

Fichas para periodistas



Mensajes para prevención de enfermedades

El mundo es un pueblo



MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA

Ministerio de Salud Pública

ORGANIZACIÓN DE ESTADOS AMERICANOS



Organización
Panamericana
de la Salud

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD



USAID

FORN AID AGENCY FOR INTERNATIONAL DEVELOPMENT

Hábitos de higiene

- 1** Lávese las manos con agua y jabón, antes de preparar los alimentos, antes de comer y después de usar el baño.
- 2** Antes de comer las frutas y verduras lavarlas con abundante agua segura.



Agua segura

- 1 Tome solamente agua clorada, hervida o embotellada.
- 2 Obtenga cloro gratis en los centros y subcentros de salud del Ministerio de Salud Pública. Adicione 6 gotas de cloro por litro de agua. Espere 30 minutos antes de consumir el agua clorada.
- 3 Use bidones o utensilios limpios y con tapa para guardar el agua.



Basura

- 1 Pongamos la basura en fundas o tachos con tapa. Coloque las fundas en lugares donde los animales no las rompan.



Malaria – Paludismo

- 1 ¡Protéjase de los mosquitos!: duerma con toldo.
- 2 Cubra las ventanas y rendijas de las casas con tela metálica para evitar que entren los mosquitos.
- 3 Limpie la maleza en los alrededores de su vivienda.
- 4 Si tiene fiebre **¡no se automedique!**
Acuda al centro de salud más cercano.



Gripe

- 1 Cúbrase la boca y la nariz al toser o estornudar con un pañuelo o papel higiénico.
- 2 Si no tiene pañuelo, tápese con la parte interior del codo.
- 3 Lávese las manos con agua y jabón después de toser o estornudar.
- 4 Si tiene fiebre, dolor de cabeza, garganta, tos, secreción nasal, malestar general. **No se automedique.**
¡Acuda al centro de salud más cercano!
- 5 ¡Tome abundantes líquidos!



Mordeduras de serpiente

- 1 Revise y sacuda la cama, hamacas, cuna, ropa, zapatos, para asegurarse de que en su casa no haya serpientes y así evita su mordedura.
- 2 Si trabaja o vive en el campo use botas/zapatos.
- 3 Limpie la maleza en los alrededores de su vivienda.
- 4 Si una persona es mordida por una serpiente, lave la herida con abundante agua y jabón, y acuda urgentemente a la unidad de salud más cercana.
¡¡La aplicación a tiempo del suero antiofídico puede salvarle la vida!!



Leptospirosis

- 1 No se bañe en aguas que puedan estar contaminadas por la orina de ratas, perros, vacas o cerdos.
- 2 Si tiene que caminar por lugares inundados, ¡¡use botas!!
- 3 Si presenta fiebre, dolores musculares, ¡no se automedique!
¡acuda al centro de salud más cercano!



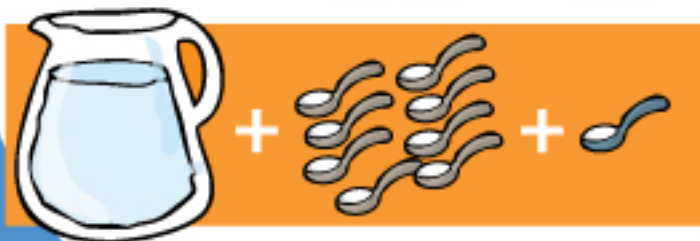
Diarreas

- 1 Lávese las manos con agua y jabón, antes de preparar los alimentos, antes de comer y después de usar el baño.
- 2 Tome agua segura. (Coloque el cloro que distribuye gratuitamente el Ministerio de Salud Pública, 6 gotas por litro).
- 3 No consuma alimentos preparados en la calle.
- 4 No haga sus necesidades biológicas (caca) al aire libre.
- 5 Si tiene diarrea, tome abundantes líquidos. Tome suero oral o suero casero.
- 6 Preparación del suero casero:
Agregue en 1 litro de agua hervida pero fría 8 cucharaditas de azúcar al ras más 1 cucharadita de sal, una pizca de bicarbonato, no indispensable, mezclar bien y darle al enfermo la cantidad que sea necesaria.

1 litro
de agua

8 cucharaditas
de azúcar

1 cucharadita
de sal



Dengue

- 1** Tape bien los tanques, cisternas y recipientes que contengan agua.
- 2** Cepille internamente los tanques con agua, una vez a la semana, para eliminar los huevos del mosquito.
- 3** Bote el agua acumulada en llantas, tarros, tarrinas, botellas.
- 4** Cambiemos el agua de los floreros cada cinco días.
- 5** Participemos activamente en las mingas de eliminación de criaderos de mosquitos.
- 6** Si tiene fiebre, fuerte dolor de cabeza y del cuerpo acuda inmediatamente al centro de salud más cercano para que reciba atención médica. ¡Puede ser dengue hemorrágico, es muy grave y puede causar la muerte!
- 7** **¡No se automedique!** Acuda al centro de salud más cercano.

