

Two black, stylized decorative flourishes, resembling leaves or branches, are positioned on either side of the title text.

Estrategia para prevenir la diarrea

MIGUEL ÁNGEL BENÍTEZ PEÑUELA.

MICROBIÓLOGO

CENTRO DE INVESTIGACIONES MICROBIOLÓGICAS DEL CESAR

2020

A decorative graphic element at the bottom of the page, consisting of a diagonal gradient from orange to black.

Descripción general

- ▶ Alteración intestinal que se caracteriza por la mayor frecuencia, fluidez y, a menudo, volumen de las deposiciones.
- ▶ La diarrea suele ser un síntoma de una infección del tracto digestivo, que puede estar ocasionada por diversos organismos bacterianos, víricos y parásitos. La infección se transmite por alimentos o agua de consumo contaminados, o bien de una persona a otra como resultado de una higiene deficiente.



Síntomas

Los signos y síntomas asociados con la diarrea pueden ser los siguientes:

- ▶ Deposiciones flojas y acuosas
- ▶ Calambres abdominales
- ▶ Dolor abdominal
- ▶ Fiebre
- ▶ Sangre en las heces
- ▶ Mucosidad en las heces
- ▶ Hinchazón
- ▶ Náuseas
- ▶ Necesidad urgente de defecar



Causas

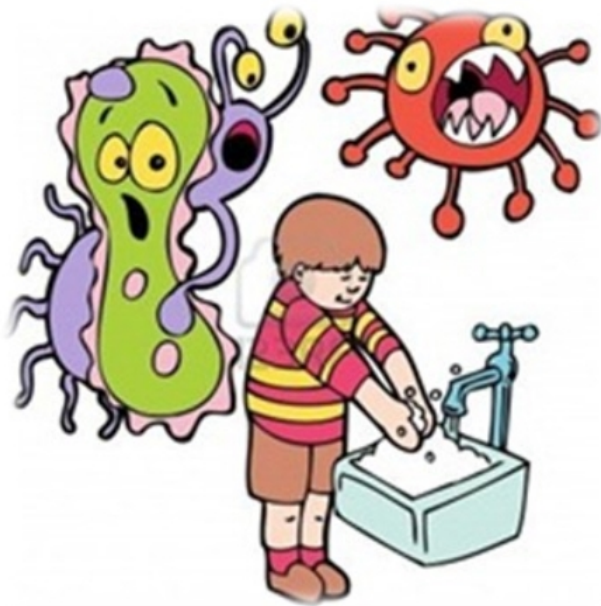
Varias enfermedades y afecciones pueden causar diarrea, incluidas las siguientes:

- ▶ Virus, Bacterias y parásitos.
- ▶ Medicamentos.
- ▶ Intolerancia a la lactosa.
- ▶ Otros trastornos digestivos.



HIGIENE DE MANOS

- ▶ Se entiende por higiene de manos un procedimiento cuyo objetivo es reducir el número de microorganismos que hay en la piel de las manos.
- ▶ Cuando el procedimiento se realiza con agua y jabón lo llamamos lavado de manos. Cuando se realiza con un preparado de base alcohólica o con un jabón antiséptico lo denominamos desinfección de las manos.



PREVENCIÓN

LAVADO DE MANOS



¿Por qué?



Lavarse las manos con agua y jabón es la intervención de salud más simple y más económica que salva vidas.

El lavado de manos con agua y jabón interrumpe la cadena de transmisión de:

- Enfermedad Diarreica Aguda
- Neumonía
- Enfermedades de la piel
- Enfermedades de los ojos
- Parasitismo intestinal

Prevención de la diarrea del viajero



Presta atención a lo que comes. Come alimentos calientes y bien cocidos. Evita las frutas y los vegetales crudos, a menos que tú mismo los puedas pelar.

Presta atención a lo que bebes. Bebe agua embotellada, gaseosas, cervezas o vinos servidos en su recipiente original. Evita el agua de grifo y los cubos de hielo.

Busca advertencias de viajeros. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades mantienen un sitio web de salud para viajeros en el que se publican advertencias sobre enfermedades en varios países.



EXACTLY!



CENTRO DE INVESTIGACIONES MICROBIOLÓGICAS DEL CESAR LIMITADA - CIMCE LIMITADA

Correo: cimcecorreo@gmail.com

Página web: www.cimce.org

Tel: 5800126-5806696

Valledupar-Colombia