

***Si usted presenta alguno de los síntomas mencionados:***

- *Lávese las manos con frecuencia*
- *Si tiene niños pequeños, realice eliminación sanitaria de los pañales*
- *Tome líquidos con frecuencia y evite las comida altas en grasa*
- *No se quede en su casa, visite a su médico de cabecera dirijase a la sala de emergencia del hospital más cercano para una evaluación.*
- *Manténgase informado, leyendo artículos que se reseñan en periódicos y revistas de salud.*



## Referencias

*Benenson, A. (1997) Manual para el Control de las Enfermedades Transmisibles American Public Health Association*

*Departamento de Salud  
División para el Control y Prevención  
de las Enfermedades Transmisibles*

*Mayra I. Torres Rosa, MSN RN  
Oficial de Servicios de Orientación al Paciente*



**ESTADO LIBRE ASOCIADO DE PUERTO RICO  
ADMINISTRACION DE SERVICIOS  
MEDICOS DE PUERTO RICO  
OFICINA DE SERVICIOS AL PACIENTE Y  
RELACIONES CON LA COMUNIDAD**

Tel. (787) 777-3535 x 2105  
Fax. (787) 777-3426

Equipo de Educación a Pacientes

ESTADO LIBRE ASOCIADO DE PUERTO RICO  
ADMINISTRACION DE SERVICIOS  
MEDICOS DE PUERTO RICO

# Educación sobre Gastroenteritis



## GASTROENTERITIS

La gastroenteritis es una infección infecto-contagiosa que puede producir náuseas, vómitos, diarreas, fiebre y dolores musculares. Las infecciones suelen causar una enfermedad diarreica que puede tener suficiente gravedad para producir deshidratación que obligue a hospitalizar a los pacientes para rehidratarlos.

En esta época del año es usual un aumento en los casos de gastroenteritis, por esa razón hay que estar en la vanguardia de los síntomas y aplicar medidas de prevención para control del mismo.

**Lavar se las manos correctamente puede evitar contagios.**

- El lavado frecuente de manos, sobre todo después de

ir al baño, es muy importante.

- La desinfección de superficies contaminadas y la importancia de no compartir objetos personales tales como sorbetos, vasos y otros.
- Use siempre agua corriente tibia y jabón suave.
- Use toallitas pequeñas pre-humedecidas como “Anitbacterial Moist Towelettes” que se consiguen en varias tiendas por departamentos.
- Frótese las manos vigorosamente hasta que haga espuma con el jabón, y siga haciéndolo por lo menos durante quince segundos.
- Restriegue el dorso y la palma de las manos, así como entre los dedos y debajo de las uñas.
- Enjuáguese con agua corriente tibia.

- Séquese con una toalla desechables limpia o con una que nadie más haya utilizado, y no toque el grifo ni el toallero con las manos limpias.
- El control de infecciones es la manera más útil de prevenir infecciones. A través de un buen lavado de manos logramos evitar dispersar bacterias patógenas en nuestro ambiente.

*Aplicando estas medidas preventivas, contribuyes a preservar la buena salud de la comunidad en general.*