

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

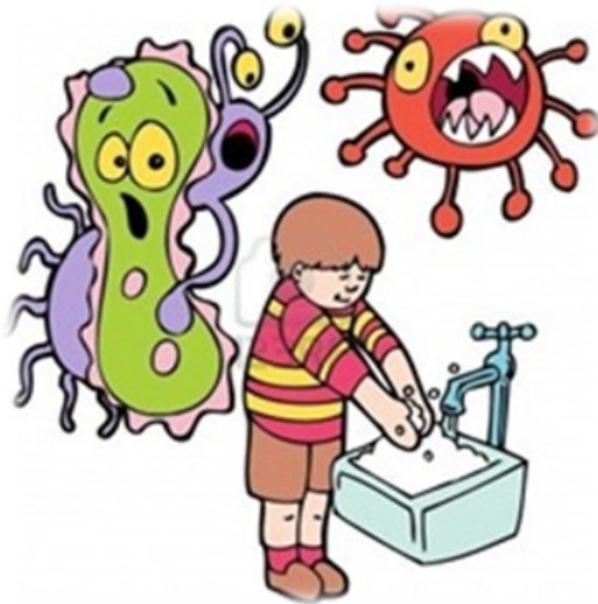
Varias enfermedades y afecciones pueden causar diarrea, incluidas las siguientes:

- ▶ 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](mailto:cimcecorreo@gmail.com)

Página web: [www.cimce.org](http://www.cimce.org)

Tel: 5800126-5806696

Valledupar-Colombia