



Nombre del alumno: pablo cordova

Santiz

Nombre del profesor: Cecilio culebro

Nombre del trabajo ensayo

Materia salud publica

Grado: 1° A

PASIÓN POR EDUCAR

Enfermedades Diarreicas

Introducción

Las enfermedades diarreicas son aquellas provocadas por un agente infeccioso que afecta al sistema digestivo (estómago, intestino delgado y colon).

Pueden ser causadas por bacterias, virus o parásitos y según la OMS son la segunda causa de muerte de los niños menores de 5 años, aunque no se limitan también puede darse en adultos.

Es caracterizado por el aumento en el número habitual de evacuaciones (excremento), éstas suelen ser muy aguadas o líquidas, puede haber moco o sangre, en las niñas y niños pueden tener calentura o vomito.

Generalmente se autolimitan, es decir, no requiere de medicamentos para curarla, habitualmente las muertes por diarrea están asociadas a la deshidratación y suelen ocurrir en países en vías de desarrollo.

Hay tres grados de deshidratación: incipiente, moderada y grave. La última con síntomas como pérdida parcial de conocimiento, pulso rápido y débil o baja presión arterial, puede causar la muerte.

Como se ha dicho anteriormente puede haber muchos factores por los que se den, como transmitirse de persona a persona, en particular en condiciones de higiene personal deficiente, ya sea por no lavarse las manos antes y después de ir al baño o ingerir cualquier alimento, por los alimentos elaborados o almacenados en condiciones antihigiénicas (ya sea contaminados o descompuestos), los alimentos pueden contaminarse por el agua de riego, también por fuentes de aguas, por infecciones, por la malnutrición, también pueden ocasionar enfermedades diarreicas el pescado y marisco provenientes de aguas contaminadas.

Cabe recalcar que ante la presencia de diarrea es muy importante acudir al centro de salud, en especial si se trata de bebés o niños pequeños, embarazadas y personas con enfermedades crónicas.

Objetivo

Poder prevenir las enfermedades diarreicas para la población en general, específicamente en comunidades o regiones alejadas de los suburbios, con la finalidad de disminuir la mortalidad por enfermedades diarreicas agudas en los niños menores de cinco años y contribuir a mejorar la calidad de vida de los infantes y evitar las complicaciones y defunciones por la diarrea, deshidratación y enfermedades asociadas a la temporada de calor y contribuir a mejorar la calidad de vida de los infantes, del adulto mayor y de la población en general.

Redacción de las estrategias que usted implementaría

- Consumir solo agua segura.
- Lavarse cuidadosamente las manos con agua y jabón.
- Lavar frutas y verduras con agua segura.
- Consumir alimentos bien cocidos o fritos, preparados higiénicamente.
- Mantener los alimentos bien tapados o refrigerados.
- Utilizar baños, letrinas o cualquier otro medio que garantice el aislamiento de las excretas.
- En el caso de los infantes alimentar con leche materna durante los primeros 6 meses de vida.
- Uso de altoparlantes de comunidad.
- Hablar sobre temas de prevención con el líder de la comunidad para que trabajen en conjunto con el personal de salud.

Como realizaría usted las estrategias

- Consumir sólo agua segura: si no se cuenta con agua de red, colocar 2 gotas de lavandina por cada litro de agua o hervirla durante 3 minutos, tanto sea

agua para beber, lavarse las manos o los dientes, cocinar o lavar las verduras y frutas.

Lavarse cuidadosamente las manos con agua y jabón: ya sea después de ir al baño, de cambiarle los pañales al bebé, y antes de comer o manejar los alimentos.

Lavar frutas y verduras con agua segura: si se van a consumir crudas, dejarlas en un recipiente en agua con un chorrito de lavandina durante 10 minutos y luego enjuagarlas muy bien con agua segura.

Consumir únicamente alimentos bien cocidos o fritos: preparados higiénicamente. No consumir pescados o mariscos crudos, ni alimentos elaborados en la vía pública.

Mantener los alimentos bien tapados y refrigerados: ya que los microorganismos pueden ser transportados por insectos o por el polvo, y se multiplican con rapidez, especialmente en épocas de calor.

Alimentar al niño con leche materna durante los primeros 6 meses de vida: entre las múltiples ventajas de la leche materna está la de proporcionar defensas contra las infecciones gastrointestinales.

Utilizar baños, letrinas o cualquier otro medio que garantice el aislamiento de las excretas:

Una de las principales medidas para prevenir la diarrea en bebés y niños, son:

Prolongar la lactancia materna. -Utilizar baños o letrinas.

Desechar los pañales descartables en bolsas bien cerradas y usar un bote especial para los desechos del baño con la finalidad de que no esparza bacterias en el ambiente.

Desechar la materia fecal de los pañales de tela en baños o letrinas, y lavar bien los pañales con agua y jabón.

Uso de altoparlantes en la comunidad: está servirá para dar una información por medio de bocinas a todas las personas que vivan en la comunidad y se puede repetir para que la gente esté al tanto de la información de la prevención de enfermedades diarreicas y como indicaciones de como lavarse las manos, cuidados de los alimentos, o sobre cómo tratar el agua para el consumo en caso de que no hubiera agua potable.

Hablar sobre temas de prevención con el líder de la comunidad para que trabajen en conjunto con el personal de salud: poder dar información a los líderes de esa comunidad y así poder dársela a su gente y familia, la otra dar platicas por familias o grupos, acompañados del personal de salud para dar información sobre enfermedades diarreicas y su prevención.

Bibliografía

Mexico, S. d. (29 de Septiembre 2015). Enfermedades Diarreicas. Enfermedades diarreicas , 3.
<https://www.gob.mx/salud/articulos/enfermedades-diarreicas-agudas-edas>

Bibliografía

Mexico, G. d. (26 de Septiembre, 2014). Salud/Temas de salud/ Enfermedades diarreicas.
Enfermedades diarreicas , 5.

<http://www.salud.mendoza.gov.ar/temas-de-salud/enfermedades-diarreicas3/#:~:text=Las%20enfermedades%20diarreicas%20son%20infecciones,de%20heces%20seltas%20o%20%C3%ADquidas.>