



PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre del alumno: Monica Isabel
Morales Toledo**

**Nombre del profesor: Cecilio Culebro
Castellanos**

**Nombre del trabajo: ENSAYO DE
ENFERMEDADES DIARREICAS**

Materia:

PASIÓN POR EDUCAR

Grado:

ENFERMEDADES DIARREICAS

En esta ocasión el tema a tratar son las enfermedades diarreicas, porque son causadas y cómo podríamos ayudar a prevenir este tipo de situaciones en la comunidad.

Las diarreas son una infección digestiva que son causadas por un virus, paracitos o bacteria, podemos conseguirlas u obtenerlas mediante el agua, alimentos contaminados o de una persona a otra que no tenga la higiene adecuada, esta se puede contagiar por la boca, el ano y las manos.

Las infecciones diarreicas pueden definirse en tres tipos, el primero sería la infección acuosa aguda que tarda varias horas o días, la segunda seria la diarrea disentérica que es con sangrado agudo, la tercera es la persistente que podría llegar a durar 14 días o más.

Al tener esta infección tenemos la probabilidad de tener deshidratación por la cantidad de líquidos que el cuerpo es capaz de desechar ya sea leve, moderada o muy grave, en estos casos las personas que son mas propensas a la deshidratación serian los bebe, niños, adultos mayores y enfermos.

Algunos síntomas de las deshidrataciones serian la sequedad de la boca, ausencia de lágrimas, ojos hundidos ausencia o disminución de la orina, las recomendaciones para este tipo de casos de diarrea serian tomas más líquidas con más frecuencia y los polvos para preparar electrolitos como el suero oral podrán ser muy efectivos para poder controlar la deshidratación.

El objetivo de esta investigación es poder ayudar a la comunidad a prevenir este tipo de infecciones, para poder explicarle a la comunidad las causas y consecuencias que esto conlleva y poder mejorar la higiene de cada persona, también dará conocer algunas recomendaciones para que las familias o personas que contengan alguna infección sepan como actuar.

Estas enfermedades han producido la muerte de muchos niños por eso es que como ser humano tenemos que hacer lo necesario para evitar las, algunas acciones que debemos tomar en cuenta para prevenir estas infecciones.

En mi comunidad no se han presentado estos tipos de casos, las acciones que implementaría para prevenir este tipo de enfermedades serian:

- Tener un buen cuidado e higiene a la hora de dar lactancia a bebe ya que algunos estudios han demostrado que el mayor contagio de estas infecciones

es por este medio, en todo caso las mamás deben asegurarse que todo tenga una higiene o es más recomendable que empiece a darle lactancia hasta después de los 6 meses.

- La fomentación de lavado de las manos: esta va hacer una base fundamental para que este tipo de contagios sean minimizados ya que ayudara con a minimizar las bacterias.
- Vacunar contra el rotavirus y sarampión:
Estas se tienen que poner a temprana edad para evitar que los bebés obtengan estas infecciones.
- Reposición de líquidos para evitar la deshidratación: darle una cantidad mayor de líquidos para que el cuerpo no pierda la estabilidad por falta de líquidos y nutrientes.
- Desinfectar los alimentos o no comprar alimentos contaminados:
Para evitar el contagio mediante la boca tenemos que mantener una higiene al comprar alimentos.
- Administrarles vitamina a: ya que estos son nutrientes que ayudaran a los organismos.
- Fomentar el aumento de sanidad en la comunidad
El objetivo de esto es hacer que las se aumenten las acciones en la comunidad y así evitar las infecciones por no tener ese tipo de cuidados.

Algunas de las estrategias que podría integrar para mi comunidad:

- Intensificar las acciones preventivas de salud para el caso de muerte que están a raíz de esto.
- Promocionar en medios masivos los signos de alarma o como identificar que es este tipo de infección y el cuidado en casa.
- Coordinar acciones interinstitucionales para establecer criterios homogéneos de atención en la oportunidad de atención y esquemas de tratamiento.
- Acciones intensivas del personal involucrado en monitoreo de agua, con el propósito de que el líquido cuente con los niveles adecuados para uso y consumo humano.
- Promocionar la higiene y limpieza de los alimentos e instrumentos que utilizan para realizar las actividades cotidianas.
- Hacer campañas para brindarle a la comunidad algún tipo de servicio de salud.

Las actividades que implementaría en mi comunidad para prevenir las enfermedades y las infecciones y que así mismo las personas tengan conocimiento de la situación y su cuidado serían:

- Darle cursos de capacitación a las madres o responsables de niños de 5 años e informar a la población sobre las medidas preventivas y de atención para el manejo del hogar.
- Atender oportunamente los casos de diarrea o cualquier de otra enfermedad para que no se compliquen más.
- Brindarle cursos a la comunidad de cómo lavarse bien las manos, dándole la información necesaria como lavarse las manos antes de cada comida y después de ir al baño.
- Realizar campañas para tener un mejor entendimiento sobre la obtención de agua potable (hervir el agua antes de consumirla)
- Realizar algunas campañas sobre el manejo de limpieza e higiene que se debe tener con los alimentos, siendo esta una buena manera de cuidar la salud. (desinfectar bien los alimentos, hervir los alimentos para evitar, etc)
- Promocionar entre la comunidad el apoyo para obtener un mejor resultado

En conclusión las infecciones diarreicas pueden ser contraídas por diferentes medios pero es responsabilidad de cada uno tener los cuidados necesarios para no contraerla, en mi comunidad hace falta todo el uso de los diferentes tipos de cuidados, las campañas de prevención de las infecciones como también las campañas de salud, en algunas ocasiones se han presentado casos pero como no tenemos el suficiente conocimiento sobre el tema podemos llegar a tomarlo a la ligera, ahora que estoy aprendiendo a cómo prevenir ese tipo de infecciones podría ayudar a mi comunidad y alentarlos a tomar las medidas de sanidad para una vida mejor y más saludable.

Referencias

GINEBRA. (14 DE OCTUBRE DE 2009). *ESTRATEGIAS PARA TRATAR Y PREVENIR LA DIARREA* . NUEVA YORK: ORGANIZACION MUNDIAL DE LA SALUD .

SALUD, S. D. (11 DE JUNIO DEL 2016). *ENFERMEDADES DIARREICAS* . MEXICO: SECRETARIA DE SALUD .