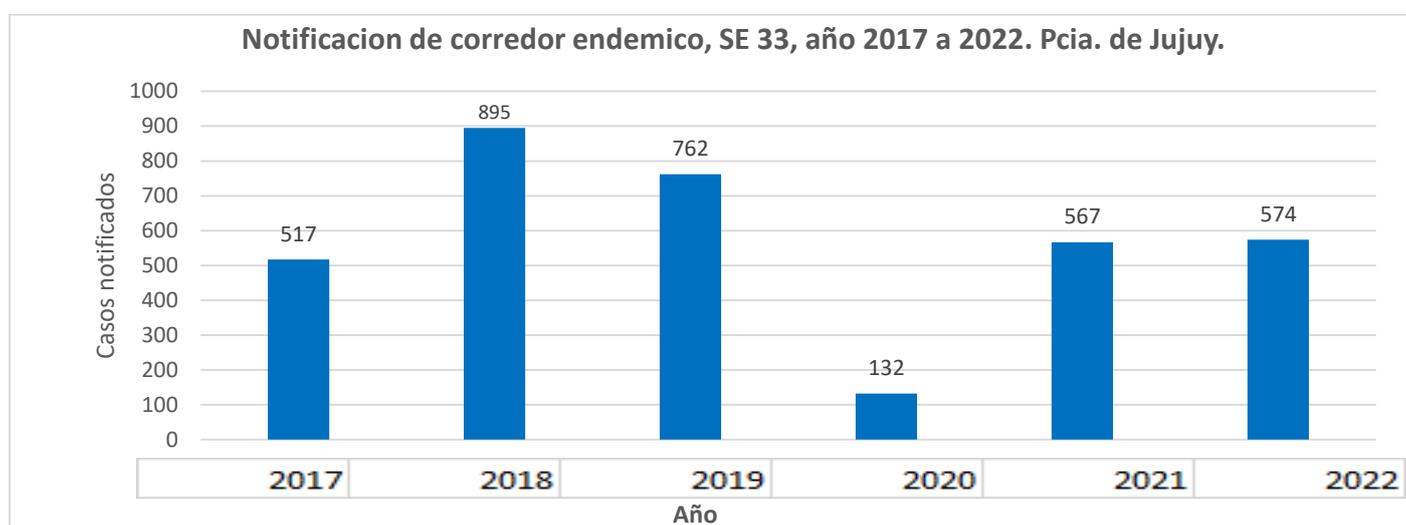


Se denomina Diarrea, a la evacuación de 3 o más deposiciones diarias de heces sueltas o líquidas, normalmente es leve y auto limitada, en la mayoría de las ocasiones no persiste más de 1 semana, puede acompañarse de fiebre, dolor y distensión abdominal, náuseas y vómitos.

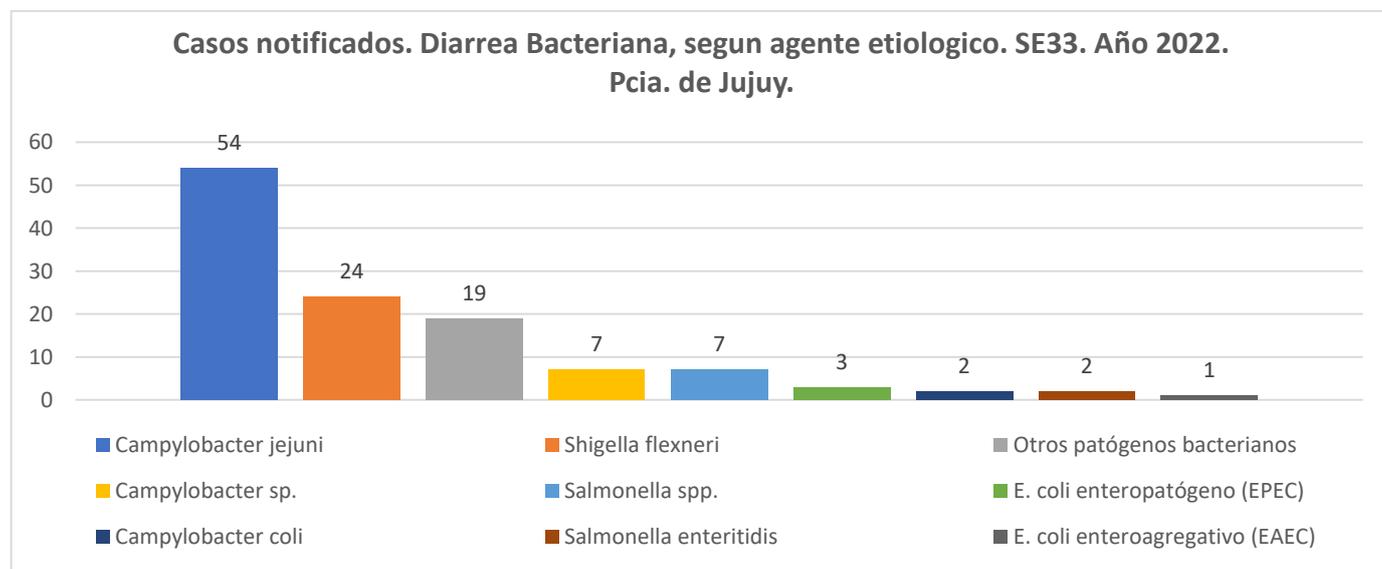
Las diarreas pueden darse a través de diferentes orígenes, siendo los más frecuentes por bacterias, virus y parásitos. Además, son más habituales en verano debido al clima que favorece la diseminación de las bacterias que las provocan.

Aclaración: La deposición frecuente de heces de consistencia sólida no es diarrea, ni tampoco la deposición de heces de consistencia suelta y "pastosa" por bebés amamantados.

Como puede observarse en el siguiente gráfico, en comparación a años anteriores en este mismo periodo la cantidad de casos es mínima.



Durante la SE33, del año 2022, la mayoría de las diarreas bacterianas fueron provocadas por *Campylobacter jejuni*, seguida de *Shigella Flexneri*.



Medidas de prevención:

- Los agentes infecciosos se transmiten habitualmente por la ingesta de agua o alimentos contaminados con materia fecal, o debido a la falta de higiene mediante la contaminación directa de las manos u objetos utilizados diariamente (vía fecal-oral). Por lo que se recomiendan las siguientes medidas de prevención:
- Consumir agua envasada o de red. Si no se cuenta con agua de red, colocar 2 gotas de lavandina por cada litro de agua o hervirla durante 3 minutos, tanto sea agua para beber, lavarse las manos o los dientes, cocinar o lavar las verduras y frutas
- Lavarse las manos con agua y jabón. El lavado de manos con jabón, después de usar el baño y antes de comer o preparar una comida, es una intervención clave y costo-efectiva.
- Cuidar la ingesta de alimentos, consumirlos envasados, bien cocidos o fritos. Evitar el consumo de alimentos en la vía pública si estos están inadecuadamente conservados y si en su preparación no hay una higiene o manipulación correcta, en donde se cuiden todos los aspectos del proceso y el uso de agua potable o potabilizada.
- Mantener los alimentos bien tapados y refrigerados, ya que los microorganismos pueden ser transportados por insectos o por el polvo, y se multiplican con rapidez, especialmente en épocas de calor.
- Utilizar baños, letrinas o cualquier otro medio que garantice el aislamiento de las excretas.

Las principales medidas para prevenir la diarrea en bebés y niños, son:

- Alimentar al niño con leche materna durante los primeros 6 meses de vida. Entre las múltiples ventajas de la leche materna está la de proporcionar defensas contra las infecciones gastrointestinales.
- Mantener las manos limpias (tanto de los niños como de los adultos que los cuidan).
- Lavar adecuadamente las mamaderas.
- Desechar los pañales descartables en bolsas bien cerradas.
- Desechar la materia fecal de los pañales de tela en baños o letrinas, y lavar bien los pañales con agua y jabón.

EN CASO DE PRESENTAR DIARREA, CONSULTE A SU MÉDICO O CONCURRA A UN CENTRO DE SALUD. ES IMPORTANTE INVESTIGAR LA CAUSA DE LA MISMA PARA EVITAR COMPLICACIONES TANTO A NIVEL INDIVIDUAL COMO POBLACIONAL. ADEMÁS, SE DEBEN ADMINSTRAR LIQUIDOS ABUNDANTES PARA EVITAR LA DESHIDRATACIÓN. EN CASO DE BEBÉS Y NIÑOS PEQUEÑOS, NO INTERRUMPIR NUNCA LA LACTANCIA.

