



**Nombre del alumno: Jhair Osmar  
Roblero Díaz**

**Nombre del profesor: Culebro  
Castellanos Cecilio**

**Nombre del trabajo: Ensayo del tema:  
(Enfermedades diarreicas)**

**Materia: Salud publica**

**Grado: primer semestre**

**Grupo: "B"**

## Introducción

La diarrea es una enfermedad ocasionada por diversos agentes como: virus, bacterias y parásitos, estos microorganismos pueden estar presentes en agua y alimentos contaminados por falta de higiene en la preparación, manejo y conservación.

Si la enfermedad diarreica no se trata con oportunidad y calidad, puede ocasionar deshidratación, la cual se caracteriza por pérdida de líquidos y sales del organismo y que puede causar la muerte. La desnutrición es otra complicación que puede presentarse principalmente en menores de cinco años y adultos con diarrea crónica, esto es por pérdida de nutrientes de esta enfermedad.

Continúan siendo una de las principales causas de morbilidad y mortalidad, principalmente entre las poblaciones con menor índice de desarrollo humano, El presente documento señala las estrategias y líneas de acción que contribuyan al fortalecimiento para la prevención de enfermedades diarreicas esto implica acciones de vigilancia epidemiológica prevención, promoción de la salud y monitoreo ambiental y de protección contra riesgos sanitarios.

Se ha observado el resurgimiento de esta enfermedad en grupos de población vulnerables que viven en condiciones carentes de infraestructura y saneamiento básico.

Entre las medidas de promoción y prevención decisivas para reducir estas enfermedades, podemos mencionar desinfección, almacenamiento y manejo del agua, higiene personal (lavado de las manos con agua y jabón), suministro de agua potable, disposición adecuada de excretas (saneamiento) y manejo adecuado de los alimentos.

Es importante promover y/o reforzar en todas las comunidades y entornos como el hogar, vendedores ambulantes y puestos de comida, las medidas de promoción y prevención que nos permitirán evitar estas enfermedades.

## Objetivos

- Coordinar de manera intra e intersectorial, las acciones de implementación y operación del Programa.
- Desarrollar acciones preventivas para enfermedades diarreicas agudas
- Garantizar las acciones de capacitación, supervisión y evaluación del Programa.
- Proporcionar información básica para fortalecer su participación en la realización de acciones anticipatorias de promoción de la salud para la prevención de enfermedades diarreicas.

## Redacción de las estrategias que usted implementaría

Las tareas específicas efectivas para prevenir las enfermedades diarreicas, son:

- Saneamiento básico: Cloración del agua y procedimientos de desinfección, lavado de manos, el uso de vida suero oral.
- Lactancia materna exclusiva, durante los primeros cuatro a seis meses de vida;
- Mejoramiento de las prácticas de ablactación, a partir de los cuatro a seis meses de edad;
- Promoción de la higiene en el hogar, con énfasis en el lavado de manos, manejo higiénico de los alimentos y la eliminación correcta de las excretas en niños con diarrea;
- Vacunación contra el sarampión;
- Administración de vitamina "A" como suplemento, que juega un papel central en la resistencia inmunológica a la infección.

## Como realizaría usted las estrategias

- .El saneamiento ambiental: y la educación para la salud de las comunidades, en particular a las madres, las medidas pueden dividirse en dos tipos: las que interrumpen los mecanismos de transmisión de la enfermedad; y las que incrementan la resistencia del huésped a la infección, en general, el uso de agua potable o cloración del agua, la eliminación adecuada de excretas, el lavado de manos y el manejo correcto de las heces, en niños con diarrea y el uso Vida de suero oral: es una fórmula en polvo que favorece la reposición de líquidos en forma inmediata evitando la deshidratación. Contiene sales de sodio, potasio, cloro, citrato y glucosa, vitales para el buen funcionamiento del organismo, sobre todo, durante una enfermedad aguda diarreica.
  - Higiene:

Lavar correctamente las manos con agua y jabón antes de preparar y consumir los alimentos y después de ir al baño
  - Desinfectar con cloro todas las superficies y equipos usados en la preparación de alimentos
  - Mantener las uñas recortadas y limpias
  - Contar con depósitos específicos para la basura
  - Proteger los alimentos y mantener las áreas de cocina libres de insectos, mascotas, y de otros animales (guarde los alimentos en recipientes cerrados)
  - Usar agua limpia, desinfectada con cloro, plata coloidal o hervida.
  - Lavar y tallar con agua, jabón y estropajo las verduras y frutas. Aquellas que no se puedan tallar, deberán lavarse y desinfectarse con agua clorada (agregar 2 gotas de Cloro por cada litro de agua), dejarlas reposar 30 minutos y escurrir sin enjuagar bien.
- Lactancia materna: sobresale la lactancia materna como factor importante para la reducción de la incidencia por diarreas en los niños menores de seis meses, La alimentación con biberón puede ser peligrosa si las botellas o el agua que se usa para preparar la leche en polvo no están muy limpias o si están contaminadas con gérmenes. Siempre aconseje a las madres a amamantar.
- Mejoramiento de las prácticas de ablactación, a partir de los cuatro a seis meses de edad: mantener una mala higiene en la manipulación de los alimentos representa un

riesgo de transmisión de enfermedades diarreicas agudas, por lo que debemos realizar las medidas adecuadas y necesarias al momento de manejar, preparar y consumir alimentos y bebidas.

- Manejo y preparación:

No permitir que personas enfermas manipulen los alimentos

- Separar siempre los alimentos crudos (especialmente carnes y pescados) de los cocinados y listos para comer
  - Usar equipos y utensilios diferentes, como cuchillos y tablas de cortar, para manipular carne, pollo y pescado y otros alimentos crudos
  - Cocinar carnes, pollo, huevo y pescado hasta que estén bien cocidos. En el caso de la carne de res, cerdo y el pollo, cocine hasta que la parte interior no se vea rosada
  - Mantener los alimentos en refrigeración, utilice recipientes limpios y tapados
  - No dejar alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 horas
  - No descongelar los alimentos a temperatura ambiente, puede hacerse a baño maría
  - Elegir alimentos ya procesados, tales como leche pasteurizada. En caso de ser leche no pasteurizada, hervirla antes de beberla.
- Promoción de la higiene en el hogar: Para contar con agua segura para la preparación de los alimentos, así como para beberla; se puede desinfectar de diferentes maneras:
    - Con cloro de uso casero, aplicando 2 gotas de cloro por cada litro de agua, usar un recipiente de vidrio, plástico o barro; dejarla reposar por 30 minutos y mantener el recipiente limpio.
    - Hervir el agua durante 5 minutos a partir del primer hervor
  - Vacunación contra el sarampión: Primera dosis: 12 a 15 meses de edad  
Segunda dosis: 4 a 6 años de edad (se podría administrar antes, si se aplica por lo menos 28 días después de la primera dosis.  
Una enfermedad potencialmente grave, como también de las paperas y la rubéola. Evita que su hijo tenga un sarpullido incómodo y fiebre alta debido al sarampión.
  - Administración de vitamina "A" como suplemento, que juega un papel central en la resistencia inmunológica a la infección. La vitamina A reduce la severidad de las infecciones como diarrea y sarampión y, por lo tanto, disminuye la mortalidad a causa de una infección. La vitamina A favorece el crecimiento de los niños. La deficiencia severa de vitamina A se asocia con dificultad para ver en la oscuridad, lesiones oculares y ceguera.

## Bibliografía

(1999). *NORMA Oficial Mexicana NOM-031-SSA2*.

Específico, P. d. (2013-2018). *Prevención de Enfermedades Diarreicas Agudas y Cólera*. 76.

*Guía Informativa para Presidentes Municipales: Enfermedades Diarreicas Agudas* . (s.f.). 22.