



Lávese correctamente las manos.

Un lavado de manos correcto solo toma 40 a 60 segundos de tiempo; se invita a seguir los pasos adecuados

En el marco del Día Mundial de Lavado de Manos, la Secretaría de Salud de Gobierno del Estado exhorta a la población en general a mantener una cultura de higiene con el lavado continuo y desinfectando objetos de uso continuo, para disminuir el riesgo de contraer enfermedades.

Las manos son uno de los conductos para transmitir bacterias o virus que provocan enfermedades diarreicas o cólera, las cuales, si no son tratadas a tiempo pudieran ser mortales.

Por lo anterior, es importante seguir un correcto lavado de manos, el cual debe realizarse con agua y jabón, así como contar con gel antibacterial para reforzar la limpieza.

Realizar esta tarea, tan solo toma 40 a 60 segundos de tiempo, motivo por el que se solicita seguir los pasos correctos, que inician con: mojarse la manos, aplicar suficiente jabón en todas las superficies, frotar las manos entre sí, además de frotar la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda enlazando los dedos y viceversa, para luego enjuagar con agua limpia y secar, de preferencia con una toalla desechable.

Además, se recomienda desinfectar los objetos como el celular y llaves, que son utilizados con mayor frecuencia ya que estos pueden portar un gran número de bacterias que ponen en riesgo la salud de las personas.

Las enfermedades gastrointestinales se presentan con mayor frecuencia debido a la falta de higiene, las cuales pueden afectar a personas de cualquier edad y sus síntomas se caracterizan con diarrea abundante y vómito, que puede llegar a la deshidratación y afectar considerablemente la calidad de vida.

Por ello, en caso de presentar diarrea es importante acudir a la unidad de salud e hidratarse para reponer los líquidos y electrolitos perdidos, así como beber suficiente Vida Suero Oral (VSO) después de cada evacuación.

El Devenir de Chihuahua - Reduzca el riesgo de enfermedades gastrointestinales

Escrito por Redacción

Miércoles, 16 de Octubre de 2019 10:30

Con estas acciones la Secretaría de Salud muestra su compromiso de mantener una población informada y sana, por medio de campañas preventivas que garantizan el buen estado de la salud pública.