



MINSALUD



**TODOS POR UN  
NUEVO PAÍS**

PAZ EQUIDAD EDUCACIÓN

# BROTE DE EDA EN IPIALES

## Recomendaciones para la comunidad

Dirección de Epidemiología y Demografía

Dirección de Promoción y Prevención

2017

## **Sobre la situación:**

En el marco de la situación sanitaria ocasionada por el Brote de Enfermedad Diarreica Aguda - EDA, presentada en la ciudad de Ipiales y población aledaña, el Ministerio de Salud y Protección Social ha realizado acompañamiento técnico y monitoreo una vez conocida la notificación por parte de las autoridades sanitarias departamentales.

Ante este panorama se realizan las siguientes recomendaciones de promoción de la salud y prevención de la enfermedad a la población civil y entidades departamentales y municipales con el fin de garantizar las condiciones de salud y bienestar como mecanismo de respuesta ante la aparición de nuevos casos.

# CONSULTE AL MÉDICO SI



Diez o más deposiciones diarreicas en las últimas 24 horas



Cinco o más vómitos en las últimas 4 horas



Somnoliento, inconsciente o convulsionando.



Ojos hundidos y llanto sin lágrimas



Rechazo a la alimentación  
(leche materna o alimentos)



Irritable o intranquilo



Boca seca

# RECOMENDACIONES ALIMENTARIAS



No se recomienda nunca el ayuno en los niños menores 5 años con EDA sin deshidratación.



No se recomienda el aporte de jugos de frutas industrializados, bebidas carbonatadas o bebidas para deportistas, en los niños menores 5 años con EDA. Estos líquidos no se deben dar porque tienen un alto contenido de azúcar y pueden aumentar la diarrea, agravando la deshidratación. Tampoco deben administrarse purgantes y estimulantes como el café y las infusiones de hierbas, como la manzanilla.



No se recomienda el uso de fórmulas lácteas especiales o terapéuticas (fórmulas sin lactosa, de soya o hidrolizadas) en los niños menores 5 años con EDA.

Sin embargo, en aquellos niños que reciben una fórmula láctea apropiada para la edad, se recomienda continuarla a la dilución y frecuencia normal.



Se recomienda continuar con la lactancia materna en los niños menores de 5 años durante y después de la Terapia de Rehidratación Oral, así como durante el episodio de EDA si el lactante es alimentado con leche materna.

Se recomienda estimular la ingesta de líquidos y continuar con la alimentación habitual y apropiada para la edad (lactancia materna, fórmula láctea y sólidos) durante y después de la Terapia de Rehidratación Oral, así como durante el episodio de EDA.



Se recomienda el aporte de alimentos ricos en carbohidratos complejos (con adecuada cantidad de almidón: yuca, plátano, papa, ñame o maíz) y de carnes magras, pescado y huevo; según la edad, las preferencias y disponibilidad en cada región del país, en los niños entre 6 meses y 5 años con EDA.



Recomendar la preferencia de alimentos cocidos, lavar siempre las hortalizas con agua potable y preferir frutas que puedan pelarse.

## Se recomienda ofrecer un líquido adecuado para prevenir la deshidratación en niños con diarrea, después de cada deposición así:

**En menores de dos años:** Un cuarto a media taza (50 a 100 mL)

**En niños de dos años o más:** Media a una taza (100 a 200 mL)



Se considerarán líquidos adecuados para tal efecto: Sales de Rehidratación Oral

Líquidos preparados mediante cocción de cereales en grano o molidos (arroz, maíz o cebada) y cocinados en agua, o aquellos que se preparan con papa o plátano, o arroz, agua segura o embotellada, siempre y cuando, se combine con la dieta habitual, que incluya alimentos con almidón (papa, yuca, ñame o maíz), preparados de preferencia con sal.



En los niños menores de 5 años con EDA, **en caso que la diarrea persista no consuma medicamentos antidiarreicos**, sino diríjase al servicio médico más cercano de manera urgente.



Para la preparación y consumo de los alimentos es necesario realizar un adecuado lavado de manos.

# MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS



## Mantenga la limpieza

- Lávese las manos antes de preparar alimentos y a menudo durante la preparación.
- Lávese las manos después de ir al baño.
- Lave y desinfecte todas las superficies y equipos y utensilios usados en la preparación de alimentos.
- Proteja los alimentos y las áreas de cocina de insectos, mascotas y de otros animales (guarde los alimentos en recipientes cerrados).



## Separe alimentos crudos y cocinados

- Separe siempre los alimentos crudos de los cocinados y de los listos para comer.
- Use equipos y utensilios diferentes, como cuchillas o tablas de cortar, para manipular carne, pollo y pescado y otros alimentos crudos.
- Conserve los alimentos en recipientes separados para evitar el contacto entre crudos y cocidos.



## Cocine completamente

- Cocine completamente los alimentos, especialmente carne, pollo, huevos y pescado.
- Hierva los alimentos como sopas y guisos para asegurarse que ellos alcanzaron 70°C. Para carnes rojas y pollos cuide que los jugos sean claros y no rosados. Se recomienda el uso de termómetros.
- Recaliente completamente la comida cocinada.



## Mantenga los alimentos a temperaturas seguras

- No deje alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 horas.
- Refrigere lo más pronto posible los alimentos cocinados y los perecederos (preferiblemente bajo los 5°C).
- Mantenga la comida caliente (arriba de los 60°C) hasta antes de servirlos.
- No guarde comida mucho tiempo, aunque sea en la heladera.

Los alimentos listos para comer para niños no deben ser guardados.

- No descongele los alimentos a temperatura ambiente. Los alimentos se pueden descongelar en el refrigerador, con agua fría o en el microondas. Al descongelar en el refrigerador, planifique con tiempo, ya que este método toma mucho tiempo. Para descongelar con agua fría los alimentos deben estar en un empaque impermeable o dentro de una bolsa plástica, la bolsa se sumerge en agua fría, cambiando el agua cada 30 minutos para que continúe. En el microondas se debe usar la función "descongelar".



## Use agua y materias primas seguras

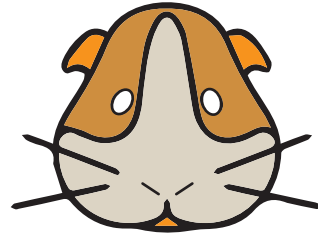
- Consumir siempre agua segura, que haya hervido **durante 5 minutos**, y en lo posible, no consumir refrescos en los que no sea segura su preparación y no se cumpla con las condiciones higiénicas necesarias.
  - o Es necesario utilizar agua segura para:
    - lavar alimentos añadir a los alimentos;
    - preparar bebidas;
    - hacer hielo;
    - limpiar los utensilios de cocina y los cubiertos; y
    - lavarse las manos.
  - o Para tratar el agua:
    - Caliéntela hasta que hierva, manténgala en recipientes debidamente tapados y úsela en el menor tiempo posible
- Seleccione alimentos sanos y frescos.
- Para su inocuidad, elija alimentos ya procesados, tales como leche pasteurizada.
- Lave las frutas y las hortalizas, especialmente si se comen crudas.
- No utilice alimentos después de la fecha de vencimiento.



## Sea precavido

- Mientras esté enfermo, evite manipular alimentos. Las personas enfermas deben mantenerse apartadas de las áreas donde se preparan y manipulan alimentos.

# EN LA TENENCIA DE CUYES Y OTROS ANIMALES DE TRASPATIO



- Garantizar el suministro de agua limpia y su recambio diario
- Realizar limpieza en jaulas y corrales, diariamente, removiendo materia fecal, para evitar malos olores y proliferación de moscas y otras plagas.



- Los operarios deberán, en lo posible, usar overoles, guantes y tapabocas durante las labores de suministro de alimento y labores de aseo y limpieza de criaderos o corrales.



- Disponer los residuos sólidos y líquidos generados en la explotación de forma adecuada, de acuerdo con las recomendaciones de las empresas de servicios públicos y las orientaciones de las autoridades sanitarias y ambientales.



- Efectuar lavado de manos después de efectuar las labores de limpieza y de manipular animales.

- Mantener el concentrado y otros alimentos para animales en lugares protegidos, para evitar que tengan acceso a los roedores plaga (ratas y ratones)



- Consultar con un Médico Veterinario, el plan de sanidad animal, control de plagas de acuerdo con la especie que se tenga, así como los casos de presencia de parásitos en los animales, enfermedad o mortalidad.

- Separar los animales enfermos del resto de animales

- Disponer los cadáveres de animales según las recomendaciones de las autoridades ambientales.



# MANEJO DE AGUA Y RESIDUOS



- Realizar la correcta higiene de manos con agua y jabón, al momento de preparar los alimentos y previo a su consumo, así como también antes y después utilizar los baños, cambio de pañales y después de la manipulación de residuos. Se recuerda que una correcta higiene de manos puede cortar la cadena de transmisión de enfermedades diarreicas agudas

- Garantizar la higiene personal, en el entorno hogar y sitios de preparación de alimentos.



- Los recipientes o elementos que utilicen para almacenar el agua de forma segura, deben: Estar limpios, en buen estado y provisto de tapa, ser en material de fácil lavado y desinfección, alejados de fuentes de contaminación

- Cuando el recipiente destinado para almacenamiento de agua no cuente con llave dosificadora, es importante que las tazas o cucharones con los que se va a sacar el agua, se mantengan limpios

- Realizar el lavado y desinfección de tanques y albercas y otros sitios de almacenamiento de agua en el hogar o donde exista alta concentración de población.



- Evitar la defecación al aire libre y garantizar una disposición segura de excretas de humanos y animales de forma que no generen riesgos a la comunidad y proliferación de vectores.

- Realizar un manejo adecuado de pañales y basuras que son generadas en los baños, disponiéndolos en bolsas selladas para que no queden expuestos al aire libre.

- En hogares donde se cuente con filtros como método para el tratamiento de agua para consumo humano, se debe realizar mantenimiento periódico, que consiste en la limpieza de cada una de



las partes y revisar que estas se encuentren en buen estado.

- No se deben utilizar recipientes que hallan contenido plaguicidas, medicamentos, productos para el aseo, para almacenar agua de consumo humano



**Se le recuerda a la comunidad en general que al identificar y conocer en la población signos y síntomas de alarma, comunicarse de manera inmediata con las autoridades sanitarias municipales y departamentales.**



MINSALUD



**TODOS POR UN  
NUEVO PAÍS**

PAZ EQUIDAD EDUCACIÓN