

**DIVISÃO DE EDUCAÇÃO
EM SAÚDE**

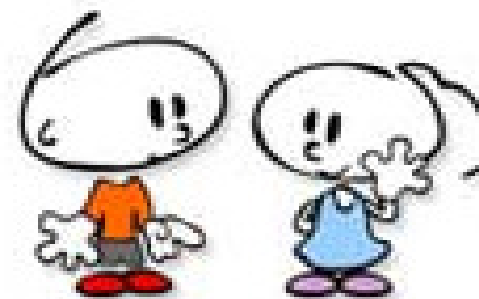
**COORDENAÇÃO MUNICIPAL
DE SAÚDE COLETIVA**

**SECRETARIA MUNICIPAL
DE SAÚDE**



DIARRÉIA

O que você precisa saber



CUIDADOS COM A DIARRÉIA

No verão e em épocas de chuvas fortes e freqüentes, aumenta o risco de surtos de doenças diarréicas. Elas são transmitidas principalmente através de água, alimentos e utensílios contaminados por microorganismos presentes nas fezes humanas. A diarréia é freqüentemente acompanhada de vômitos, febre e dor abdominal. Nas formas mais graves, a desidratação e o desequilíbrio eletrolítico podem causar a morte.

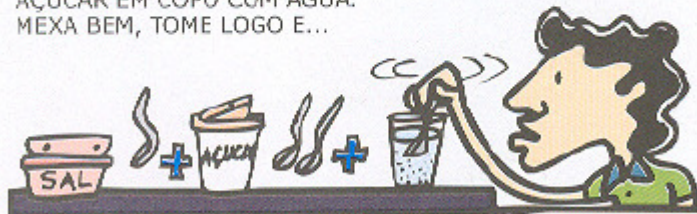
CUIDADOS CASEIROS



Se tiver diarréia, beba **SORO DE PACOTINHO** - (Misturar 1 litro de água filtrada ou fervida para 1 pacote de Soro).



Ou use o **SORO CASEIRO**
1 COLHER DE CHÁ DE SAL PARA 2 COLHERES DE CHÁ DE AÇÚCAR EM COPO COM ÁGUA.
MEXA BEM, TOME LOGO E...



PROCURE IMEDIATAMENTE A UNIDADE DE SAÚDE



E ÁGUA FILTRADA À VONTADE!

Não suspender a alimentação e nem o leite materno.

COMO EVITAR A DIARRÉIA

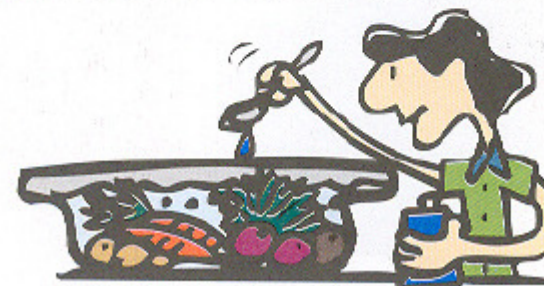
1. TRATANDO A ÁGUA QUE VOCÊ VAI BEBER:

Colocar em vasilha LIMPA e que tenha TAMPA, pingar 2 GOTAS de ÁGUA SANITÁRIA em cada 1 litro de ÁGUA. Deixar em repouso por meia hora.



2. TRATANDO FRUTAS E VERDURAS QUE VOCÊ VAI COMER:

Colocar uma colher de SOPA de ÁGUA SANITÁRIA para cada 1 litro de ÁGUA em vasilha de plástico ou de vidro, deixando descansar por meia hora antes de comer.



OUTRAS AÇÕES PREVENTIVAS

- Lavar as mãos antes das refeições, antes de manipular e preparar alimentos. (Pessoas que não apresentam a doença podem eliminar micróbios nas fezes e transmiti-los através das mãos).
- Manter os alimentos em lugares elevados para que a água da enchente não os alcance.
- Caso os alimentos entrem em contato com a água da enchente, eles devem ser descartados, mesmo os que estiverem em embalagens de plástico.
- Cozinhar bem os alimentos. Frutas, verduras e alimentos consumidos crus devem ser lavados e ficar por 30 minutos de molho na seguinte mistura: uma colher de sopa de hipoclorito de sódio a 2,5% para cada litro de água.
- Alimentos enlatados: se as latas estiverem em bom estado, bem fechadas, não amassadas ou enferrujadas – o alimento pode ser consumido. É importante que as latas sejam bem lavadas antes de abertas.

Pessoas que apresentem sintomas como diarréia, vômito ou mal estar devem procurar um serviço de saúde. Os surtos de diarréia devem ser notificados e investigados pelo serviço de saúde.