

Lo que debes saber sobre el  
*Paludismo*

MANUAL PARA ESCOLARES



**FRS**

Fundación de Religiosos  
para la Salud

1ª Edición





Lo que debes saber sobre el  
*Paludismo*  
MANUAL PARA ESCOLARES

**Fundación de Religiosos  
para la Salud**

C/ Hacienda de Pavones 5  
28030 Madrid  
info@fundacionfrs.es  
www.fundacionfrs.es

Entidad colaboradora:



MINISTERIO DE SANIDAD Y  
BIENESTAR SOCIAL REPÚBLICA  
DE GUINEA ECUATORIAL

Lo que debes saber sobre el

# Paludismo

MANUAL PARA ESCOLARES

**EQUIPO TÉCNICO**

María del Carmen Nchama Edu  
Equipo técnico de FRS

**EDITA**

Fundación de Religiosos para la Salud

**ILUSTRACIONES**

Eliezer Nguema Namil

**DISEÑO Y MAQUETACIÓN**

Gabriel Ramón Sánchez

---

Primera edición: julio 2019



*Esta publicación ha sido realizada con el apoyo financiero de la Unión Europea.  
El contenido de dicha publicación es responsabilidad exclusiva de FRS y no  
necesariamente refleja los puntos de vista del financiador.*

# Contenidos

Presentación	7
¿Sabes qué es el Paludismo?	8
Sabes a quién afecta	10
¿Sabes cómo se transmite el paludismo?	12
¿Sabes cómo reconocer el paludismo?	14
¿Sabes qué es la anemia?	19
¿Sabes cómo se trata el Paludismo?	21
¿Sabes cómo se diagnostica el Paludismo?	24
¿Sabes qué debes hacer si tienes Paludismo?	25
¿Sabes cómo se previene el Paludismo?	26
¿Sabes cómo usar una mosquitera?	30
¿Sabes cómo usar la tela mosquitera?	31
¿Sabes cómo lavar y cuidar la tela mosquitera?	32
Recuerda que...	34

The first part of the document discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions. It emphasizes that every entry should be supported by a valid receipt or invoice. This not only helps in tracking expenses but also ensures compliance with tax regulations.

In the second section, the author provides a detailed breakdown of the company's revenue streams. This includes sales from various product lines and services. The analysis shows that while one product line is currently the primary source of income, diversification into other areas is necessary for long-term growth.

The third section focuses on the company's operational costs. It identifies the most significant areas where expenses are incurred, such as raw materials, labor, and overheads. The author suggests several strategies to optimize these costs, including negotiating better terms with suppliers and improving production efficiency.

Finally, the document concludes with a summary of the overall financial performance. It highlights the company's strengths and areas for improvement. The author expresses confidence in the company's future prospects, provided that the recommended strategies are implemented effectively.

# Presentación

**El Paludismo** es una enfermedad potencialmente mortal causada por parásitos que se transmiten al ser humano por la picadura de mosquitos hembra del género *Anopheles* infectados. Se trata de una enfermedad prevenible y curable (OMS 2019).

El paludismo sigue representando una de las principales causas de muerte en Guinea Ecuatorial. La previsión de las picaduras del mosquito entre el atardecer y el alba, constituye la primera línea de defensa contra el paludismo. Además, el diagnóstico y el tratamiento temprano del paludismo atenúan la incidencia de la enfermedad, reducen sus efectos mortales y contribuyen a prevenir su transmisión.

Proporcionar a los niños y las niñas la información y el conocimiento oportuno para su prevención, detección y las claves para pedir ayuda es fundamental para la lucha contra la enfermedad, y generar comportamientos en las comunidades a largo plazo que tengan un efecto directo sobre la reducción de la enfermedad.

Por ello, como herramienta educativa para los escolares, FRS ha elaborado el manual "Lo que debes saber sobre el paludismo". Tiene la finalidad de que los niños y niñas mejoren sus conocimientos sobre la enfermedad y los hábitos y comportamientos que ayudan a su prevención.

Este documento ha sido elaborado por la Fundación de Religiosos para la Salud en colaboración con el Ministerio de Sanidad y Bienestar Social de Guinea Ecuatorial con fondos de la Unión Europea.

Gracias a todos ellos por su trabajo y preocupación, por una Guinea Ecuatorial mejor.

# ¿Sabes qué es el Paludismo?

La *MALARIA* o *PALUDISMO* es una enfermedad INFECTOCONTAGIOSA, causada por el **PARÁSITO PLASMODIUM**.

Este parásito abunda en las épocas lluviosas por la presencia del **MOSQUITO ANÓFELES HEMBRA**.



# ¿Sabes a quién afecta?

*TODAS LAS PERSONAS PODEMOS ENFERMAR DE PALUDISMO, si nos **pica el mosquito anófeles hembra infectado.***

Las personas más vulnerables para desarrollar el paludismo son:

- Los NIÑOS y NIÑAS MENORES DE CINCO AÑOS.
- Las MUJERES EMBARAZADAS.
- Personas enfermas o con defensas bajas (inmunodeprimidas).



# ¿Sabes cómo se transmite el paludismo?

- **EL PLASMODIUM** VIVE EN LA SANGRE de una personas infectada.
- El mosquito **PICA A ESTA PERSONA** y absorbe la sangre con el parásito.
- **LUEGO PICA A OTRA PERSONA SANA** y le transmite la enfermedad.

Normalmente esto sucede desde las 6 de la tarde hasta las 6 de la mañana.

Desde la picadura hasta que aparecen los síntomas puede pasar desde 1 semana hasta 1 mes.



# ¿Sabes cómo reconocer el paludismo?

*HAY TRES TIPOS DE PALUDISMO: SIMPLE, GRAVE Y CEREBRAL.*

## **7** PALUDISMO SIMPLE:

- Si tienes **FIEBRE** y dolor de **CABEZA**.
- Si te sientes **CANSADO**, o tienes molestias abdominales, **DOLOR DE LAS ARTICULACIONES Y MUSCULAR**.
- Si tienes escalofríos o empiezas a sudar mucho.
- Si **NO QUIERES COMER** por falta de apetito.
- Si tienes **VÓMITOS** y malestar general.



SI TE SUCEDE, DEBEN LLEVARTE AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD.

# SÍNTOMAS DEL PALUDISMO SIMPLE

FIEBRE



VÓMITOS



DOLOR DE CABEZA



FALTA DE APETITO

MOLESTIAS ABDOMINALES



## 2 PALUDISMO GRAVE:

- Si sientes sacudidas fuertes como tembletes, que se llaman **CONVULSIONES**.
- Si **NO QUIERES COMER**, respiras lenta y profundamente.
- Si las palmas de tus manos, plantas del pie y las conjuntivas tienen un color amarillento.
- O sangras de vez en cuando por la nariz o las encías.



**SI TE SUCEDE ALGO DE ÉSTO, DEBEN LLEVARTE AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD.**

### 3 PALUDISMO CEREBRAL:

- Si tienes unas **FIEBRES MUY ALTAS**.
- Si tienes **CAMBIOS DE CONCIENCIA**.
- Si te aparecen **CONVULSIONES** generalizadas.
- Si tienes poca orina y respiración profunda.

SI TE SUCEDE ALGO DE ÉSTO,  
DEBEN LLEVARTE  
**URGENTEMENTE**  
AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD.

LA COMPLICACIÓN MÁS GRAVE DEL PALUDISMO, QUE **PUEDA LLEVAR A LA MUERTE**, ES **LA ANEMIA**.

La disminución de los glóbulos rojos se llama **ANEMIA**.

# ¿Sabes qué es la **ANEMIA**?

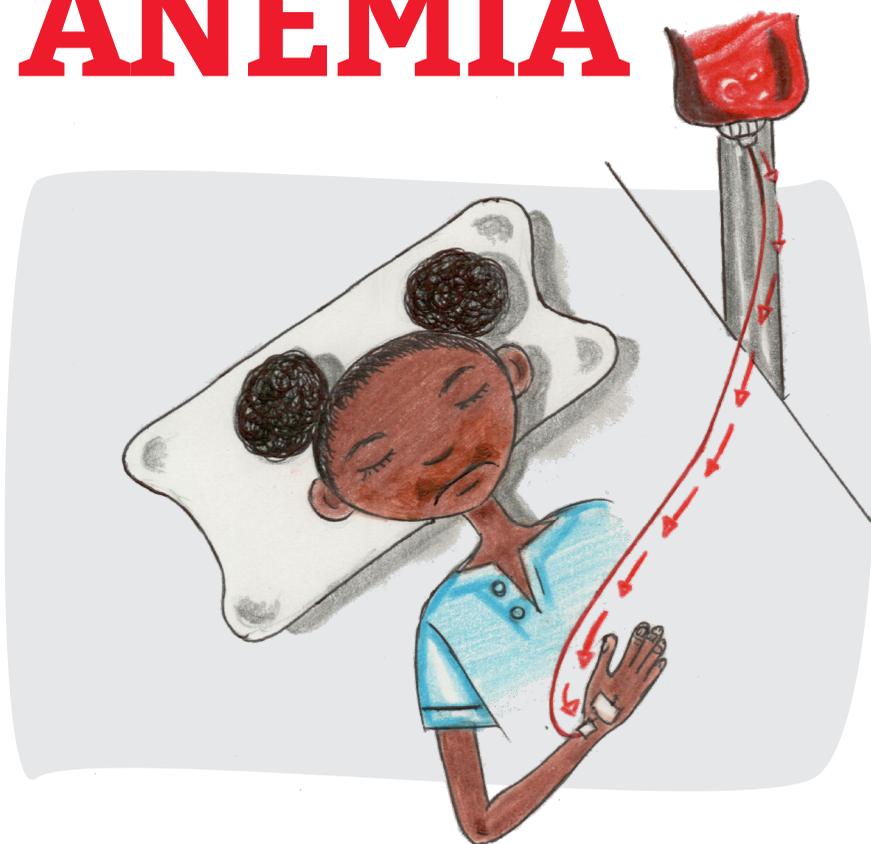
LA SANGRE ESTÁ COMPUESTA POR UNAS CÉLULAS LLAMADAS **GLÓBULOS ROJOS**.

Cumplen la importante función de **TRANSPORTAR OXÍGENO**, desde los pulmones, donde recogen el oxígeno del aire que respiras, van al corazón, que bombea la sangre, y reparten oxígeno a todas las partes del cuerpo.



**EL PARÁSITO PLASMODIUM INVADE LOS GLÓBULOS ROJOS, MULTIPLICÁNDOSE DENTRO DE ELLOS, Y TERMINA ROMPIÉNDOLOS AL CABO DE 48 A 72 HORAS.**

# Si tienes **ANEMIA**



**ES NECESARIO QUE TE LLEVEN A UN HOSPITAL  
PARA QUE TE HAGAN UNA TRANSFUSIÓN DE  
SANGRE Y TE TRATEN ADECUADAMENTE.**

# ¿Sabes cómo se trata el Paludismo?

Si sientes fiebre, deben llevarte a **CONSULTA EN EL CENTRO DE SALUD MÁS CERCANO DENTRO DE LAS 24 HORAS** para que te diagnostiquen y te traten adecuadamente.

**NO TE AUTOMEDIQUES.**



# ¿Sabes cómo se trata el Paludismo?

Antes de que te lleven a la consulta:

- TE DEBEN BAÑAR CON AGUA TIBIA O AL CLIMA empezando por los pies subiendo paulatinamente para evitar las convulsiones.
- Luego te pueden dar a tomar un paracetamol.

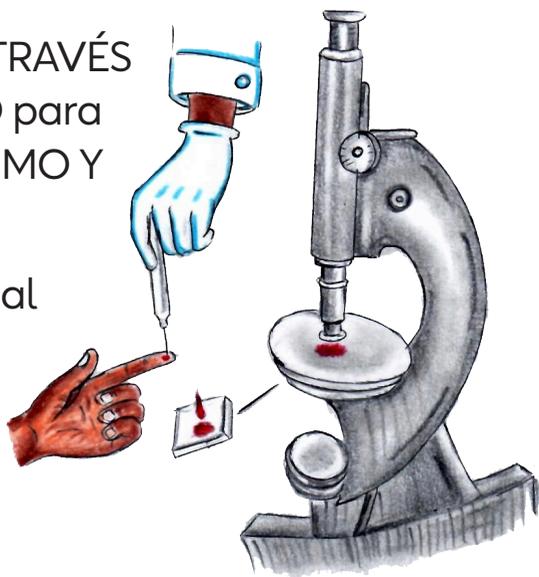
***NUNCA TOMES ASPIRINA.***



# ¿Sabes cómo se diagnostica el Paludismo?

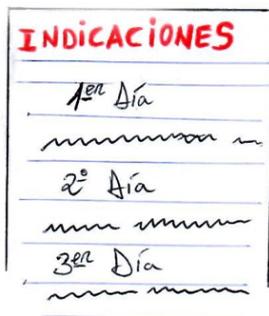
*ANTES DE QUE TE LLEVEN A LA CONSULTA:*

- El facultativo de la salud, te dará un pequeño pinchazo en el dedo y te sacará **UNA GOTITA DE SANGRE**.
- Luego la mirará **A TRAVÉS DEL MICROSCOPIO** para saber si es **PALUDISMO Y DE QUÉ ESPECIE**.
- En Guinea Ecuatorial las especies más comunes son:
  - **EL FALCIPARUM.**
  - **LA MALARIAE.**



# ¿Sabes qué debes hacer si tienes Paludismo?

- Sigue estrictamente las INDICACIONES DEL FACULTATIVO.
- Guarda cama AL MENOS 3 DÍAS.
- TOMA MUCHO LÍQUIDO para recuperar los líquidos perdidos por la sudoración.
- Toma ALIMENTOS RICOS EN GLUCOSA para reponer la consumida por el paludismo.
- Sigue una DIETA BIEN EQUILIBRADA para tu recuperación.



# ¿Sabes cómo se **PREVIENE** el Paludismo?

- 1 Para dormir, utiliza la tela mosquitera impregnada con insecticida de larga duración.
- 2 Mantén limpio tu entorno.
- 3 Usa lociones o cremas repelentes.
- 4 Usa ropa de manga larga y pantalones largos a partir de las 6 de la tarde hasta las 6 de la mañana.
- 5 Sigue las indicaciones de los facultativos.
- 6 Aliméntate adecuadamente.



**1** *PARA DORMIR, UTILIZA LA TELA MOSQUITERA IMPREGNADA CON INSECTICIDA DE LARGA DURACIÓN.*

- La MOSQUITERA TE PROTEGE de las picaduras de los mosquitos evitando así contraer la enfermedad.
- También te protege de otros mosquitos y bichos como cucarachas, arañas, ciempiés, ratones, etc.

## 2 MANTÉN LIMPIA TU CASA.

- Abre las puertas y ventanas a partir de las 6 de la mañana y ciérralas a las 6 de la tarde.
- UN ADULTO DEBE ROCÍAR CON INSECTICIDA LAS PAREDES interiores de la vivienda para evitar que los mosquitos se posen sobre ellas y nos piquen.



### 3 MANTÉN LIMPIO TU ENTORNO.

- Hay que rellenar los charcos y pantanos cercanos a las viviendas.
- **NO** hay que tener aguas estancadas.
- Pon las basuras, latas vacías, etc. en un contenedor.
- Hay que cortar las hierbas y arbustos de los entornos.

### 4 CONTROL DE CRIADEROS.

- LOS CRIADEROS DE MOSQUITOS pueden ser las huellas de los vehículos y de los animales, las ruedas de coches, los pozos que tenemos cerca de casa, los estanques de agua para los peces, los charcos, bidones de agua abiertos...
- LOS CRIADEROS DE MOSQUITOS DEBEN SER VACIADOS O RELLENADOS DE ARENA Y PIEDRAS para evitar que en ellos se reproduzcan los mosquitos.



# ¿Sabes cómo usar una mosquitera?

- Hay que colocar 4 hilos en las esquinas de la tela mosquitera y colocar 4 clavos en el techo.
- Luego colocar la tela mosquitera.

## ¿Y Sabes cómo FUNCIONA?

Al sentir su olor, los mosquitos salen volando alejándose de ella ya que si no lo hacen, al tener contacto con la tela mosquitera, mueren después de algunos minutos.

*DEBES USAR LA TELA MOSQUITERA DE FORMA CORRECTA TODAS LAS NOCHES.*

# ¿Sabes cómo usar LA TELA mosquitera?

Antes de dormir, debes bajar la tela encima de la cama, cuidando que los bordes estén doblados bajo el colchón.

**DEBES USAR LA TELA MOSQUITERA TODAS LAS NOCHES.**



# ¿Sabes cómo lavar y cuidar la tela mosquitera?

- Hay que LAVARLA SI ESTÁ SUCIA después de cada 4 meses con agua y jabón.
- **NO** debes utilizar lejía **NI** agua caliente.
- Hay que lavarla suavemente A MANO.
- Hay que EVITAR EXPRIMIRLA, hay que dejarla escurrir.
- Hay que ponerla a SECAR A LA SOMBRA, **NO** exponerla a la luz directa del sol.

*SI TU TELA MOSQUITERA SE DESGARRA, COSELA CON AGUJA E HILO PARA CERRAR LOS AGUJEROS.*



CÓMO  
LAVAR

CÓMO  
CUIDAR

**ES MUY IMPORTANTE QUE  
CUIDES SIEMPRE TU TELA.**

# RECUERDA QUE...

LA EDUCACIÓN  
ES UNA MEDIDA  
PREVENTIVA  
YA QUE  
APRENDEMOS  
LAS DIFERENTES  
FORMAS DE  
PONER EN  
PRÁCTICA EL  
AUTOCUIDADO.  
TEN EN CUENTA  
QUE LOS  
MOSQUITOS  
ATACAN MÁS POR  
LAS NOCHES.  
*UNA VIDA SIN  
PALUDISMO  
ES UNA VIDA  
MEJOR.*







Lo que debes saber sobre el

# *Paludismo*

MANUAL PARA ESCOLARES

**Fundación de Religiosos  
para la Salud**

C/ Hacienda de Pavones 5  
28030 Madrid  
info@fundacionfrs.es  
www.fundacionfrs.es

Entidad colaboradora:



MINISTERIO DE SANIDAD Y  
BIENESTAR SOCIAL REPÚBLICA  
DE GUINEA ECUATORIAL