

¿Cómo prevenir cuadros de diarrea?




¿Qué son las enfermedades diarreicas?

Son afecciones que pueden ser infecciones o no, del tracto digestivo y generan la deposición 3 o más veces al día de heces sueltas o líquidas.

Infecciosas: pueden ocasionarse por virus, bacterias o parásitos.





La mayoría de los cuadros de diarrea se recuperan en pocos días, sin tratamiento específico y ayudando con dieta

¡No se automedique!



¿Qué hacer ante la presencia de diarrea?

- > Consultar al médico o acudir a un centro de salud.
 - > Beber abundante líquido para prevenir la deshidratación.
 - > En caso de bebés y niños pequeños, no interrumpir nunca la lactancia.
-

La falta de higiene en manos y ambientes, la ingestión de agua y alimentos contaminados son las vías por medio de las cuales se adquieren estas infecciones.

¿Cómo podemos prevenirlas?

Asegurate de mantener tus manos limpias, consumir agua segura y conservar de forma correcta los alimentos al momento de refrigerarlos y cocinarlos.



¿Cuándo consultar por asistencia médica?

Dolor intenso en el abdomen o recto (en adultos).

Fiebre de 38,5°C o más.

Materia fecal con **sangre** o **pus**.

Materia fecal **negra y alquitranadas**.

