. 320)

**aprendizaje de un oficio** Un programa de capacitación que combina la instrucción en la clase con la práctica en el trabajo. (p. 296)

**aptitud** Talento natural o el potencial para aprender una destreza. (p. 299)

**aspecto** Parte. (p. 172)

**expresarse con confianza** Expresar sus ideas y opiniones con confianza y autoridad. (p. 72)

**ventaja** Mérito o recurso. (p. 618)

**asumir** Tomar o emprender. (p. 530)

**capacidad de atención** La longitud de tiempo en el que una persona se puede concentrar en una tarea sin distraerse. (p. 487)

## B

**esencial** Lo mínimo o sin algo extra. (p. 585)

**hilvanar** Pegar temporalmente pedazos de tela. (p. 675)

**atración** Comer compulsivamente y por lo general sin tener hambre. (p. 524)

**biodegradable** Formulado para deshacerse fácilmente en el medio ambiente. (p. 759)

**mezcla** Hilo hecho de dos o más fibras. (p. 659)

**bobina** Pequeño carrete de metal o plástico que se pone debajo de la aguja en una máquina de coser. (p. 673)

**imagen corporal** Imagen personal que un individuo tiene de su forma y tamaño. (p. 522)

**lenguaje corporal** Postura, expresiones faciales, gestos y forma de moverse de una persona. (p. 70)

**Índice de Masa Corporal (IMC)** Rango de peso apropiado que se determina por el peso, la altura y la edad de la persona. (p. 523)

**vinculación afectiva** El acto de formar lazos afectivos entre los padres y el hijo/a. (p. 461)

**valor contable** El valor aproximado de un coche

specific make, model, and year. (p. 725)

**boundaries** Límites. (p. 414)

**budget** A plan for spending and saving money. (p. 192)

**buffet service** A food service style in which bowls and platters of food are arranged on a serving table, with dinner plates at one end, and people serve themselves as they walk along the table. (p. 616)

**bulimia** Bouts of extreme and often secret overeating followed by attempts to get rid of the food eaten by using laxatives or vomiting. (p. 524)

**bully** An aggressive person who intimidates, abuses, or mistreats people. (p. 129)

### C

**campaign** A series of actions designed to bring about a specific result. (p. 245)

**capacity** Maximum amount possible or potential. (p. 45)

**carbohydrate** A nutrient that provides your body with energy. (p. 541)

**carbon monoxide detector** A device that sounds an alarm when a dangerous level of carbon monoxide is reached. (p. 744)

**cardiopulmonary resuscitation (CPR)** A first aid procedure that combines rescue breathing with chest compressions. (p. 480)

**career cluster** A large grouping of occupations that have certain characteristics in common. (p. 300)

**career ladder** A visualization of your chosen career path. (p. 303)

**career path** All of the career moves and job experience that a person gains as he or she works toward a career goal. (p. 291)

**career** A series of related jobs or occupations in a particular field. (p. 291)

**caregiver** Anyone who takes care of a child. (p. 475)

**carpool** An arrangement in which a group of people commute together by car. (p. 720)

**casual** Informal. (p. 355)

**chain letter** A letter or an e-mail message that encourages people to send copies of the letter to additional people, often along with money. (p. 235)

de un año, marca y modelo específicos. (p. 725)

**fronteras** Límites. (p. 414)

**presupuesto** Plan para gastar y ahorrar dinero. (p. 192)

**servicio de buffet** Estilo de servicio de comida en el que las bandejas se ponen en una mesa y los platos para servirse se ponen en un extremo para que la gente se sirva a sí misma. (p. 616)

**bulimia** Ataques de comer en exceso, por lo general a escondidas, seguidos por intentos de deshacerse de lo que se comió usando laxantes o vomitando. (p. 524)

**bravucón** Una persona agresiva que intimida, abusa o maltrata a otras personas. (p. 129)

### C

**campaña** Una serie de acciones diseñadas para conseguir un resultado específico. (p. 245)

**capacidad** Máxima cantidad posible o potencial. (p.46)

**carbohidrato** Nutriente que le da energía al cuerpo. (p. 541)

**detector de monóxido de carbono** Un aparato que suena una alarma cuando percibe niveles peligrosos de monóxido de carbono (p. 744)

**resucitación cardiopulmonar (CPR)** Procedimiento de primeros auxilios que combina respiración de rescate con compresiones de pecho. (p. 480)

**grupo de carreras** Agrupación de varios oficios que tienen ciertas características en común. (p. 300)

**escalera profesional** Visualización del camino profesional escogido. (p. 303)

**camino profesional** Todos los movimientos profesionales y la experiencia laboral que gana una persona al trabajar para lograr un objetivo profesional. (p. 291)

**carrera** Serie de trabajos u oficios relacionados en un campo específico. (p. 291)

**persona a cargo del cuidado** Cualquier persona que cuida a un niño. (p. 475)

**viaje en coche compartido** Un arreglo en el que un grupo de personas viaja al trabajo en el mismo coche. (p. 720)

**casual** Informal. (p. 355)

**cadena de cartas** Una carta o un mensaje electrónico que incita a las personas a enviar copias de la misma carta a otras personas, frecuentemente con dinero. (p. 235)

**chair** An office or position of authority. (p. 46)

**character** The development and application of commonly held principles that promote personal growth, establish good citizenship, and support society. (p.27)

**childproof** Take steps to protect a child from possible dangers. (p. 477)

**chronological résumé** A résumé in which the information is organized by work experience in reverse time order. (p. 311)

**cholesterol** A white, wax-like substance that plays a part in transporting and digesting fat. (p. 542)

**citizen** A member of a community. (p. 45)

**citizenship** The way that you handle your responsibilities as a citizen. (p. 45)

**classic** A clothing style that stays popular for a long time. (p. 653)

**clique** A small, exclusive group that restricts who can join. (p. 403)

**closed adoption** An adoption in which the birth parents do not know the names of the adoptive parents. (p. 508)

**closing cost** All the various fees due at the time of the purchase of a house or other property. (p. 704)

**clothing inventory** An organized list of the garments you own. (p. 641)

**collaboration** The cooperative efforts of everyone in a group. (p. 50)

**collectively** As a group or together. (p. 225)

**colorfast** Clothing with colors that will remain the same over time. (p. 660)

**commitment** Acceptance of an obligation and responsibility. (p. 93, 421)

**communication** The process of sending and receiving messages between people. (p. 69)

**commute** Travel regularly from one place to another, especially between home and work. (p. 720)

**comparison shopping** Comparing prices of different forms, container sizes, brands, and stores to get the best value for your dollar. (p. 568)

**compatible** Well-matched. (p. 413)

**compelling** Strong or demanding attention. (p. 106)

**compensation package** Pay and any additional

**presidencia** Oficina o posición de autoridad (p.46)

**buena conducta** La aplicación y el desarrollo de principios universales que promueven el crecimiento personal, establecen la buena ciudadanía y apoyan a la sociedad. (p.27)

**a prueba de niños** Tomar medidas para proteger un niño de posibles peligros. (p. 477)

**currículum cronológico** Un currículum en el que la experiencia laboral está organizada en reverso. (p. 311)

**colesterol** Una sustancia blanca y cerosa que desempeña un papel en el transporte y la digestión de la grasa. (p. 542)

**ciudadano** Un miembro de una comunidad. (p. 45)

**ciudadanía** La forma en que manejas tus responsabilidades de ciudadano. (p. 45)

**clásico** Estilo de ropa que sigue de moda por mucho tiempo. (p. 653)

**camarilla** Un grupo de personas pequeño y exclusivo cuya membresía es restringida. (p. 403)

**adopción cerrada** Una adopción en la que los padres biológicos no saben los nombres de los padres adoptivos. (p. 508)

**gastos de una escritura de compraventa** Comisiones y otras sumas de dinero que se pagan en el momento de comprar una casa u otra propiedad. (p. 704)

**inventario de ropa** Una lista organizada de la ropa que te pertenece. (p. 641)

**colaboración** Esfuerzos de cooperación de todas las personas de un grupo. (p. 50)

**colectivamente** Como grupo o juntos. (p. 225)

**que no destiñe** Ropa con colores que permanecerán iguales al pasar el tiempo. (p. 660)

**compromiso** Aceptación de una obligación y responsabilidad. (p. 93, 421)

**comunicación** El proceso de enviar y recibir mensajes entre personas. (p. 69)

**viajar todos los días** Viajar con regularidad de un lugar a otro, especialmente entre la casa y el trabajo. (p. 720)

**compra comparativa** Comparar precios de diferentes formas, tamaños de envases, marcas y tiendas para conseguir el mejor valor. (p. 568)

**compatible** Que corresponde. (p. 413)

**irresistible** Fuerte o que exige atención. (p. 106)

**indemnización extra** Salario y beneficios

benefits that an employer offers. (p. 322)  
**competence** Having the skills and qualities needed to perform a task or participate fully in an activity. (p. 14)

**composition** The ratio of fat to lean tissue in your body. (p. 523)

**compound interest** Interest that is calculated on the deposits you make and on the interest you have already earned. (p. 269)

**comprise** Consist or be made up of. (p. 658)

**compromise** A settlement of differences in which each side makes concessions. (p. 90)

**concentrated** Intense or condensed. (p. 542)

**condition** State of readiness for use. (p. 725)

**conduct** Behavior. (p. 33)

**confidential** Private. (p. 378)

**conflict** A clash among people who have opposing ideas or interests. (p. 125)

**congestion** Clog or traffic jam. (p. 719)

**conscience** The inner voice that tells you what is morally right and wrong. (p. 31)

**consensus** An agreement by the entire group in which everyone's ideas are taken into account. (p. 90)

**consequence** Something that follows as a result of an action or choice. (p. 27)

**conservation** The careful management and protection of natural resources. (p. 756)

**consider** Think about carefully. (p. 156)

**consideration** Matter taken into account. (p. 653)

**consistency** Reliability and stability. (p. 483)

**constructive criticism** Helpful feedback that includes suggestions for ways you can learn and improve. (p. 333, 435)

**consumer advocate** A person or organization who works on behalf of consumers. (p. 230)

**consumer** Someone who buys and uses products or services. (p. 225)

**contact** Touch or connection. (p. 590)

**context** All of the conditions surrounding a problem or situation. (p. 173)

**contingency plan** A different course of action that could help you overcome potential obstacles. (p. 156)

**continuing education** Courses geared toward working adults. (p. 339)

**contribute** Play a significant part in bringing

adicionales que ofrece un empleador. (p. 322)

**competencia** Tener las habilidades y cualidades que se necesitan para realizar una tarea o participar completamente en una actividad. (p. 14)

**composición** La proporción de grasa y tejido delgado en tu cuerpo. (p. 523)

**interés compuesto** Interés que se calcula sobre los depósitos que haces y los intereses que has ganado. (p. 269)

**comprender** Consistir o estar hecho de (p. 658)

**compromiso** Una resolución de diferencias en la que cada parte hace concesiones. (p. 90)

**concentrado** Intenso o condensado. (p. 542)

**condición** Estar listo para usar o no. (p. 725)

**conducta** Comportamiento. (p. 33)

**confidencial** Privado. (p. 378)

**conflicto** Un choque entre personas que tienen ideas o intereses distintos. (p. 125)

**congestión** Atasco o embotellamiento. (p. 719)

**conciencia** Voz interior que te dice lo que es moralmente correcto o incorrecto. (p. 31)

**consenso** Acuerdo al que llega un grupo en el que las ideas de todos fueron consideradas. (p. 90)

**consecuencia** Algo que sigue como resultado de una acción o decisión. (p. 27)

**conservación** El manejo cuidadoso y la protección de los recursos naturales. (p. 756)

**considerar** Pensar sobre algo de manera cuidadosa. (p. 156)

**consideración** Asunto que se tomó en cuenta. (p. 653)

**coherencia** Confiabilidad y estabilidad. (p. 483)

**crítica constructiva** Retroalimentación útil que incluye sugerencias para aprender y mejorar. (p. 333, 435)

**defensor del consumidor** Una persona u organización que trabaja a favor de los consumidores. (p. 230)

**consumidor** Alguien que compra y usa productos o servicios. (p. 225)

**contacto** Conexión o tacto. (p. 590)

**contexto** Todas las condiciones relacionadas a un problema o situación. (p. 173)

**plan de contingencia** Curso de acción diferente que te puede ayudar a sobrepasar obstáculos potenciales. (p. 156)

**educación continua** Cursos dirigidos a adultos que trabajan. (p. 339)

**contribuir** Desempeñar un papel significativo en

about a result. (p. 433)

**convenience food** Food that has been partially or fully prepared or processed to make it easier and faster to use. (p. 604)

**convey** Express or deliver a message. (p. 77)

**cooperation** Associating with others for mutual benefit. (p. 88)

**conviction** Confidence and certainty. (p. 115)

**cooperative play** A type of play in which children play and interact with one another. (p. 463)

**coordinate** Organize to work together. (p. 204)

**copyright** Legal rights of the people and companies that produce original works. (p. 213)

**cost per wearing** An estimate of how much it actually costs you each time you wear an item of clothing. (p. 653)

**cover letter** A letter telling an employer that you are applying for a position with the company. (p. 318)

**credit** Praise and recognition. (p. 521)

**credit** Money, goods, or services obtained now based on the promise to pay for them in the future. (p. 274)

**credit rating** An evaluation of a consumer's credit history. (p. 276)

**credit report** A record of a particular consumer's transactions and payment patterns. (p. 276)

**creditor** Banks, finance companies, and stores that extend credit to consumers with the understanding that the loan will be paid back over a specified period of time. (p. 274)

**crisis** An event or situation that overwhelms the usual coping methods and causes severe stress. (p. 385)

**criteria** Standards. (p. 315)

**critical** Extremely important. (p. 396)

**critical thinking** Applying reasoning strategies to make sound judgments. (p. 210)

**cross-contamination** The spreading of harmful bacteria from one food to another food. (p. 590)

**crush** A temporary romantic attraction, common among teens and young people. (p. 417)

**cue** Sign, signal, or hint. (p. 363)

**cultivate** Encourage. (p. 57)

**custody** The legally assigned responsibility for the care of children and the decisions that affect

obtener un resultado. (p. 433)

**comida preparada** Alimento que ha sido parcial o totalmente preparado o procesado para que su uso sea rápido y fácil. (p. 604)

**comunicar** Expresar o enviar un mensaje. (p. 77)

**cooperación** Asociarse con otros por un beneficio mutuo. (p. 88)

**convicción** Confianza y seguridad. (p. 115)

**juego cooperativo** Tipo de juego en el que los niños juegan e interactúan entre sí. (p. 463)

**coordinar** Organizar para trabajar juntos. (p. 204)

**derechos de reproducción** Derechos legales de las personas y compañías que producen trabajos originales. (p. 213)

**costo por postura** Una aproximación de cuánto cuesta un artículo de vestido cada vez que se usa. (p. 653)

**carta de presentación** Una carta que le dice al empleador que te solicitas para un puesto en su compañía. (p. 318)

**mérito** Elogios y reconocimiento. (p. 521)

**crédito** Dinero, bienes o servicios obtenidos ahora, basado en la promesa de que se pagarán en el futuro. (p. 274)

**rango crediticio** Evaluación de la historia de crédito de un consumidor. (p. 276)

**informe de crédito** Un registro de transacciones y de patrones de pago de un consumidor específico. (p. 276)

**acrededor** Bancos, compañías financieras y tiendas que ofrecen crédito a los consumidores con el acuerdo de que el préstamo será pagado en un periodo de tiempo específico. (p. 274)

**crisis** Acontecimiento o situación abrumadora que no se puede sobrellevar y que causa estrés extremo. (p. 385)

**criterios** Normas. (p. 315)

**crítico** Extremadamente importante. (p. 396)

**pensamiento crítico** Aplicar estrategias de razonamiento para realizar conclusiones sensatas. (p. 210)

**contaminación cruzada** La propagación de bacterias perjudiciales de un alimento a otro. (p. 590)

**enamoramiento** Atracción romántica temporal, común entre adolescentes y gente joven. (p. 417)

**indicio** Signo, señal o pista. (p. 363)

**cultivar** Animar o incitar. (p. 57)

**custodia** La responsabilidad legal asignada por el cuidado de niños y las decisiones que los

them. (p. 385)

**customary** Traditional or usual. (p. 638)

**customary measurement system** The system of measurement used in the United States.

(p. 606)

## D

**Daily Values** The recommended amounts of nutrients in an eating plan. (p. 573)

**danger zone** Temperatures between 40°F (4°C) and 140°F (60°C) that allow bacteria to grow to dangerous levels most rapidly. (p. 590)

**dart** A triangular fold used to give shape to a garment. (p. 683)

**deadline** A time or date by which a task must be completed. (p. 186)

**debit card** A card that deducts the cost of a purchase from the user's bank account at the time of purchase. (p. 268)

**decision-making process** A six-step procedure for making thoughtful choices. (p. 167)

**deduction** Anything that is subtracted from gross pay. (p. 265)

**deficiency** Shortage or not enough. (p. 505)

**define** Outline. (p. 155)

**degree** Amount. (p. 381)

**delay** Put off. (p. 425)

**delegate** Assign tasks to other team members. (p. 94)

**dependent** Relying too much on someone else for one's own happiness. (p. 364)

**determine** Decide. (p. 212)

**developmental tasks** Skills and abilities that are mastered as part of the maturing process. (p. 461)

**diabetes** A condition caused by inadequate production or use of the hormone insulin. (p. 559)

**dictate** Determine. (p. 632)

**Dietary Guidelines for Americans** Guidelines for healthful eating habits developed jointly by the U.S. Department of Agriculture (USDA) and the Department of Health and Human Services. (p. 548)

**dietary supplement** An extra vitamin, mineral, or other nutrient in the form of pills, capsules, or powders. (p. 546)

**dilemma** A problem involving a difficult choice with serious consequences. (p. 165)

afecten. (p. 385)

**habitual** Tradicional o típico. (p. 638)

**sistema inglés de medidas** Sistema de medida. El sistema de medidas que se usa en los Estados Unidos. (p.606)

## D

**valores diarios** Cantidades de nutrientes recomendadas en un plan de alimentación. (p. 573)

**zona de peligro** Temperaturas entre los 4°C (40°F) y los 60°C (140°F) que permiten que las bacterias crezcan rápidamente a niveles peligrosos. (p. 590)

**pinza** Un pliegue triangular que se usa para darle forma a un vestido. (p. 683)

**fecha límite** Hora o fecha en la que se debe completar una tarea. (p. 186)

**tarjeta de débito** Una tarjeta que deduce el costo de la compra de la cuenta del banco del usuario en el momento de la compra. (p. 268)

**proceso de tomar decisiones** Procedimiento de seis pasos para tomar decisiones conscientes. (p. 167)

**deducción** Cualquier cosa que se sustrae del pago bruto. (p. 265)

**deficiencia** No suficiente o falta de. (p. 505)

**definir** Esbozar. (p. 155)

**grado** Cantidad. (p. 381)

**retrasar** Posponer. (p. 425)

**delegar** Asignar tareas a otros miembros del equipo. (p. 94)

**depender de** Necesitar demasiado de otra persona para ser feliz. (p. 364)

**determinar** Decidir. (p. 212)

**tareas de desarrollo** Habilidades y destrezas que se logran con el proceso de maduración. (p. 461)

**diabetes** Condición causada por la producción o el uso inadecuado de la insulina. (p. 559)

**dictar** Determinar. (p. 632)

**guías alimenticias para estadounidenses** Guías para hábitos alimentarios saludables desarrollados en conjunto por el Departamento de Agricultura (USDA) y el Departamento de la Salud y los Servicios Humanos de los Estados Unidos. (p. 548)

**suplemento alimenticio** Vitamina, mineral u otro nutriente extra, en forma de pastillas, cápsulas o polvo. (p. 546)

**dilema** Un problema que involucra una decisión difícil que tiene consecuencias serias. (p. 165)

**direct mail advertising** The practice of delivering ads to consumers' homes by mail. (p. 247)

**discipline** Self-control. (p. 192)

**discretion** The good judgment and sensitivity needed to avoid embarrassing others and to keep sensitive information private. (p. 34)

**discrimination** The unfair treatment of a person or group, usually because of prejudice about race, ethnicity, age, religion, or gender. (p. 360)

**distant** Detached. (p. 401)

**distributor** A store or person who that markets a commodity. (p. 651)

**diversify** Spread or increase variety. (p. 271)

**diversity** A variety of something, such as ethnicity, culture, age, gender, or opinions. (p. 399)

**dovetail** Overlap tasks to save time. (p. 188, 605)

**down payment** A portion of the purchase price of a property that a buyer pays up front in cash. (p. 704)

**downsizing** Eliminating jobs to reduce costs. (p. 295)

**dress code** A set of rules describing required or appropriate clothing. (p. 639)

**dry-heat cooking** Methods used to cook food uncovered without adding liquid or fat. (p. 610)

## E

**economic** Cost-related. (p. 567)

**effective** Successful or efficient. (p. 87)

**embryo** The developing baby during the first eight weeks of pregnancy. (p. 461)

**emotional maturity** Being responsible enough to consistently put someone else's needs before your own needs. (p. 500)

**empathy** The ability to identify with and understand someone else's feelings. (p. 395)

**emphasis** The technique of drawing attention to a specific area. (p. 633, 709)

**enable** Help or make possible. (p. 204)

**endorse** Approve or support a product. (p. 248)

**endurance** The ability to use energy over a period of time without getting tired. (p. 521)

**Energy Star label** A blue and green label that shows that a product meets government

**publicidad de correo directo** La práctica de enviar anuncios por correo a las casas de los consumidores. (p. 247)

**disciplina** Control personal. (p. 192)

**discreción (criterio)** El buen juicio y la sensibilidad necesarios para evitar avergonzar a otros y para mantener privada la información personal. (p. 34)

**discriminación** Tratamiento injusto de una persona o grupo, normalmente por prejuicios raciales, étnicos, de edad, por religión o género. (p. 360)

**distante** Indiferente. (p. 401)

**distribuidor** Una persona que pone en venta un producto. (p. 651)

**diversificar** Ampliar o aumentar en variedad. (p. 271)

**diversidad** Una variedad de algo, como de etnia, cultura, edad, género u opinión. (p. 399)

**sincronizar** Hacer varias tareas a la vez para ahorrar tiempo. (p. 188, 605)

**pago inicial (enganche)** Una porción del precio de la compra de una propiedad que el comprador paga al principio en efectivo. (p. 704)

**recortes en el personal** Eliminar trabajos para reducir costos. (p. 295)

**código de vestir** Un grupo de reglas que describen la ropa requerida o apropiada. (p. 639)

**cocina en seco** Métodos para cocinar alimentos al descubierto sin añadir líquido o grasa. (p. 610)

## E

**económico** Relacionado al costo. (p. 567)

**eficaz** Exitoso o eficiente. (p. 87)

**embrión** El bebe en desarrollo durante las primeras ocho semanas del embarazo. (p. 461)

**madurez emocional** Ser lo suficientemente responsable para considerar constantemente las necesidades de los demás antes de las propias. (p. 500)

**empatía** La habilidad de identificarse y entender los sentimientos de otra persona. (p. 395)

**énfasis** Técnica de llamar la atención a un área específica. (p. 633, 709)

**permitir** Ayudar o hacer posible. (p. 204)

**aprobar** Respaldar o apoyar un producto. (p. 248)

**resistencia** La habilidad de usar energía durante un periodo de tiempo sin cansarse. (p. 521)

**Etiqueta de Energy Star** Una etiqueta azul y verde que muestra que el producto cumple con

standards for energy efficiency. (p. 710)

**EnergyGuide label** A black and yellow label that shows the estimated annual energy consumption of a specific product. (p. 710)

**engage** Participate. (p. 404)

**engagement period** The time a couple uses to test their relationship, make sure that marriage is the right decision, and plan for their wedding and married life. (p. 421)

**enlist** Agree to serve. (p. 296)

**entail** Require you to do or make necessary. (p. 332)

**enthusiasm** Strong feeling of excitement. (p. 332)

**entrepreneur** Someone who sets up and operates a business. (p. 294)

**environment** The people, places, and things that surround and influence a person, including family, home, school, and community. (p. 459)

**equivalent measurement** The same amount expressed using a different unit of measure. (p. 607)

**essential** Necessary. (p. 147)

**estimate** Use knowledge to guess. (p. 569)

**ethical leadership** Leadership that is based on ethical principles. (p. 95)

**ethics** The principles and values that guide the way you live. (p. 36)

**etiquette** Behavior based on showing consideration and respect for other people. (p. 434)

**evaluate** Assess and examine. (p. 9)

**expectation** A want or need that each person hopes will be met in a relationship. (p. 356)

**expenses** The items on which you spend money. (p. 193)

**expiration date** The last day a product should be eaten. (p. 574)

**external pressures** Pressures that come from outside sources. (p. 106)

**eye contact** Direct visual contact with another person's eyes. (p. 70)

## F

**fabric finish** Any special treatment that improves the appearance, feel, or performance of a fabric. (p. 660)

**facilitate** Make easier or bring about. (p. 337)

las normas del gobierno de eficiencia energética. (p. 710)

**Etiqueta de EnergyGuide** Una etiqueta amarilla y negra que muestra el consumo aproximado de energía anual de un producto específico. (p. 710)

**captar** Participar. (p. 404)

**periodo de compromiso** El tiempo que usa una pareja para poner su relación a prueba, asegurarse que el matrimonio es la decisión correcta y planear para su boda y su vida de casados. (p. 421)

**alistarse** Acordar servir. (p. 296)

**implicar** Que se requiere hacer o que se hace necesario. (p. 332)

**entusiasmo** Sentimientos fuertes de emoción. (p. 332)

**empresario** Alguien que monta y opera un negocio. (p. 294)

**ambiente** La gente, los lugares y las cosas que rodean e influyen a una persona, incluyendo la familia, el hogar, la escuela y la comunidad. (p. 459)

**medida equivalente** La misma cantidad expresada usando diferentes unidades de medida. (p. 607)

**esencial** Necesario. (p. 147)

**calcular** Usar el conocimiento para adivinar. (p. 569)

**liderazgo ético** Liderazgo basado en principios éticos. (p. 95)

**ética** Los principios y valores que guían la forma en que vives. (p. 36)

**etiqueta** Comportamiento basado en mostrar consideración y respeto por otras personas. (p. 434)

**evaluar** Estimar y valorar. (p. 9)

**expectativa** Deseo o necesidad que cada persona espera alcanzar en una relación. (p. 356)

**gastos** Los elementos en los que gastas dinero. (p. 193)

**fecha de caducidad** El último día en el que se debe consumir un producto. (p. 574)

**presiones externas** Presiones que vienen de fuentes externas. (p. 106)

**contacto visual** Contacto visual directo con los ojos de otra persona. (p. 70)

## F

**terminado** Cualquier tratamiento especial que mejora la apariencia y el desempeño de una tela. (p. 660)

**facilitar** Hacer fácil u ocasionar. (p. 337)

**facing** A shaped piece of fabric used to finish the raw edge of a garment. (p. 683)

**fad** A style that remains popular for only a short time. (p. 653)

**family life cycle** The process of growth and change in a family over the years. (p. 375)

**family style** A serving style in which food is brought to the table in serving dishes, which are passed from person to person. (p. 615)

**fashion** Design characteristics that are popular at a particular point in time. (p. 631)

**favorable** Positive. (p. 312)

**feedback** Occurs when a listener lets a speaker know that he or she is trying to understand the message being delivered. (p. 74)

**fetus** The developing baby from the ninth week until birth. (p. 461)

**fiber** A material in food that helps move food through the digestive system and may reduce the risk of heart disease and cancer. (p. 541)

**fiber** A very fine, hair-like strand. (p. 656)

**fiber content** The percentage of each type of fiber by weight in cloth. (p. 655)

**finance charge** Interest or an additional fee, such as a charge for a late payment. (p. 275)

**fine motor skills** Skills involving the smaller muscles of the body such as those in fingers. (p. 456)

**first aid** Emergency care or treatment given right away to an ill or injured person. (p. 478)

**fitness** When your body works at its peak, you look your best, and you are healthy, strong, and well. (p. 521)

**fixed goal** A goal that can be met only at a certain time. (p. 148)

**flatware** The knives, forks, and spoons for eating. (p. 617)

**flavor** Interest and variety. (p. 355)

**flexible goal** A goal with no time limit. (p. 149)

**flexibility** The ability of your joints to make the full range of movements available to them. (p. 331, 521)

**flexibility** Willing to adapt to new or changing

**revestimiento (forro)** Un pedazo de tela con forma usado para terminar el borde crudo de una tela. (p. 683)

**moda pasajera** Un estilo que se mantiene popular por corto tiempo. (p. 653)

**ciclo de vida familiar** El proceso de crecimiento y cambios que suceden a una familia durante los años. (p. 375)

**estilo familiar** Un estilo de servicio en el que los alimentos se traen a la mesa en platos de servir y se pasan de persona a persona. (p. 615)

**moda** Características de diseño que son populares en un momento particular. (p. 631)

**favorable** Positivo. (p. 312)

**retroalimentación** Ocurre cuando el que oye deja al que habla saber que él o ella está tratando de entender el mensaje que se está comunicando. (p. 74)

**feto** El bebe en desarrollo desde la semana nueve hasta el nacimiento. (p. 461)

**fibra** Un material en los alimentos que ayuda a mover la comida a través del sistema digestivo y que puede reducir los riesgos de enfermedad cardiaca y cáncer. (p. 541)

**fibra** Una hebra muy delgada, como el pelo. (p. 656)

**contenido de fibra** El porcentaje de cada tipo de fibra por el peso en la tela. (p.55)

**cargo financiero** Interés o cuota adicional, como el cargo por pago tardío. (p. 275)

**habilidades motoras finas** Habilidades que involucran a los músculos más pequeños del cuerpo como aquellos que hay en los dedos. (p. 456)

**primeros auxilios** Tratamiento o atención de emergencia que se da de inmediato a una persona enferma o herida. (p. 478)

**buen estado físico** Cuando tu cuerpo trabaja a su punto máximo, te ves bien y estás saludable, fuerte y sano. (p. 521)

**meta fija** Una meta que debe alcanzar dentro de un tiempo especificado. (p. 148)

**cubertería** Los cuchillos, tenedores y cucharas para comer. (p. 617)

**sabor** Nivel de interés y variedad. (p. 355)

**meta flexible** Una meta que no tiene límite de tiempo. (p. 149)

**flexibilidad** La habilidad que tienen tus articulaciones para hacer el rango completo de movimientos posibles. (p. 331, 521)

**flexibilidad** Con la disposición de adaptarse a

requirements. (p. 331)

**flexitime** A system that allows workers to choose when they will begin and end their working day. (p. 342)

**floor plan** A diagram that shows the main structural elements of a home or room. (p. 706)

**flourish** Be successful. (p. 210)

**food allergy** When the body's immune system reacts to a particular food substance. (p. 558)

**food intolerance** Trouble digesting a food or food component. (p. 558)

**foodborne illness** A sickness caused by eating food that contains a contaminant, or harmful substance. (p. 590)

**fortify** Add a nutrient to a food that is not naturally present in that food. (p. 549)

**fossil fuels** Fuels gained from living matter from a previous geologic time. (p. 755)

**foster** Encourage a relationship. (p. 79)

**foundation** Base or support. (p. 166)

**fraud** Deceitful conduct for personal gain. (p. 234)

**free play** A type of play during which children choose any safe activity they want. (p. 486)

**freezer burn** A condition caused by moisture loss due to improper or inadequate packaging of food before freezing. (p. 594)

**function** Operate properly. (p. 364)

## G

**gauge** Measure the distance or size of something. (p. 685)

**generate** Produce or make. (p. 762)

**generic brand** A brand that usually has a plain label and no brand name. (p. 568)

**global economy** The way national economies around the world are linked by trade. (p. 295)

**global environment** The life support systems of the whole planet. (p. 755)

**global warming** The gradual increase in the earth's surface temperature caused by depletion of the earth's ozone layer. (p. 762)

**goal** Something you consciously aim to achieve

requisitos nuevos o cambiantes. (p. 331)

**horario flexible** Un sistema que permite a los trabajadores escoger cuando empiezan y cuando terminan su día de trabajo. (p. 342)

**plano** Un diagrama que muestra los elementos estructurales principales de una casa o una habitación. (p. 706)

**prosperar** Ser exitoso. (p. 210)

**alergia alimenticia** Cuando el sistema inmunológico del cuerpo reacciona a un tipo particular de sustancia alimenticia. (p. 558)

**intolerancia alimenticia** Dificultad para digerir un alimento o un componente de un alimento. (p. 558)

**enfermedad transmitida por los alimentos** Una enfermedad causada al comer un alimento que contiene un contaminante o una sustancia dañina. (p. 590)

**fortificar** Añadir un nutriente a un alimento que no lo tiene presente naturalmente. (p. 549)

**combustibles fósiles** Combustibles que se obtienen de materia viva de una era geológica previa. (p. 755)

**promover** Fomentar una relación. (p. 79)

**fundamento** Base o soporte. (p. 166)

**fraude** Conducta engañosa que se realiza para ganar algo a nivel personal. (p. 234)

**juego libre** Un tipo de juego durante el cual los niños escogen cualquier actividad segura que quieran. (p. 486)

**quemadura de congelación** Deshidratación causada por congelar alimentos mal empacados. (p. 594)

**funciona** Opera correctamente. (p. 364)

## G

**calcular** Medir la distancia o el tamaño. (p. 685)

**generar** Producir o hacer. (p. 762)

**marca genérica** Una marca que normalmente tiene una etiqueta sencilla y que no tiene nombre de marca. (p. 568)

**economía global** La manera en que las economías nacionales se vinculan a través del comercio. (p. 295)

**medio ambiente global** Sistemas de sostenimiento vital del planeta. (p. 755)

**calentamiento global** El incremento gradual de la temperatura de la superficie de la tierra causada por el agotamiento de la capa de ozono. (p. 762)

**meta** Algo que decides que quieres obtener y

and are willing to plan and work for. (p. 148)

**goods** Products. (p. 237)

**grain** The directions in which the lengthwise and crosswise yarns run in a fabric. (p. 678)

**grief** The sorrow caused by the death of a loved one and the emotional adjustment to that loss. (p. 386)

**gross motor skills** Skills that use the large muscles of the body, such as those of the legs and shoulders. (p. 456)

**gross pay** The total amount you earn. (p. 265)

**ground fault circuit interrupter (GFCI)** A device used near plumbing or water that automatically turns off electricity to guard against electrical shock. (p. 744)

**groupthink** A faulty decision-making process caused by a strong desire for group agreement. (p. 91)

**guidance** Using firmness and understanding to help children learn how to behave. (p. 483)

## H

**hand-eye coordination** The ability to move the hands and fingers precisely in relation to what is seen. (p. 461)

**hang tag** A tag on an item of clothing that lists the brand name, size, any warranty, and a bar code. (p. 655)

**harassment** A persistent, hostile behavior directed at a specific person. (p. 404)

**harness** Capture and use. (p. 756)

**heredity** The set of characteristics that you inherit from your parents and ancestors. (p. 459)

**hinder** Get in the way of. (p. 72)

**home care** Routine maintenance tasks done to keep the home clean and prevent home accidents. (p. 737)

**hue** A specific color that can be identified by name, such as green or red. (p. 635)

## I

**“I” message** A statement that allows you to say how you feel and what you think, rather than criticizing someone else. (p. 71)

**identity theft** The illegal use of an individual's

que estás dispuesto a planear y a trabajar para lograr. (p. 148)

**artículos** Productos. (p. 237)

**veteado** Las direcciones en que las fibras de una tela corren a lo largo y a lo ancho. (p. 678)

**dolor** La pena causada por la muerte de una persona querida y el ajuste emocional a esa pérdida. (p. 386)

**habilidades motoras gruesas** Habilidades que usan los músculos más grandes del cuerpo, como aquellos que se encuentran en las piernas y los hombros. (p. 456)

**ingresos brutos** El total de los ingresos que recibes. (p. 265)

**interruptor de circuito por fallas de tierra (GFCI)** Aparato que se usa cerca de las tuberías o agua que apaga la electricidad automáticamente para evitar que haya un choque eléctrico. (p. 744)

**pensamiento de grupo** Un proceso de tomar decisiones imperfecto que resulta del deseo extremo de un grupo por llegar a un acuerdo. (p. 91)

**orientación** Usar firmeza y comprensión para ayudar a los niños a aprender a comportarse. (p. 483)

## H

**coordinación mano-ojo** La habilidad de mover las manos y los dedos con precisión en relación con lo que se ve. (p. 461)

**etiqueta que cuelga** Una etiqueta en un artículo de vestir que incluye la marca, la talla, la garantía (si la tiene) y un código de barras. (p. 655)

**acoso** Un comportamiento constante y hostil dirigido a una persona específica.

**utilizar** Capturar y usar. (p. 756)

**hereditario** El grupo de características que heredas de tus padres y ancestros. (p. 459)

**obstruir** Meterse en el camino de. (p. 72)

**mantenimiento del hogar** Las tareas de mantenimiento que hacen rutinariamente para que la casa este limpia y para prevenir accidentes. (p. 737)

**tonalidad** Un color específico, tal como el verde o el rojo, que se puede identificar por el nombre. (p. 635)

## I

**mensaje “Yo”** Una declaración que te permite mostrar cómo te sientes y lo que piensas, en vez de criticar a alguien más. (p. 71)

**robo de identidad** El uso ilegal de la información

personal information. (p. 232)

**illusion** An image that fools the eye. (p. 632)

**illustrate** Show clearly or demonstrate. (p. 680)

**immunization** A shot of a small amount of a dead or weakened disease-carrying germ given so that the body may build resistance to the disease. (p. 476)

**impact** The effect that something has. (p. 166)

**impartial** Unbiased or neutral. (p. 248)

**implement** Put a plan into action. (p. 157)

**improvise** Make the best of what you have or to use what is on hand. (p. 710)

**impulse buying** Making unplanned purchases with little or no thought. (p. 252)

**inadequate** Failing to meet an expectation or not enough. (p. 364, 545)

**income** The money you make. (p. 193)

**infatuation** An intense, short-lived, and sometimes irrational passion. (p. 418)

**inflate** Raise the price of something. (p. 726)

**infomercial** A television or radio advertisement that lasts 30 minutes or more and is designed to seem like regular programming. (p. 246)

**initiate** Cause something to happen or begin. (p. 16)

**initiative** The desire and willingness to do what needs to be done without being asked. (p. 331, 435)

**insurance** Financial protection in the case of loss or harm. (p. 269)

**insure** Cover through an insurance policy. (p. 699)

**intensity** The brightness or dullness of a color. (p. 636)

**interest** A fee the bank pays you for the opportunity to use your money. (p. 267)

**interfere** Negatively affect or get in the way of. (p. 187)

**intergenerational** Including family members from multiple generations. (p. 375)

**interject** Insert a comment or gesture into a discussion. (p. 74)

**internal pressures** Pressures that come from within you. (p. 106)

**internship** Short-term work for little or no pay in exchange for an opportunity to work and learn. (p. 296)

**interrelated** Affected by the others or linked. (p. 458)

personal de otra persona. (p. 232)

**ilusión** Una imagen que engaña al ojo. (p. 632)

**ilustrar** Mostrar claramente o demostrar. (p. 680)

**inmunización** Una vacuna de una cantidad pequeña de gérmenes muertos o debilitados que transportan una enfermedad que se le da al cuerpo para que cree resistencia a esa enfermedad. (p. 476)

**impacto** El efecto que algo tiene. (p. 166)

**imparcial** Neutral o objetivo. (p. 248)

**implementar** Poner en acción un plan. (p. 157)

**improvisar** Hacer lo mejor de lo que tienes o usar lo que se tiene a la mano. (p. 710)

**compras impulsivas** Realizar compras no planeadas sin pensarlo a fondo. (p. 252)

**inadecuado** Que no cumple una expectativa o que no es suficiente. (p. 364, 545)

**sueldo** El dinero que ganas. (p. 193)

**encaprichamiento** Pasión intensa, corta y a veces irracional. (p. 418)

**inflar** Elevar el precio de algo. (p. 726)

**anuncio informativo** Un anuncio de radio o televisión que dura 30 minutos o más y que está diseñado para que parezca parte de la programación. (p. 246)

**iniciar** Causar que algo suceda o empiece a suceder. (p. 16)

**iniciativa** El deseo y la disposición de hacer algo que se tiene que hacer sin que lo pidan. (p. 331, 435)

**seguro** Protección financiera en caso de pérdida o daños. (p. 269)

**asegurar** Cubrir a través de una póliza de seguros. (p. 699)

**intensidad** La cantidad de brillo de un color. (p. 636)

**interés** Un monto que el banco te paga por la oportunidad de usar tu dinero. (p. 267)

**interferir** Afectar negativamente o meterse en el camino. (p. 187)

**intergeneracional** Que incluye miembros de la familia de varias generaciones. (p. 375)

**interponer** Expresar un comentario o gesto en una plática. (p. 74)

**presiones internas** Presiones que vienen de adentro. (p. 106)

**trabajo como aprendizaje** Trabajo de corto tiempo con poco o sin pago a cambio de la oportunidad de trabajar y aprender. (p. 296)

**interrelacionado** Afectado por o ligado a otros. (p. 458)

**intervene** Get involved or step in. (p. 386)  
**introspective** Examining your own feelings, thoughts, and motives. (p. 7)  
**invest** Using money to participate in a business enterprise that offers the possibility of profit. (p. 271)  
**invoice price** Roughly the price the dealer paid the manufacturer for a vehicle. (p. 726)

**irregular** Slight imperfections in clothing that are generally not noticeable and do not affect use or wear. (p. 250, 651)

**isolated** Separated and cut off. (p. 363)

## J

**jealousy** The feeling that the person you care about is more interested in something or someone else than in you. (p. 418)

**job lead** Information about a specific job opening. (p. 314)

**job shadowing** Spending time in the workplace with someone as he or she goes through a normal workday. (p. 301)

**job sharing** Two part-time workers sharing one full-time job. (p. 342)

## K

**key** Very important. (p. 466)

## L

**lactose intolerance** An inability to digest lactose, the form of sugar that is found in milk. (p. 558)

**landfill** An area where waste is dumped and buried. (p. 762)

**landlord** The owner of a rental property. (p. 702)

**leadership** The ability to direct and motivate a team or group to achieve its goals. (p. 49)

**leadership style** A leader's pattern of behavior when directing a team. (p. 96)

**leading** Main or foremost. (p. 743)

**lease** A monthly fee in exchange for exclusive use of a vehicle for a specific length of time. (p. 722)

**lease** A legal document that specifies the rights and responsibilities of the landlord and tenant in a housing agreement. (p. 703)

**life-span development** The growth and change

**intervenir** Involucrarse o meterse. (p. 386)

**introspectivo** Que examina sus sentimientos, pensamientos y motivaciones propias. (p. 7)

**invertir** Usar dinero para participar en una iniciativa de negocios que ofrece la posibilidad de ganancias. (p. 271)

**precio de factura** Aproximadamente el precio que el comerciante paga al fabricante por un vehículo. (p. 726)

**irregular** Imperfecciones pequeñas en una prenda que generalmente no se notan y no afectan la postura o el uso. (p. 250, 651)

**aislado** Separado. (p. 363)

## J

**celos** La sensación de que la persona que quieres está más interesada en otra cosa o persona que en ti. (p. 418)

**información sobre un trabajo** Información sobre un trabajo específico disponible. (p. 314)

**observar de cerca a un profesional** Pasar tiempo en el sitio de trabajo de alguien mientras esa persona trabaja como siempre. (p. 301)

**compartir trabajo** Dos trabajadores que comparten un trabajo de tiempo completo. (p. 342)

## K

**clave** Muy importante. (p. 466)

## L

**intolerancia a la lactosa** Inhabilidad de digerir la lactosa, la forma de azúcar que se encuentra en la leche. (p. 558)

**basurero** Un área en donde la basura se tira y se entierra. (p. 762)

**arrendador (casero)** El dueño de una propiedad arrendada. (p. 702)

**liderazgo** La habilidad de dirigir y motivar un equipo o grupo a alcanzar sus objetivos o metas. (p. 49)

**estilo de liderazgo** El patrón de comportamiento de un líder cuando dirige a su equipo. (p. 96)

**principal** Primero o más importante. (p. 743)

**alquiler de un coche** Cuota mensual que se paga a cambio del uso exclusivo de un vehículo durante un periodo de tiempo determinado. (p. 722)

**contrato de arrendamiento** Documento legal que especifica los derechos y las responsabilidades del dueño y el inquilino en un acuerdo de arrendamiento. (p. 703)

**desarrollo durante la vida** Crecimiento y

that occurs during a person's life. (p. 455)

**lifestyle** The way you live. (p. 292)

**long-term goal** Something you plan to complete in the future, possibly spanning years. (p. 148)

**low birth weight** Weighing fewer than 5 pounds, 8 ounces at birth. (p. 505)

## M

**major appliance** A large tool or piece of equipment. (p. 585)

**majority rule** A democratic process in which decisions are made by voting. (p. 90)

**make** A car's brand name. (p. 725)

**management process** A system to manage the steps needed to accomplish something. (p. 155)

**manipulate** Control or influence somebody or something in a deceptive way. (p. 249)

**manufactured fiber** A strand formed either completely or in part by chemicals. (p. 658)

**markdown** Item with a reduced price or the amount a price is reduced. (p. 652)

**market** Potentially interested in buying. (p. 722)

**mass transit** A transportation system designed to carry large numbers of people. (p. 719)

**media** Channels of mass communication, such as newspapers, magazines, radio, television, movies, and Web sites. (p. 106)

**mediation** Settling a conflict with the help of a neutral third party. (p. 134)

**medium-term goal** A goal that will take six months to a few years to achieve. (p. 148)

**mentor** A person who acts as a teacher and guide. (p. 27)

**metric system** A system of measurement based on multiples of ten. (p. 606)

**mildew** A fungus that shows up as small black dots. (p. 664)

**mineral** A nutrient that regulates body processes and forms parts of tissues. (p. 543)

**mixed message** When your words and body language do not communicate the same thing. (p. 71)

**mobile** Movable. (p. 376)

cambios que ocurren durante la vida de una persona. (p. 455)

**estilo de vida** La manera como vives. (p. 292)

**meta a largo plazo** Algo que planeas completar en el futuro, posiblemente durante un número de años definido. (p. 148)

**bajo peso de nacimiento** Pesar menos de 5 libras 8 onzas al nacer. (p. 505)

## M

**aparato electrodoméstico** Una herramienta o equipo grande. (p. 585)

**gobierno de la mayoría** Proceso democrático en el que las decisiones se toman por medio de la votación. (p. 90)

**marca de un coche** Nombre del fabricante de un coche. (p. 725)

**proceso de administración** Un sistema para manejar los pasos que se necesitan para lograr algo. (p. 155)

**manipular** Controlar o influenciar a alguien o algo de una manera engañosa. (p. 249)

**fibra fabricada** Una hebra hecha completa o parcialmente de sustancias químicas. (p. 658)

**rebaja** Artículo con el precio reducido o la cantidad que se redujo el precio. (p. 652)

**mercado** Posiblemente interesado en comprar. (p. 722)

**transporte público** Sistema de transporte diseñado para transportar grandes cantidades de personas. (p. 719)

**medios de comunicación** Canales de comunicación masiva, como periódicos, revistas, radio, televisión, películas y los sitios del internet. (p. 106)

**mediación** Terminar un conflicto con la ayuda de un tercer actor neutral. (p. 134)

**meta de mediano plazo** Una meta que se puede lograr en un periodo de seis meses a unos pocos años. (p. 148)

**mentor** Persona que desempeña el papel de maestro o guía. (p. 27)

**sistema métrico** Sistema de medida basado en múltiplos de diez. (p. 606)

**moho** Un hongo que aparece como pequeños puntos negros. (p. 664)

**mineral** Nutriente que regula procesos en el cuerpo y forma parte de los tejidos. (p. 543)

**mensaje confuso** Cuando tus palabras y tu lenguaje corporal no comunican lo mismo. (p. 71)

**móvil** Que se puede mover. (p. 376)

**model** Demonstrate or show. (p. 27)  
**model** Type or design of a car. (p. 725)  
**moist-heat cooking** A cooking method that uses hot liquid, steam, or both. (p. 609)

**monogamy** Faithful to one person. (p. 423)  
**morality** A sense of right and wrong that guides decisions and actions. (p. 8)  
**mortgage** A long-term home loan. (p. 699)

**motivation** Driving force or incentive. (p. 185)  
**MyPyramid** A system developed by the U.S. Department of Agriculture (USDA) to help individuals make wise decisions about food and physical activity. (p. 549)

## N

**national brand** A brand sold and marketed by major food companies. (p. 568)

**natural fiber** A strand that comes from plants or animals. (p. 658)  
**neglect** The failure to give the proper or required care and attention to somebody, including children, older adults, and those who cannot care for themselves. (p. 386)  
**negotiation** Communication about a problem with the goal of finding a solution. (p. 133)

**Neighborhood Watch Program** An organized community group that watches for suspicious activity and reports it to the police. (p. 746)

**net pay** The amount of pay you receive after deductions. (p. 265)  
**networking** Using personal contacts to find a job. (p. 314)  
**neutral** Impartial and unbiased. (p. 439)  
**nonrenewable resources** Resources that cannot be replaced once they are used. (p. 755)

**nonverbal communication** Communication without words through the use of facial expressions and gestures. (p. 69)  
**notions** The smaller supplies necessary to complete a sewing project. (p. 676)

**nurture** Provide the care and attention needed to promote development. (p. 373)  
**nutrient** A chemical found in food that helps the body work properly. (p. 541)

**modelar** Demostrar o exponer. (p. 27)  
**modelo** El tipo o diseño de un coche. (p. 725)  
**cocina con calor húmedo** Método de cocina que usa líquidos calientes, vapor o ambos. (p. 609)  
**monogamia** Fidelidad a una persona. (p. 423)  
**moralidad** Un sentido del bien y del mal que guía las decisiones y las acciones. (p. 8)  
**hipoteca** Préstamo a largo plazo para comprar una casa. (p. 699)  
**motivación** Estímulo o incentivo. (p. 185)  
**MiPirámide** Sistema desarrollado por el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) para ayudar a las personas a tomar decisiones inteligentes sobre la comida y las actividades físicas. (p. 549)

## N

**marca nacional** Una marca vendida y comercializada por las compañías de alimentos más grandes. (p. 568)  
**fibra natural** Una hebra proveniente de plantas o animales. (p. 658)  
**descuido** El no dar el cuidado y atención adecuados o necesarios a alguien, incluyendo a niños, adultos mayores y aquellos que no se pueden cuidar por sí mismos. (p. 386)  
**negociación** Comunicación sobre un problema con el objetivo de encontrar una solución. (p. 133)  
**Programa de vigilancia entre vecinos** Una comunidad organizada que vigila y si ve actividades sospechosas las reporta a la policía. (p. 746)  
**pago neto** El salario que recibes después de las deducciones. (p. 265)  
**establecer contactos** Usar contactos personales para conseguir un trabajo. (p. 314)  
**neutral** Imparcial y objetivo. (p. 439)  
**recursos no renovables** Recursos que no pueden ser reemplazados una vez que han sido usados. (p. 755)  
**comunicación no verbal** Comunicación sin palabras a través del uso de expresiones faciales y gestos. (p. 69)  
**artículos de mercería** Los artículos pequeños que se necesitan para terminar un proyecto de cocido. (p. 676)  
**cuidar** Proporcionar el cuidado y la atención necesarios para promover el desarrollo. (p. 373)  
**nutriente** Sustancia química que se encuentra en los alimentos que ayuda a que el cuerpo funcione

## O

**objective** Detached or fair. (p. 437)

**obsolete** Out of date and no longer useful. (p. 208)

**open adoption** An adoption in which the birth parents and adoptive parents know something about each other. (p. 509)

**osteoporosis** A condition in which bones are weakened because they lose the calcium that keeps them strong. (p. 543)

**outreach program** A program that offers assistance or services to the community, usually as an act of charity or goodwill. (p. 52)

**outsourcing** Contracting out certain tasks to other companies. (p. 295)

**over scheduling** Trying to accomplish too many things in a limited amount of time. (p. 188)

**ozone layer** A layer in the earth's upper atmosphere that is meant to block out and protect the earth from most of the sun's harmful ultraviolet rays. (p. 761)

## P

**parallel play** When children play near, but not actually with, other children. (p. 462)

**parenting** The process of caring for children and helping them grow and develop. (p. 475)

**parenting readiness** The level of someone's emotional, financial, and personal preparation to be a child's parent. (p. 499)

**parliamentary procedure** Rules for conducting meetings in an orderly way. (p. 90)

**passive** A communication style characterized by keeping opinions to oneself and being vulnerable to the influence of others. (p. 72)

**pasteurized** Heat-treated to kill bacteria that could cause disease or spoilage. (p. 576)

**paternity** The legal identification of a man as the biological father of a child. (p. 506)

**pattern guide sheet** A sheet in a sewing pattern that gives specific instructions for cutting and sewing the project. (p. 678)

**peer education** A program that is based on the principle of teens teaching teens. (p. 132)

**peer mediation** A process in which specially

correctamente. (p. 541)

## O

**objetivo** Imparcial o justo. (p. 437)

**obsoleto** No actualizado o que ya no sirve. (p. 208)

**adopción abierta** Adopción en la que los padres biológicos y adoptivos saben algo los unos de los otros. (p. 509)

**osteoporosis** Condición en la que los huesos se debilitan por que pierden el calcio que los mantiene fuertes. (p. 543)

**programa de asistencia social** Programa que ofrece asistencia o servicios a la comunidad, normalmente como un acto de caridad o buena voluntad. (p. 52)

**externalización** Contratar a otras compañías para realizar algunas tareas. (p. 295)

**planificación excesiva** Tratar de lograr hacer demasiadas cosas en un tiempo limitado. (p. 188)

**capa de ozono** Una capa en la parte más alta de la atmósfera cuyo papel es bloquear y proteger a la tierra de los dañinos rayos ultravioleta del sol. (p. 761)

## P

**juego paralelo** Cuando los niños juegan cerca de, pero no con, otros niños. (p.462)

**crianza de los hijos** El proceso de cuidar a los niños y ayudarlos a crecer y desarrollarse. (p. 475)

**preparación para la crianza de los hijos** El nivel de preparación emocional, financiera y personal que se tiene para ser el padre o la madre de un niño. (p. 499)

**procedimiento parlamentario** Reglas para llevar a cabo reuniones de manera ordenada. (p. 90)

**pasivo** Estilo de comunicación caracterizado por mantener las opiniones para uno mismo y ser vulnerable a la influencia de otros. (p. 72)

**pasteurizado** Tratado al calor para matar bacterias que pueden causar enfermedades o daños (p. 576)

**paternidad** La identificación legal de un hombre como el padre biológico de un niño. (p. 506)

**hoja de patrón** Una hoja que da instrucciones específicas para cortar y coser un proyecto de costura. (p. 678)

**educación entre pares** Un programa basado en el principio de adolescentes que enseñan a otros adolescentes. (p. 132)

**mediación entre compañeros** Proceso por el

trained students help other students resolve conflicts peacefully. (p. 135)

**peer pressure** Influence of others in your age group. (p. 33)

**perishable** Easily spoiled. (p. 574)

**perseverance** Working patiently to overcome challenges and sticking to an action or belief, even when it is difficult. (p. 18)

**personal boundaries** Limits you set for yourself based on your priorities. (p. 339)

**personal growth** Learning and practicing new skills as you progress toward reaching your full potential. (p. 12)

**personal standard** A rule or principle you set for yourself. (p. 33)

**personality** The combination of characteristics that makes you different from other people. (p. 7)

**perspective** A position or viewpoint. (p. 339)

**persuade** Urge others in a direction. (p. 89)

**place setting** The arrangement of tableware for one person. (p. 617)

**plagiarism** When someone takes part of another person's original work and uses it as if it were his or her own work. (p. 213)

**plate service** When food is placed on each person's plate in the kitchen, and the plates are brought to the table. (p. 615)

**pollutants** Harmful substances. (p. 761)

**pollution** The presence of harmful substances in the environment. (p. 761)

**Ponzi scheme** A type of pyramid scheme that promises investors high profits from fake sources. (p. 235)

**portfolio** A collection of work samples that demonstrates your skills. (p. 313)

**potential** The capacity to develop, succeed, or become something more than you are right now. (p. 11)

**power struggle** When multiple individuals or groups feel a need to be in control. (p. 125)

**practical** Useful. (p. 700)

**practical problem** A complex situation with many elements that involves making several choices that are related to one another. (p. 171)

cual estudiantes capacitados ayudan a otros compañeros a resolver conflictos pacíficamente. (p. 135)

**presión de grupo** Influencia de otros de tu misma edad. (p. 33)

**perecedero** Que se echa a perder fácilmente. (p. 574)

**perseverancia** Trabajar pacientemente para sobrepasar obstáculos y mantenerse fiel a una creencia o acción, incluso cuando es difícil. (p. 18)

**límites personales** Límites que estableces para ti mismo basados en tus propias prioridades. (p. 339)

**crecimiento personal** Aprender y practicar nuevas habilidades a medida que progresas en alcanzar tu potencial. (p. 12)

**norma personal** Una regla o principio que estableces para ti mismo. (p. 33)

**personalidad** La combinación de características que te hacen diferente a las demás personas. (p. 7)

**perspectiva** Posición o punto de vista. (p. 339)

**persuadir** Incitar a otros en una dirección. (p. 89)

**cubertería para una persona** El arreglo de los cubiertos en la mesa para una persona. p. 617)

**plagio** Cuando alguien copia parte del trabajo original de otra persona y lo usa como si fuera propio. (p. 213)

**servicio de mesa** Cuando la comida se pone en el plato de cada persona en la cocina y los platos se traen a la mesa. (p. 615)

**contaminantes** Sustancias dañinas (p.761)

**contaminación** La presencia de sustancias dañinas en el medio ambiente. (p. 761)

**esquema Ponzi** Tipo de pirámide que promete a los inversionistas altas ganancias, pero cuyas fuentes son falsas. (p. 235)

**carpeta de trabajos** Colección de muestras de trabajo que demuestran tus habilidades. (p. 313)

**potencial** La capacidad de desarrollarse, lograr el éxito o convertirse en algo más de lo que eres ahora. (p. 11)

**lucha de poder** Cuando varios individuos o grupos sienten la necesidad de estar en control. (p. 125)

**práctico** Útil. (p. 700)

**problema práctico** Situación compleja con muchos elementos que involucra el escoger entre diversas alternativas que se relacionan unas con las otras. (p. 171)

**practical reasoning** The process of examining and asking questions about a practical problem. (p. 173)

**precycling** Reducing waste with environmentally responsible consumer choices. (p. 763)

**prejudice** An unfair judgement made without knowing all the facts. (p. 125)

**premature** Born before 37 weeks of development. (p. 505)

**prenatal** Before birth. (p. 461)

**preventive maintenance** Taking action to prevent problems or to keep minor problems from becoming major ones. (p. 740)

**pride** Pleased and satisfied. (p. 497)

**primary care physician** A doctor who provides general care and performs checkups. (p. 532)

**primary** Main or first. (p. 475)

**principal** The original loan amount borrowed. (p. 274)

**prioritize** Decide what is most important. (p. 147)

**private-label** Made by an unnamed manufacturer, especially for the distributor. (p. 651)

**proactive** The initiative to think and plan ahead for situations. (p. 33)

**procrastination** Putting off doing something until later. (p. 11)

**progress** Move forward or advance. (p. 126)

**prohibit** Ban or disallow. (p. 423, 639)

**project** Display outwardly. (p. 131)

**promote** Encourage or advance. (p. 245, 475)

**prone** Sensitive or likely to. (p. 463)

**proportion** The relationship in size of one part of a design to another part and to the whole. (p. 634, 708)

**prospective** Likely or expected. (p. 500)

**prospects** Possibilities. (p. 302)

**protein** A nutrient your body uses to build and repair body tissues. (p. 541)

**puberty** Hormonally triggered changes that result in a physically mature body that is able to reproduce. (p. 464)

**pyramid scheme** A get rich quick plan based on recruiting other participants. (p. 235)

## Q

**quality** Characteristic or attribute. (p. 95)

**razonamiento práctico** El proceso de examinar y preguntar sobre un problema práctico. (p. 173)

**pre-reciclar** Reducir desechos a través de decisiones responsables por parte del consumidor. (p. 763)

**prejuicio** Un juicio injusto que se hace sin conocer todos los hechos. (p. 125)

**premature** Que nace antes de completar las 37 semanas de desarrollo. (p. 505)

**prenatal** Antes del nacimiento. (p. 461)

**mantenimiento preventivo** Tomar acción para prevenir problemas o para prevenir que pequeños problemas empeoren. (p. 740)

**orgullo** Contento y satisfecho. (p. 497)

**médico general** Un doctor que proporciona atención general y realiza exámenes de chequeo. (p. 532)

**primario** Principal o primero (p.475)

**principal** El monto original de un préstamo.(p. 274)

**dar prioridad** Decidir lo que es más importante. (p. 147)

**etiqueta privada** Hecho por un productor que no es nombrado, especialmente para el distribuidor. (p. 651)

**proactivo** La iniciativa a pensar y planear para situaciones futuras. (p. 33)

**procrastinar** Dejar de hacer cosas para realizarlas después. (p. 11)

**progresar** Moverse hacia adelante o avanzar. (p. 126)

**prohibir** Proscribir o vetar. (p. 423, 639)

**proyectar** Mostrar hacia el exterior. (p. 131)

**promover** Fomentar o avanzar. (p. 245, 475)

**propenso** Sensible o proclive a. (p. 463)

**proporción** La relación en tamaño de una parte del diseño a otra parte y al todo. (p. 634, 708)

**posible** Que se espera. (p. 500)

**perspectivas** Posibilidades. (p. 302)

**proteína** Nutriente que tu cuerpo usa para construir y reparar tejidos. (p. 541)

**pubertad** Cambios causados por hormonas que resultan en un cuerpo maduro que tiene la capacidad de reproducirse. (p. 464)

**esquema piramidal** Plan para hacerse rico basado en el reclutamiento de otros participantes. (p. 235)

## Q

**cualidad** Característica o atributo. (p. 95)

**quiet play** Activities that engage the mind and use small motor skills. (p. 486)

## R

**range** A cooking stove. (p. 585)

**rate** Speed. (p. 458)

**REASON process** A process that helps you think through and solve problems. (p. 17)

**rebate** A refund of part of the purchase price of a product. (p. 256)

**recipe** A list of ingredients and instructions for making a food or beverage. (p. 603)

**reciprocity** A mutual exchange in which each person gives as well as receives. (p. 395)

**reconcile** Compare accounts for accuracy. (p. 269)

**recover** To get back or regain. (p. 234)

**recycled-content products** Items made partially or totally from materials that might have ended up in a landfill. (p. 765)

**redress** The right to seek legal remedy when laws are violated. (p. 226)

**reference** A person your potential employer can contact to learn more about you. (p. 311)

**reflect** Reveal or show. (p. 28)

**reflex** An instinctive, automatic response in infants, such as grasping and sucking. (p. 461)

**refurbish** Repair or renovate. (p. 687)

**refusal skills** Communication strategies that help you say no when you are urged to take part in behaviors that are unsafe, unhealthful, or go against your values. (p. 115)

**region** Area or district. (p. 745)

**regulates** Controls. (p. 573)

**rejection** Feeling dismissed by others. (p. 398)

**relationship** The connection you have with other people. (p. 355)

**reliable** Trustworthy and dependable. (p. 175)

**renewable resources** Resources, such as plants, trees, and soil, that replace themselves naturally over time. (p. 755)

**representative** Someone who acts on behalf of someone else. (p. 332)

**resentment** Ongoing anger caused by a sense of having been badly treated. (p. 441)

**resiliency** The ability to overcome disappointment and stress. (p. 18, 483)

**juego de aprendizaje** Actividades que comprometen la mente y usan habilidades motrices pequeñas.

## R

**estufa** Una estufa para cocinar. (p. 585)

**ritmo** Velocidad. (p. 458)

**Proceso de RAZON** Proceso que te ayuda a pensar y resolver problemas. (p. 174)

**reembolso** Devolución de parte del precio de la compra de un producto. (p. 256)

**receta** Lista de ingredientes e instrucciones para hacer una comida o una bebida (p.603)

**reciprocidad** Intercambio mutuo en el que la persona entrega, así como recibe. (p. 395)

**reconciliar** Comparar cuentas para verificar la precisión. (p. 269)

**recuperar** Recobrar o volver a ganar. (p. 234)

**productos de contenido reciclado** Artículos hechos parcial o totalmente de materiales que hubieron terminado en el basurero. (p. 765)

**reparación** El derecho de tratar de obtener remedio legal cuando se han violado las leyes. (p. 226)

**persona que hace una recomendación** Una persona con quien tu empleador potencial podría comunicarse para saber más acerca de ti. (p. 311)

**reflejar** Revelar o mostrar. (p. 28)

**reflejo** Respuesta instintiva y automática en los bebés, como agarrar o chupar. (p. 461)

**remodelar** Reparar o renovar. (p. 687)

**habilidades de rechazo** Estrategias de comunicación que te ayudan a decir no cuando te insisten que tomes parte en comportamientos que son inseguros, insalubres o que van en contra de tus valores. (p. 115)

**región** Área o distrito. (p. 745)

**regula** Controla. (p. 573)

**rechazo** Sentirse desatendido por otros. (p. 398)

**relación** La conexión que tienes con otras personas. (p. 355)

**confiable** Fiable y responsable. (p. 175)

**recursos renovables** Recursos que se reemplazan naturalmente con el tiempo, como las plantas, los árboles y la tierra. (p. 755)

**representante** Alguien que actúa en nombre de otra persona. (p. 332)

**resentimiento** Rabia causada por la sensación de haber sido mal tratado. (p. 441)

**resistencia** La habilidad para recuperarse del estrés y la desilusión. (p. 18, 483)

**resource** Something or someone that can help you achieve a goal. (p. 150)  
**resourceful** Using creative problem solving to manage available resources. (p. 153)  
**responsibility** A required task. (p. 185)  
**restrict** Limit. (p. 56)  
**résumé** A written summary of a job seeker's work experience, education, skills, and interests. (p. 311)  
**return policy** The rules for returning or exchanging purchased merchandise. (p. 236)

**rivalry** A situation in which people compete to gain an advantage. (p. 441)  
**role conflict** When one role has a significant negative impact on another role. (p. 337)

**role model** A person who sets an example for others. (p. 93)  
**rotation** Storage system that ensures that older supplies are used before newer ones. (p. 593)

**routine** A regular procedure. (p. 738)

## S

**saturated fats** Fats that are usually in solid form at room temperature and are found mostly in animal products such as meat, milk, cheese, and butter. (p. 542)

**scale drawing** A drawing in which a given number of inches represents a given number of feet. (p. 706)  
**scratch** The use of basic ingredients in cooking instead of a prepared mix. (p. 556)

**second** A clothing item with a noticeable flaw, such as a small hole. (p. 253, 651)

**security deposit** A fee paid before renting a property to cover any damage you might cause. (p. 699)  
**seldom** Not often, or rare. (p. 711)  
**self-concept** The way you see yourself and the way you believe others see you. (p. 8)

**self-esteem** The value or importance you place on yourself. (p. 9)  
**sell-by date** The last day a product may be sold. (p. 574)  
**selvage** The finished edge of fabric. (p. 678)

**recurso** Algo o alguien que te puede ayudar a alcanzar una meta. (p. 150)  
**ingenioso** Que maneja con creatividad los recursos disponibles. (p. 153)  
**responsabilidad** Una tarea obligatoria. (p. 185)  
**restringir** Limitar. (p. 56)  
**currículum** Un resumen escrito del trabajo, la educación, las habilidades y los intereses de alguien que busca empleo. (p. 311)  
**términos de devolución** Las reglas para devolver o cambiar una mercancía comprada. (p. 236)  
**rivalidad** Situación en la que las personas compiten para ganar ventajas. (p. 441)  
**conflicto de responsabilidades** Cuando un papel tiene un impacto significativamente negativo sobre otro papel. (p. 337)  
**modelo de conducta** Una persona que da ejemplo a otras. (p. 93)  
**rotación** Sistema de almacenamiento que asegura que los suministros más viejos se usen antes que los nuevos. (p. 593)  
**rutina** Un procedimiento que se hace con regularidad. (p. 738)

## S

**grasas saturadas** Grasas que generalmente son sólidas a temperatura ambiente, y que por lo general provienen de productos animales como la carne, la leche, el queso y la mantequilla. (p. 542)  
**dibujo a escala** Un dibujo en el que cierto número de pulgadas representa cierto número de pies. (p. 706)  
**casero (hecho por ti mismo)** El uso de ingredientes básicos para preparar una comida, en vez de usar una mezcla preparada. (p. 556)  
**defectuoso** Un artículo de vestir con un defecto claramente visible, como un agujero. (p. 253, 651)  
**depósito de seguridad** Monto de dinero que se paga antes de arrendar una propiedad para cubrir cualquier daño que causes. (p. 699)  
**rara vez** Sin frecuencia, raramente. (p. 711)  
**concepto sobre si mismo** La forma en que te ves a ti mismo y la manera como crees que los demás te ven. (p. 8)  
**autoestima** El valor o la importancia que te das a ti mismo. (p. 9)  
**fecha limite de venta** El último día que un producto debe ser vendido. (p. 574)  
**orillo de la tela** El borde terminado de una tela.

**sense of self** Your idea of who you are. (p. 112)

**sequence** Order. (p. 605)

**serger** A machine that sews, trims, and finishes a fabric edge in one step. (p. 675)

**service** Work performed for a fee. (p. 257)

**service learning** Taking classroom learning and using it to meet a community need. (p. 55)

**sewn-in label** A label with information such as manufacturer name, country of manufacture, fiber content, and care instructions. (p. 655)

**sew-through button** A button with two or four visible holes. (p. 686)

**sexual harassment** Objectionable behavior of a sexual nature. (p. 404)

**sexually transmitted infections (STIs)** Diseases spread through sexual contact. (p. 415)

**shade** A darker color value. (p. 636)

**shank button** A button with a built-in loop on the back. (p. 686)

**shares** Individual units of ownership. (p. 272)

**shoplifting** The theft of merchandise from a store. (p. 237)

**short-term goal** A goal you want to complete soon. (p. 148)

**signal** Indicate or show. (p. 397)

**significant** Important. (p. 322)

**silhouette** The shape or form created when lines are combined. (p. 633)

**skills-based résumé** A résumé focusing on workplace skills and giving examples of how you have used the skills. (p. 311)

**slew** A large number or many. (p. 740)

**small claims court** A court in which claims under a certain dollar amount are settled by a judge. (p. 230)

**socialization** Learning how to interact with other people. (p. 374)

**specialist** A doctor trained to treat specific diseases or medical conditions. (p. 532)

**spontaneous** Impulsive or acting without restraint. (p. 191)

(p. 678)

**sentido de uno mismo** Tu idea de quién eres. (p. 112)

**secuencia** Orden. (p. 605)

**máquina fileteadora** Máquina que cose, recorta y termina el orillo de la tela en un solo paso. (p. 675)

**servicio** Trabajo que se realiza por un monto de dinero. (p. 257)

**servicio a la comunidad para estudiantes** Usar lo que se aprende en clase para prestar servicio a la comunidad. (p. 55)

**etiqueta cosida** Una etiqueta con información como el nombre del fabricante, el país de fabricación, el contenido de la fibra y las instrucciones para su cuidado. (p. 655)

**botón con agujeros** Un botón con dos o cuatro agujeros. (p. 686)

**acoso sexual** Comportamiento censurable de naturaleza sexual. p. 404)

**infecciones de transmisión sexual (ITSs)** Enfermedades que se transmiten a través del contacto sexual. (p. 415)

**sombra** Un valor de color más oscuro. (p. 636)

**botón caña** Botón que tiene una presilla en la parte de atrás. (p. 686)

**acciones** Unidades individuales de posesión. (p. 272)

**hurtar en una tienda** El robo de mercancía de una tienda. (p. 237)

**meta a corto plazo** Una meta que quieres alcanzar pronto. (p. 148)

**señalar** Indicar o mostrar. (p. 397)

**significativo** Importante. (p. 322)

**silueta** La forma que se crea cuando se combinan líneas. (p. 633)

**currículum basado en habilidades** Currículum que se enfoca en las habilidades que se tienen y que da ejemplos de cómo se han usado. (p. 311)

**montón** Un gran número o muchos. (p. 740)

**tribunal de demandas de menor cuantía** Un juzgado en el que un juez resuelve demandas que involucran una cantidad de dinero menos de un cierto límite. (p. 230)

**socialización** Aprender a interactuar con otras personas. (p. 374)

**especialista** Un doctor capacitado para tratar enfermedades o condiciones médicas específicas. (p. 532)

**espontáneo** Impulsivo o que actúa impetuosamente. (p. 191)

**standing time** A period of time when food continues to cook after microwaving. (p. 613)

**staples** Basic food items, such as rice or flour. (p. 570)

**status symbol** A sign of social position or rank. (p. 632)

**staystitching** A row of regular machine stitches through a single layer of fabric. (p. 683)

**stereotype** An expectation that all people in a particular group will have the same qualities or act in the same way. (p. 362)

**sticker price** The dealer's initial asking price as shown on the sticker attached to the vehicle. (p. 726)

**stimulating environment** An environment in which one has a wide variety of things to see, taste, smell, hear, and touch. (p. 483)

**store brand** A supermarket's product. (p. 568)

**stress** A body's response when one feels overwhelmed. (p. 530)

**style** A distinctive form of a clothing item. (p. 631)

**substance abuse** The use of illegal drugs or the misuse of legal drugs or substances. (p. 386, 525)

**substantial** Large. (p. 255)

**suit** Match or fit your needs. (p. 299)

**suitable** Right for the circumstances. (p. 314)

**supervisor** The person responsible for making sure people do the work necessary to complete projects and achieve goals. (p. 436)

**support system** All the people and organizations a person can turn to for help. (p. 379)

**support** Pay the costs of. (p. 506)

## T

**target market** A group of consumers to whom a company is trying to appeal with its products. (p. 631)

**task management** Keeping track of the tasks you need and want to accomplish and making sure you get them all done in a timely way. (p. 185)

**teamwork** Working with others to achieve a common goal. (p. 87)

**technology** The application of science to help

**tiempo de reposo** Periodo de tiempo durante el cual la comida continúa cocinándose después salir del microondas. (p. 613)

**alimento básico** Alimentos básicos como el arroz o la harina. (p. 570)

**símbolo de estatus (símbolo de prestigio)** Un signo de posición social o rango. (p. 632)

**pespunte (sobrehilado)** Línea de puntadas de máquina de coser a través de una sola capa de tela. (p. 683)

**estereotipo** Expectativa de que todas las personas de un grupo particular tendrán las mismas cualidades o actuarán de la misma manera. (p. 362)

**precio de etiqueta** El precio que el comerciante pide inicialmente y que aparece en la etiqueta que está pegada al vehículo. (p. 726)

**ambiente estimulante** Ambiente en el que uno tiene gran variedad de cosas para ver, oler, probar, oír y tocar. (p. 483)

**marca del supermercado** Un producto hecho por el mismo supermercado. (p. 568)

**estrés** La respuesta del cuerpo cuando uno se siente abrumado. (p. 530)

**estilo** Una forma distintiva de una prenda de vestir. (p. 631)

**abuso de sustancias** El consumo de drogas ilegales o el abuso de medicamentos o sustancias legales. (p. 386, 525)

**considerable** Grande. (p. 255)

**que conviene** Que es adecuado para tus necesidades. (p. 299)

**conveniente** Apto para las circunstancias. (p. 314)

**supervisor** Persona responsable de que las personas hagan el trabajo necesario para completar proyectos y alcanzar metas. (p. 436)

**sistema de apoyo** Las personas y organizaciones a las que una persona puede acudir para pedir ayuda. (p. 379)

**mantener** Pagar los costos de. (p. 506)

## T

**mercado objetivo** Grupo de consumidores a los que una compañía trata de atraer a sus productos. (p. 631)

**administración de tareas** Estar al tanto de las tareas que necesitas y quieres terminar, y asegurarte de terminarlas a tiempo. (p. 185)

**trabajo de equipo** Trabajar con otros para alcanzar una meta en común. (p. 87)

**tecnología** La aplicación de la ciencia para

people meet their needs and wants. (p. 203)

**telecommute** Work from home using technology to link to one's job. (p. 342)

**telemarketing** The act of marketing goods and services by telephone. (p. 234)

**temperament** An inborn style of reacting to the world and relating to others. (p. 457)

**tenant** Person who rents a property. (p. 702)

**terms** Conditions. (p. 277)

**testimonial** A positive statement about or endorsement of a product based on personal experience. (p. 248)

**text message** A short typed message sent between cellular telephones. (p. 76)

**third party** A person who is not directly involved in or affected by a situation. (p. 439)

**tint** A lighter color value. (p. 636)

**title** A legal document showing ownership. (p. 722)

**tolerance** Respecting other people's beliefs and customs. (p. 359)

**tone** The way a message would sound if it were read aloud. (p. 71)

**traffic pattern** The route people use to move through a room or from one part of a home to another. (p. 706)

**trans fats** A type of fat formed when food manufacturers turn liquid oils into solid fats in a process known as hydrogenation. (p. 542)

**transfer** Move or convey. (p. 595)

**transferable skill** A general skill that can be used in many different situations. (p. 296)

**transform** Change or alter. (p. 764)

**trivial** Minor or unimportant. (p. 125)

**true** Unchanged or consistent. (p. 661)

## U

**unique** Different or distinguished from the rest. (p. 150)

**unit price** The price per ounce, pound, or other unit of measure. (p. 569)

**unsaturated fats** Fats that are usually in liquid form at room temperature and are found mainly in oils from vegetables, nuts, and seeds. (p. 542)

**use-by date** The last day a product is considered

ayudar a las personas a alcanzar lo que necesitan o quieren. (p. 203)

**trabajar a distancia** Trabajar desde la casa usando tecnología que nos conecta al trabajo. (p. 342)

**telemárketing** El acto de vender artículos y servicios por teléfono. (p. 234)

**temperamento** Un estilo de reacción al mundo y de relacionarse con los demás con el que se nace. (p. 457)

**inquilino** Persona que arrienda una propiedad. (p. 702)

**términos** Condiciones. (p. 277)

**recomendación** Declaración positiva o promoción de un producto basado en la experiencia personal. (p. 248)

**mensaje de texto** Un mensaje corto escrito y enviado entre teléfonos celulares. (p. 76)

**tercer actor** Persona que no está involucrada directamente en o afectada por una situación. (p. 439)

**matiz** Un valor de color más claro. (p. 636)

**escritura** Un documento legal que demuestra el dominio de una propiedad. (p. 722)

**tolerancia** Respetar las creencias y culturas de otras personas. (p. 359)

**tono** La forma en que un mensaje puede sonar si se lee en voz alta. (p. 71)

**patrón de movimiento** La ruta que las personas usan para moverse en un cuarto o desde un sitio de la casa a otro. (p. 706)

**grasas trans** Un tipo de grasa que se forma cuando los productores de alimentos convierten los aceites líquidos en grasas sólidas en un proceso llamado hidrogenación. (p. 542)

**traspasar** Mover o transmitir. (p. 595)

**habilidad transferible** Habilidad general que se puede usar en diferentes situaciones. (p. 296)

**transformar** Cambiar o alterar. (p. 764)

**trivial** Menor o sin importancia (p. 125)

**verdadero** Que no cambia, constante. (p. 661)

## U

**único** Diferente o que se distingue de lo demás. (p. 150)

**precio unitario** El precio por onza, libra u otra unidad de medida. (p. 569)

**grasa no saturada** Grasas que generalmente son líquidas a temperatura ambiente y que provienen principalmente de vegetales, nueces y semillas. (p.542)

**fecha de caducidad** El último día en que se

fresh. (p. 574)

## V

**vaccine** The disease-causing germ that is injected in the body so that the body can create antibodies. (p. 476)

**vacuum** A state of isolation from outside influences. (p. 225)

**value** Attach importance. (p. 34)

**value** An accepted principle or standard held by a person or a group. (p. 8)

**value** The lightness or darkness of a hue. (p. 636)

**vegetarian** A person who does not eat meat, poultry, and fish. (p. 558)

**verbal communication** Sending messages with words. (p. 69)

**vintage clothes** Clothing items and accessories from a previous era, generally representing decades from the 1930s to the not-so-distant past. (p. 652)

**violence** Physical force used to injure or abuse someone. (p. 127)

**vision** The ability to imagine. (p. 93)

**vitamin** A nutrient that helps your body function properly and process other nutrients. (p. 546)

**volume** The amount of space taken up by something. (p. 606)

**volunteer** Someone who offers services free of charge to help others. (p. 53)

**vulnerable** Especially open to physical or emotional harm or easily persuaded by pressure. (p. 364)

## W

**wardrobe** Personal collection of clothes. (p. 641)

**warranty** A guarantee that provides protection against faulty products. (p. 255)

**waver** Change opinion. (p. 114)

**wellness** An approach to life that emphasizes taking positive steps toward overall good health and well-being. (p. 521)

**win-win solution** A solution that benefits everyone involved and has no real drawbacks for anyone. (p. 133)

**work center** An area devoted to a certain type of task. (p. 586)

**work ethic** The self-imposed obligation to work hard and complete tasks efficiently and well. (p. 331)

**work triangle** In a kitchen, the imaginary lines connecting the three work centers, which are

considera fresco un producto. (p. 574)

## V

**vacuna** El germen que causa enfermedades se inyecta en el cuerpo para que éste cree anticuerpos. (p. 476)

**separado de todo** Un estado de aislamiento de influencias externas. (p. 225)

**valorar** Añadir importancia. (p. 34)

**valor** Un principio aceptado o una norma adoptada por una persona o un grupo. (p. 8)

**valor** La claridad u oscuridad de un tono. (p. 636)

**vegetariano** Una persona que no come carne, pollo y pescado. (p. 558)

**comunicación verbal** Enviar mensajes con palabras. (p. 69)

**ropa de época** Artículos de vestido y accesorios de una época pasada; generalmente se refiere a ropa de las décadas de los años 1930s en adelante. (p. 652)

**violencia** Fuerza física usada para herir o maltratar a alguien. (p. 127)

**visión** La habilidad para imaginar. (p. 93)

**vitamina** Nutriente que ayuda a tu cuerpo a funcionar adecuadamente y a procesar otros nutrientes. (p. 546)

**volumen** La cantidad de espacio que algo ocupa. (p. 606)

**voluntario** Alguien que ofrece sus servicios para ayudar a otros gratis. (p. 53)

**vulnerable** Especialmente abierto al daño físico o emocional o que es fácilmente persuadido bajo presión. (p. 364)

## W

**vestuario** Colección personal de ropa. (p. 641)

**garantía** Acuerdo que protege al consumidor de productos dañados. (p. 255)

**vacilar** Cambiar de opinión. (p. 114)

**bienestar** Enfoque hacia la vida que enfatiza tomar pasos positivos hacia la buena salud y el bienestar. (p. 521)

**solución de ganancia mutua** Una solución que beneficia a todos los involucrados y en la que nadie sale perdiendo. (p. 133)

**centro de trabajo** Un área dedicada a cierto tipo de tarea. (p. 586)

**ética de trabajo** La obligación auto-impuesta a trabajar duro para terminar las tareas de manera eficiente y correcta. (p. 331)

**triángulo de trabajo** En una cocina, las líneas imaginarias que conectan tres centros de trabajo

storage, cooking, and cleanup. (p. 586)

**workplace culture** An atmosphere based on the attitudes, behavior, habits, and expectations of the company's owners and employees. (p. 332)

## Y

**yarn** The thread-thin product of fibers that have been twisted together. (p. 659)

**yield** The number of servings a recipe makes. (p. 603)

que son almacenamiento, cocina y limpieza. (p. 586)

**cultura del sitio de trabajo** Un ambiente basado en las actitudes, el comportamiento, los hábitos y las expectativas de los dueños y empleados de una compañía. (p. 332)

## Y

**hilo** Producto que consiste en hebras delgadas que fueron retorcidas juntas. (p. 659)

**rendimiento** El número de porciones que se hacen de una receta. (p. 603)