

Cólera

● Cólera

Es una enfermedad diarreica causada por la ingestión de agua o alimentos contaminados con la bacteria *Vibrio Cholerae*. El cólera afecta a niños y adultos, puede ser mortal en cuestión de horas si no se trata.

● Contagio

Se contrae al consumir alimentos o beber agua contaminados por la materia fecal de una persona infectada. Está ligada a un acceso insuficiente de agua salubre e instalaciones de saneamiento.

● Zonas de riesgo

Barriadas periurbanas, donde no hay infraestructura básica y no cuentan con los requisitos mínimos de agua salubre y saneamiento.

Síntomas y signos

1. Diarrea acuosa abundante
2. Vómitos
3. Náuseas
4. Deshidratación

***Si tiene alguno de estos síntomas no se automedique. Acuda al establecimiento de salud más cercano.**

Medidas de prevención

- 1 • Lávese bien las manos con agua y jabón, antes de preparar, manipular, comer alimentos y después de ir al baño.

- 2 • Use tres gotas de lejía por litro de agua y deje reposar media hora antes de beberla o hiérvala por cinco minutos.

- 3 • Consuma alimentos bien cocidos y evite que se enfríen a temperatura ambiente.

- 4 • Desinfecte las frutas y verduras, con agua y con tres gotas de lejía.

- 6 • Limpie y desinfecte mesas, cubiertas y superficies donde se preparan alimentos.

- 5 • Mantenga baños y cocinas limpios.