

Material fotocopiable

Evitar diarreas

Maite Plazas

LA SOLUCION ESTA EN SUS MANOS

1



Un niño que tiene diarrea va al baño y no se lava las manos.

2



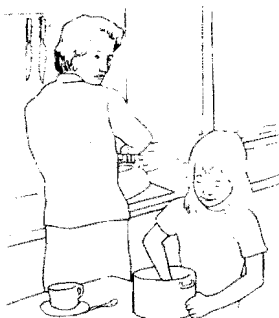
El niño toca la comida con las manos sin lavar y la contamina.

3



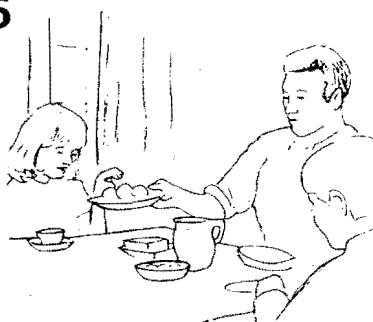
Comparte esa comida con su compañera. Ella se contagia.

4



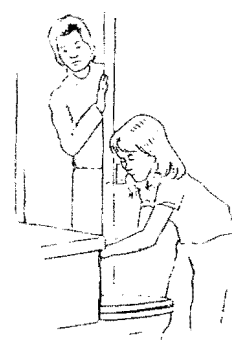
La niña y su mamá preparan la comida sin lavarse las manos.

5



Toda la familia come.

6



La niña y su familia se enferman.

Las personas que manejan los alimentos con las manos y uñas sucias, contaminan los alimentos. Cualquier persona que coma esos alimentos contaminados se puede enfermar.

Por ejemplo, en la historia anterior, la familia no se hubiera enfermado si:

- El niño se lava las manos después de ir al baño.
- El niño se lava las manos antes de tocar la comida.
- La niña y su mamá se lavan las manos antes de preparar la comida.

La mayoría de las enfermedades del estómago y de los intestinos se producen por falta de higiene. Las manos sucias son el medio más común de contagio de estas enfermedades.

En México las enfermedades del estómago y los intestinos son muy frecuentes y causan muchísimas muertes, sobre todo en los niños.

Algunos de los síntomas que pueden producir son: debilidad, poca hambre, asco, vómito, retortijones, diarrea y fiebre.

Es muy probable que usted o alguien de su familia hayan padecido

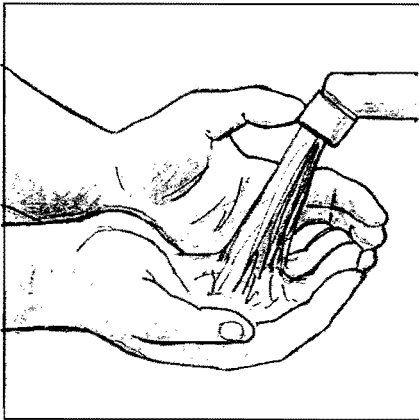
estas enfermedades y seguramente no quieren volver a sufrirlas.

Usted sí puede hacer algo para prevenir las enfermedades del estómago y los intestinos. El problema está en sus manos. Aunque se vean limpias las manos pueden estar contaminadas. La única manera de que en verdad estén limpias es lavándolas.

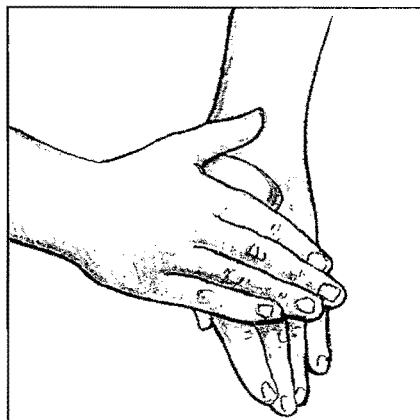
LA SOLUCION ESTA EN SUS MANOS LIMPIAS

Siempre lávese las manos con agua y jabón:

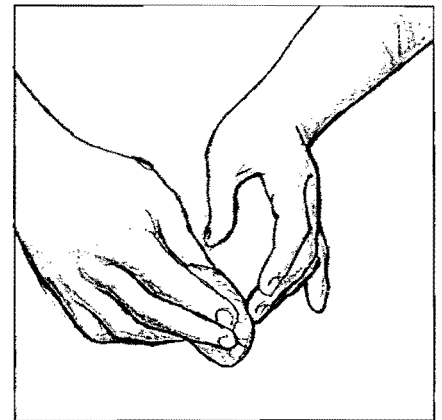
- Después de ir al baño.
- Antes de preparar, servir o comer alimentos.
- Después de cambiar pañales.
- Después de tocar dinero.
- Después de manipular basura.



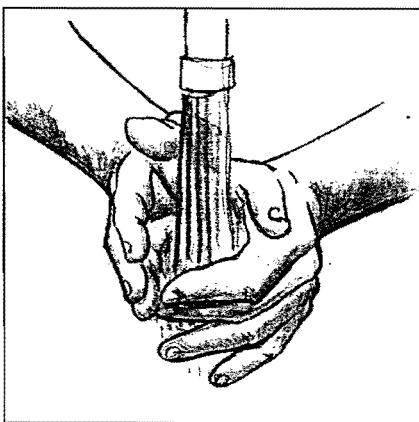
1 Moje las manos al chorro de agua.



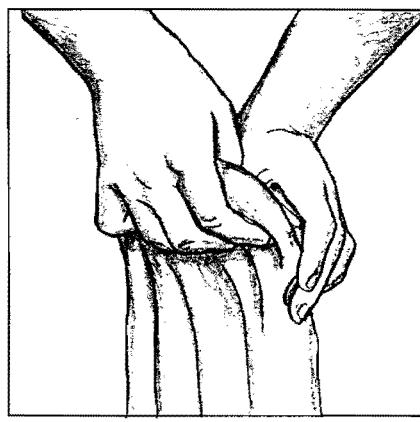
2 Talle las manos y muñecas con jabón.



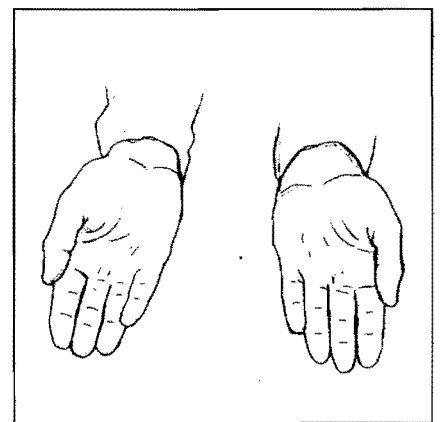
3 Limpie las uñas con cepillo y estropajo.



4 Enjuague bien.



5 Seque las manos con un trapo limpio.



6 Y ¡listo! ¿Verdad que es muy fácil?