Tener hábitos saludables evitará enfermedades diarreicas: SSM **[1]**

[2]

Servicios de Salud de Morelos (SSM) emitió recomendaciones que ayudan a prevenir Enfermedades Diarreicas Agudas (EDAs), durante esta temporada de calor, sobre todo en menores de cinco años, mujeres embarazadas, adultos mayores y personas con comorbilidades.

Fabiola Reyes Román, responsable Estatal de Vigilancia Epidemiológica de EDAs, pidió consumir agua purificada, hervida o clorada; lavar y tallar con agua y jabón las verduras y frutas; cocer o freír muy bien los alimentos, principalmente pescados y mariscos.

“Debemos cuidar nuestro estómago, no consumir alimentos después de su fecha de caducidad, limpiar los productos enlatados o en frascos de vidrio antes de abrirlos e ingerir su contenido, mantener los alimentos tapados y en refrigeración, evitar estornudar, picarse la nariz o toser frente a los alimentos”, dijo.

Reyes Román refirió que, ante la presencia de diarrea constante con sangre, mucosidad o heces negras, dolor abdominal, fiebre, hinchazón y náuseas, no deben automedicarse y acudir al centro de salud más cercano para recibir atención médica correcta y oportuna.

Nota: este material es de carácter informativo.

0

URL de origen: https://salud.morelos.gob.mx/node/6971

Enlaces

[1] https://salud.morelos.gob.mx/noticias/tener-habitos-saludables-evitara-enfermedades-diarreicas-ssm
[2] https://salud.morelos.gob.mx/sites/salud.morelos.gob.mx/files/noticias/principal/whatsapp_image_2024-03-27_at_10.56.42.jpeg