

RECOMENDACIONES

ANTE CASOS DE GASTROENTERITIS



- Utilice siempre agua potable para beber, cocinar y lavar. De no contar con ella, puede potabilizarla hirviéndola durante 5 minutos o agregándole 2 gotas de lavandina por litro, dejándola reposar media hora antes de su uso.

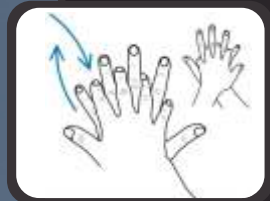


- No se bañe y/o nade en áreas que no estén explícitamente autorizadas por las autoridades sanitarias.



- Lave cuidadosamente las frutas y verduras, sobre todo aquellas que serán consumidas crudas.

- Lave siempre sus manos con agua y jabón: antes de comer, antes de manipular alimentos, después de haber ido al baño, cambiado pañales o acariciado a sus mascotas.



- Refuerce la higiene en baños, picaportes de puertas y botones de los inodoros. Además extermine la limpieza de la cocina. Utilice, para la limpieza, lavandina diluida en agua a razón de 1 cucharada soperas por litro de agua.

- Luego de lavar la vajilla con agua y detergente, sumerja los platos, vasos y cubiertos unos momentos en agua con 3 gotas de lavandina, a fin de desinfectarlos.



- Mantenga la higiene de las manos de los niños.

- Si tiene un bebé recuerde que la leche materna lo protege de distintas enfermedades, estimule el amamantamiento cada vez que el niño lo requiera.

- Evite el contacto entre carne cruda y otros alimentos. Use recipientes y utensilios diferentes (fuentes, cuchillas y tablas de cortar) para manipular alimentos crudos y cocidos, o bien, lávelos minuciosamente entre uso y uso.

- Tratamiento de los residuos: es importante no acumular basura adentro, ni alrededor o cerca de la casa, y mantenerla en recipientes cerrados, para evitar moscas y roedores.



- Si usted presenta síntomas como diarrea, vómitos y/o dolor abdominal evite manipular y/o preparar alimentos y consulte inmediatamente a un profesional de la Salud. No se automedique ni administre a los niños ningún remedio, antibiótico ni antidiarreico.

Ante cualquier síntoma consulte en su centro de salud más cercano.