

Lo que usted debe saber sobre
**las ENFERMEDADES
DIARREICAS AGUDAS
(EDAs)**



FRS
Fundación de Religiosos
para la Salud

3ª Edición



Lo que usted debe saber sobre
**las ENFERMEDADES
DIARREICAS AGUDAS
(EDAs)**

**Fundación de Religiosos
para la Salud**

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

Entidades colaboradoras:



MINISTERIO DE SANIDAD Y
BIENESTAR SOCIAL REPÚBLICA
DE GUINEA ECUATORIAL



Lo que usted debe saber sobre
**las ENFERMEDADES
DIARREICAS AGUDAS
(EDAs)**

EQUIPO TÉCNICO

Almudena González-Vigil Santos
Carmen Ballester Otero

EDITA

Fundación de Religiosos para la Salud

ILUSTRACIONES

Afran (Francisco Abiamba Mangué)
Eliezer Nguema Namil (Ilustración de portada)

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Gabriel Ramón Sánchez

Primera edición: noviembre 2009

Segunda edición: marzo 2011

Tercera 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
¿Qué son las EDAs?	8
¿A quién afecta?	11
¿Cómo se contagian las EDAs?	14
¿Cuáles son las EDAs más conocidas y cómo se manifiestan?	18
Otros síntomas	20
Consecuencias graves de la diarrea	22
¿Cómo se tratan las EDAs?	26
¿Dónde pueden curarse las EDAs en Guinea Ecuatorial?	32
¿Qué no debe hacerse nunca?	34
¿Qué hacer para evitar el contagio?	36
Recuerde que...	40

Presentación

Las **ENFERMEDADES DIARREICAS AGUDAS** o “EDAs” son una de las causas principales de enfermedad y muerte en Guinea Ecuatorial y en muchos otros países del mundo.

La diarrea y la deshidratación que producen, hacen que cada año puedan perder sus vidas muchos niños menores de 5 años. La forma de tratar este problema a tiempo es fácil y accesible si estamos informados adecuadamente y somos responsables.

Las causas de estas enfermedades diarreicas están asociadas al consumo de agua no potable, la ausencia de un saneamiento básico y la inadecuada eliminación de excretas, así como la incorrecta manipulación de los alimentos y la falta de una información y educación apropiada.

Por ello, como herramienta informativa, se ha elaborado el manual “Lo que usted debe saber sobre las Enfermedades Diarreicas Agudas o EDAs”, como medio educativo para la población ecuatoguineana. Tiene como finalidad mejorar la información y proporcionar los conocimientos suficientes sobre las EDAs, la diarrea, la deshidratación, el tratamiento con Suero de Rehidratación Oral o SRO, y las medidas preventivas que todos podemos y debemos utilizar para la mejora de la salud de la familia, la comunidad y del país.

Este documento es la tercera edición revisada y actualizada, del manual producido por la Fundación de Religiosos para la Salud (FRS) en colaboración con el Ministerio de Sanidad y Bienestar Social de la República de Guinea Ecuatorial (MINSABS), con fondos económicos de la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID).

La actual edición se ha podido realizar gracias a la financiación de la Unión Europea. Gracias a todos ellos por su trabajo y preocupación, por una Guinea Ecuatorial mejor.

¿Qué son las EDAs?

Son ENFERMEDADES DIARREICAS AGUDAS **que atacan al intestino**, producidas por diferentes microbios, siendo muy frecuentes en nuestro medio.

La **DIARREA** es el signo más común.





Enfermedades "Ganadoras".

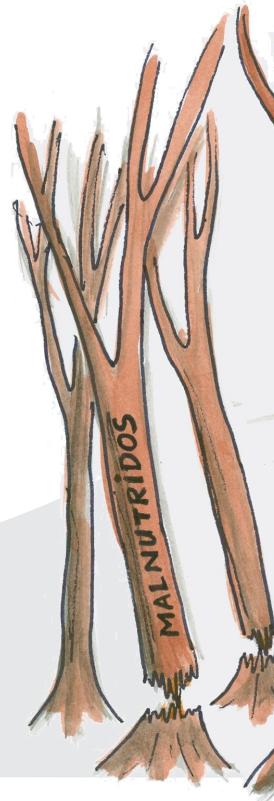
¿A quién afecta?

**LAS ENFERMEDADES DIARREICAS
AGUDAS O EDAS SON LA TERCERA
(3º) CAUSA DE ENFERMEDAD Y MUERTE**
en la República de Guinea Ecuatorial.

La primera (1º) causa es el Paludismo, y la segunda (2º) causa las Enfermedades Respiratorias Agudas o "ERAs".

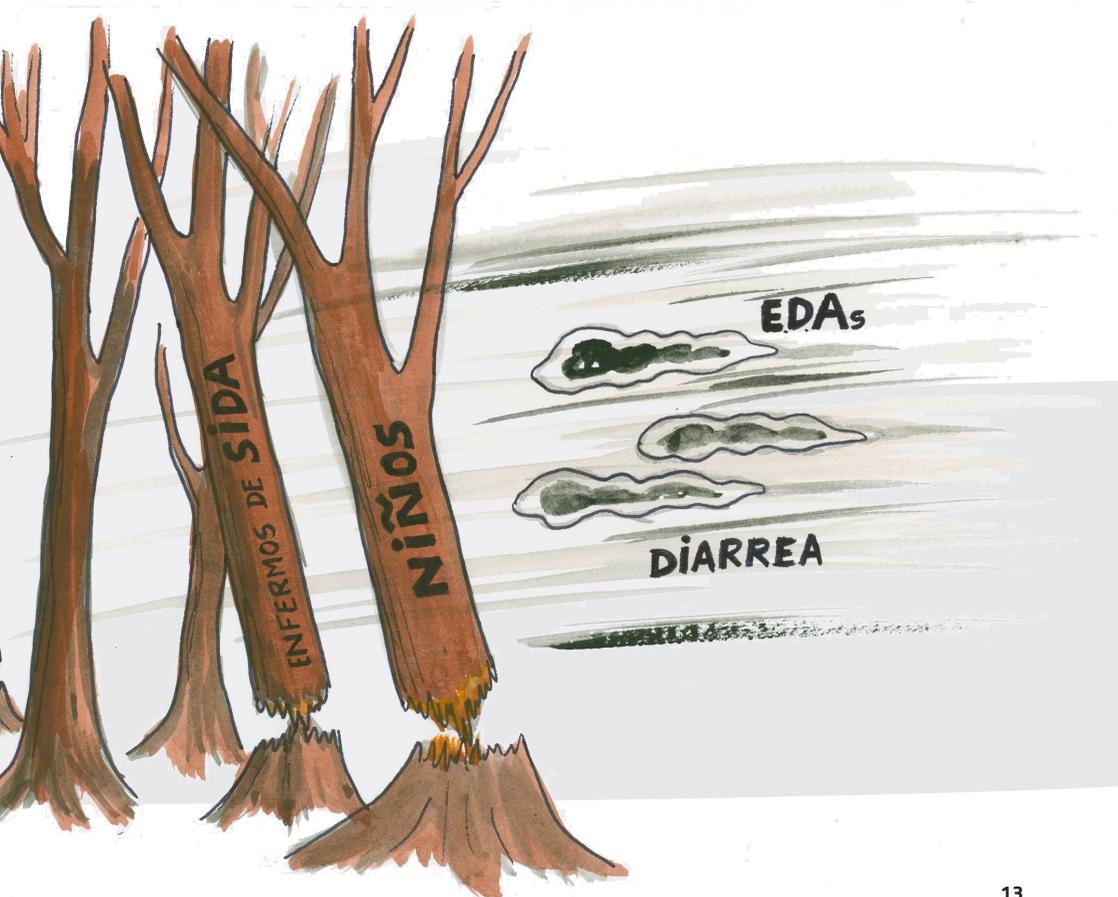
¿Quiénes pueden contagiarse de enfermedades diarreicas agudas o EDAs?

Todas las personas podemos contagiarnos de enfermedades diarreicas agudas Y TENER DIARREA, que **si no tratamos a tiempo, nos causará una DESHIDRATACIÓN** que puede llevarnos a la muerte.



Las DIARREAS son más frecuentes en los niños menores de 5 años. Si no se trata a tiempo **PUEDEN CAUSAR LA MUERTE**, sobre todo en los menores de 1 año.

Es **más fácil el contagio para las personas** que tienen pocas defensas porque están **débiles** y padecen otras enfermedades, como **los malnutridos, los que tienen VIH/SIDA.**



¿Cómo se contagian las EDAs?

SE CONTAGIAN FUNDAMENTALMENTE POR LAS HECES DE PERSONAS ENFERMAS QUE TIENEN DIARREA.

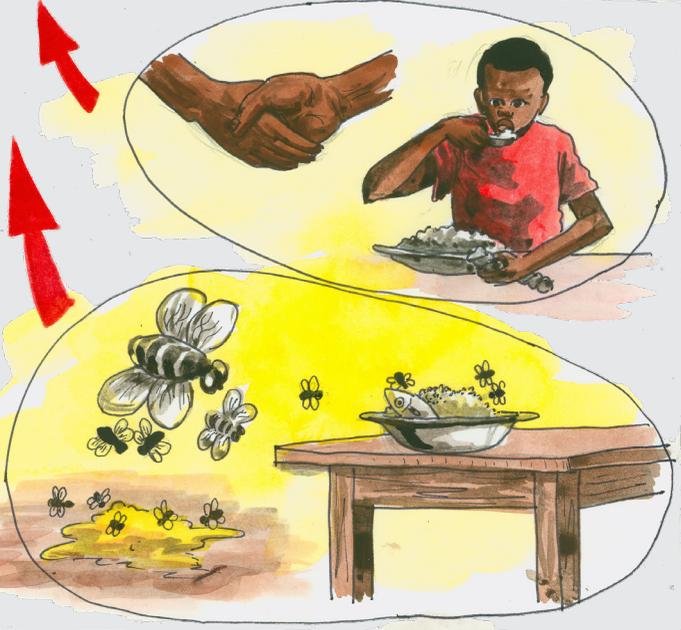
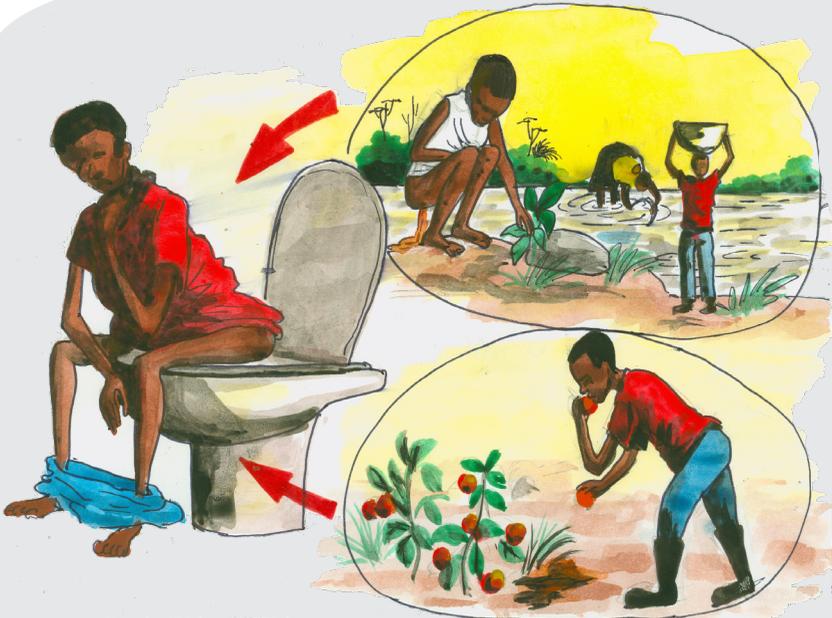
La transmisión de las ENFERMEDADES DIARREICAS es por vía fecal-oral, que quiere decir que LAS HECES o CACAS con microbios de las personas enfermas ENSUCIAN o CONTAMINAN:

- **El AGUA de ríos, pozos, charcas.**

- **Los ALIMENTOS, cuando cocinamos o comemos con las manos sucias, defecamos cerca de las fincas de comida, etc.**

- **Las MANOS sino las lavamos bien después de defecar y antes de comer.**

- **Las MOSCAS que tocan con sus patas las heces y luego se posan sobre los alimentos no protegidos.**



SÍ SE CONTAGIAN

Por lo que...

Fácilmente enfermaremos de EDAs y tendremos DIARREA si:

- **BEBEMOS AGUA SUCIA, no potable.**

- **COMEMOS ALIMENTOS SIN LAVAR y que no están protegidos de las moscas.**

- **NO NOS LAVAMOS LAS MANOS antes de comer, de cocinar, después de defecar o tenemos escasos hábitos higiénicos.**



(NO beber agua sucia).

EDAs más frecuentes

¿CUÁLES SON LAS EDAS MÁS CONOCIDAS Y CÓMO SE MANIFIESTAN?

- **DIARREA SIMPLE:** diarrea común tras haber comido un alimento en malas condiciones.

- **CÓLERA:** diarrea acuosa y deshidratación rápida.

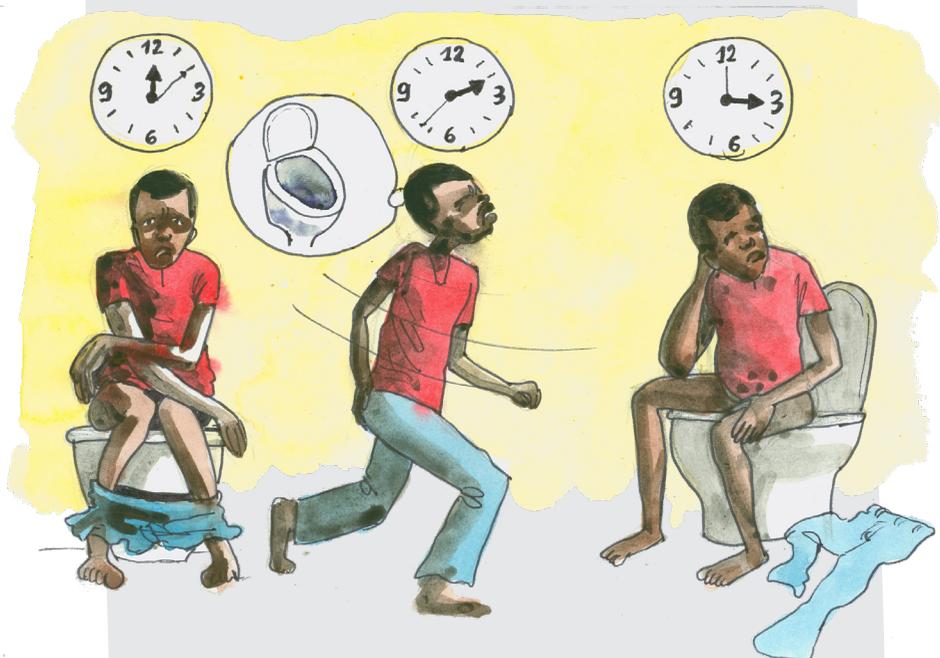
- **SIGELOSIS ("Mucosanguinolenta"):** diarrea con sangre, con o sin fiebre.

- **DISENTERÍA AMEBIANA:** diarrea con sangre, con o sin fiebre.

- **FIEBRE TIFOIDEA:** fiebre, con o sin diarrea.

EL PRINCIPAL SIGNO ES

LA DIARREA



una persona tiene diarrea
CUANDO DEFECA O HACE "CACCA"
MÍNIMO 3 VECES AL DÍA
Y LAS HECES SALEN LÍQUIDAS.

OTROS SÍNTOMAS

Las ENFERMEDADES DIARREICAS AGUDAS o EDAs también pueden causar **otras manifestaciones o síntomas:**

FIEBRE

VÓMITOS

DOLOR DE VIENTRE

SANGRE EN LAS HECES

FIEBRE



VOMITOS



DOLOR DE VIENTRE



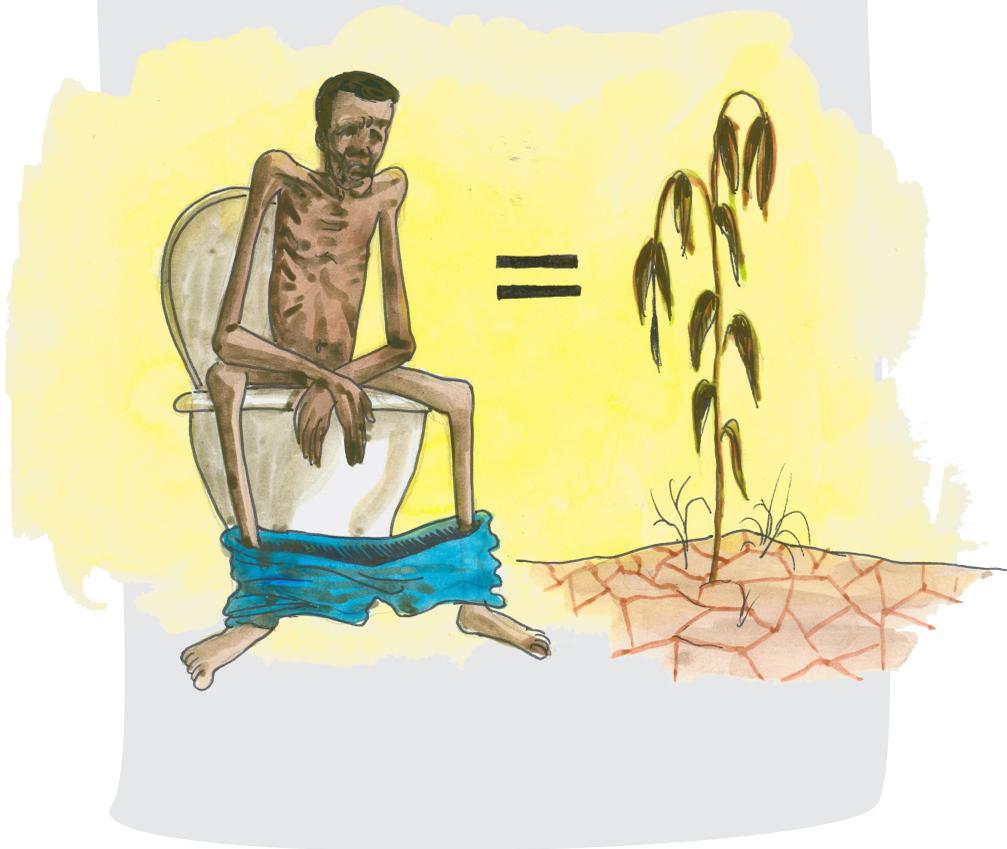
SANGRE EN LAS HECES



Consecuencias **GRAVES** de la DIARREA

- 1** **NUESTRO CUERPO NECESITA AGUA PARA VIVIR** y funcionar.
- 2** Cuando tenemos diarrea **NUESTRO CUERPO PIERDE GRANDES CANTIDADES DE AGUA Y SAL**, por ello nos debilitamos y quedamos sin fuerzas.
- 3** **NUESTRO CUERPO SE SECA**, como una planta que no se riega o recibe el agua que necesita para vivir.

La **PÉRDIDA DE AGUA Y SAL**
nos causa lo que se llama
la **DESHIDRATACIÓN**



LA DESHIDRATACIÓN

ES MÁS FRECUENTE EN LOS NIÑOS Y PERSONAS CON OTRAS ENFERMEDADES, COMO EL VIH/SIDA Y **CAUSA:**

- **Pérdida de peso rápidamente.**

- **Se orina poco o nada.**

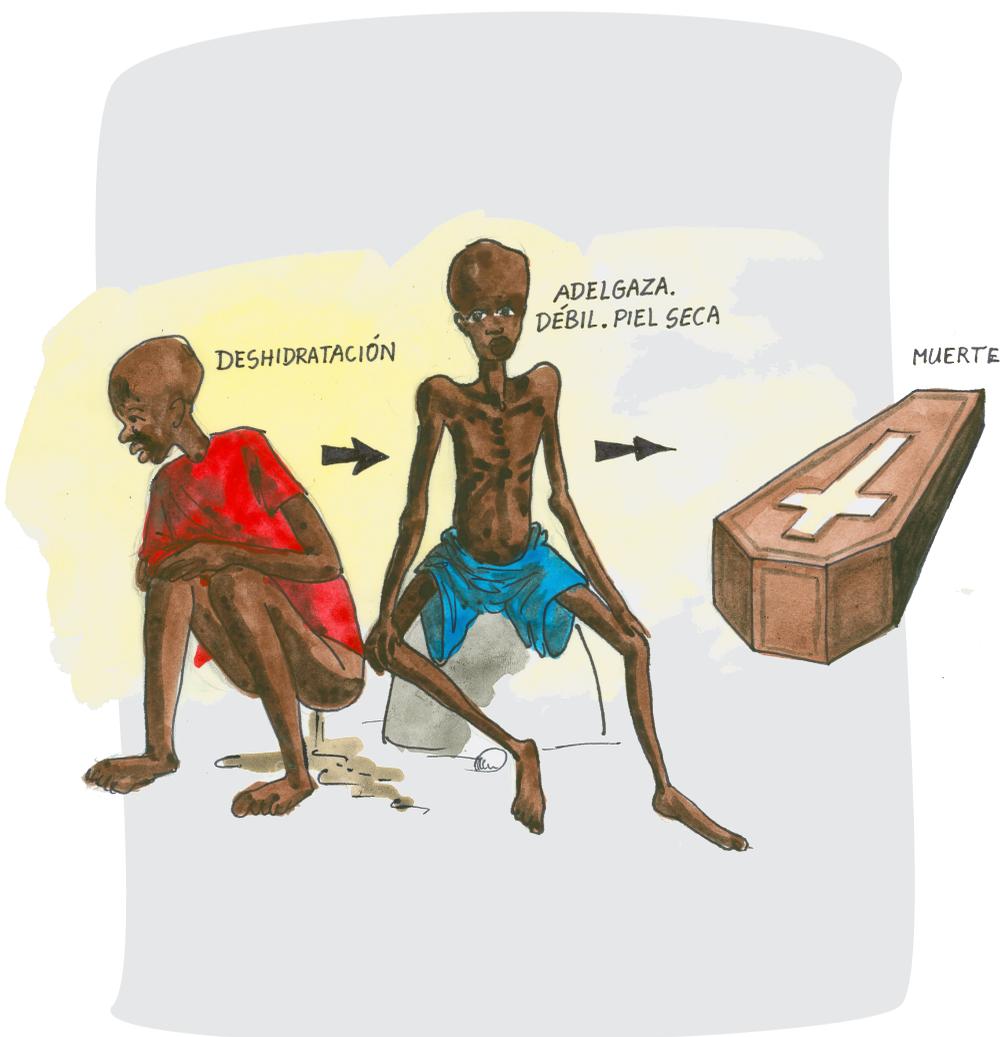
- **Ojos hundidos sin brillo y sin lágrimas.**

- **La lengua y el paladar se quedan secos.**

- **La piel queda seca (si se pellizca la piel de un deshidratado, la arruga que se forma tarda en bajar).**

- **Respiración rápida, sueño y piel fría.**

- **Puede causar LA MUERTE.**

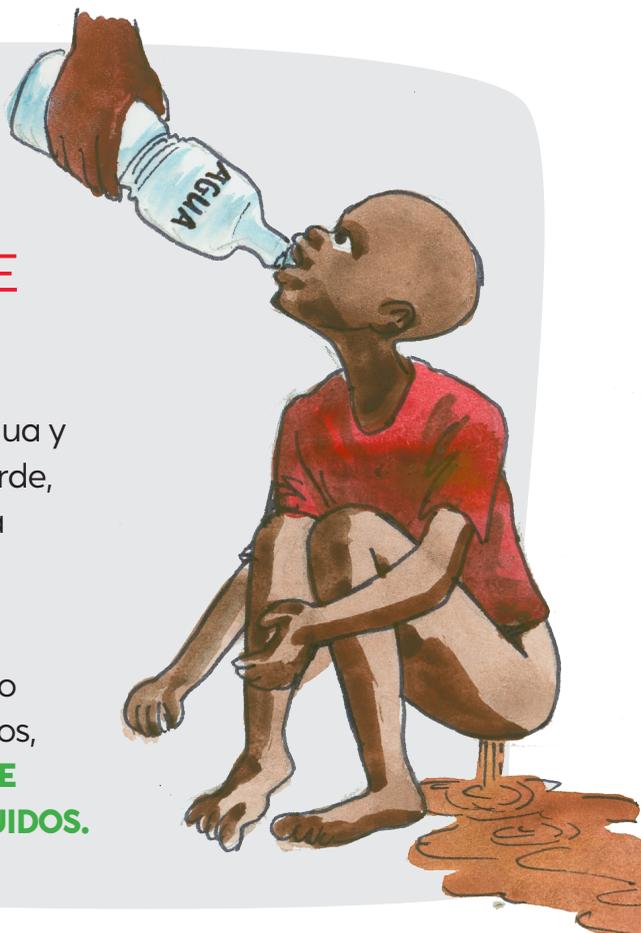


¿Cómo se tratan las EDAs?

BEBER TANTA AGUA Y SAL COMO LA QUE PERDEMOS.

Si no se toma tanta agua y sal como la que se pierde, el enfermo con diarrea **PUEDE MORIR.**

NO ES CIERTO que el enfermo con diarrea no tiene que tomar líquidos, todo lo contrario, **TIENE QUE TOMAR MÁS LÍQUIDOS.**





- Tomando **SUERO DE REHIDRATACIÓN ORAL (S.R.O)**, es el mejor medicamento para curar la diarrea y evitar la deshidratación.

- Los antibióticos **NO** suelen ser necesarios. En su Centro de Salud le dirán cuando tomarlos.

- Los anti diarreicos o medicamentos que "cortan la diarrea" **NO** deben tomarse, salvo que lo aconseje un profesional sanitario.

EL SUERO DE REHIDRATACIÓN ORAL PUEDE PREPARARSE EN CASA O MEDIANTE UN SOBRE QUE CONTIENE UNOS POLVOS.

SRO

SUERO ORAL

PREPARADO EN CASA

1. Lávese las manos.

2. Coja 1 litro de agua mineral o si no tiene, ponga 1 litro de agua (del pozo o del manantial) a **hervir durante 15 minutos.**

3. Deje enfriar el agua y cuando esté fría **la pone en una botella de agua limpia.**

4. Ponga dentro de la botella un puñado de azúcar u 8 terrones de azúcar, o 15 cucharadas grandes de zumo de caña de azúcar.

5. Ponga dentro de la botella 1 cucharadita de sal.

6. Mézclelo todo bien.

7. DE A BEBER AL ENFERMO una taza de suero **cada 15 minutos** hasta que no tenga más sed.

8. A partir de entonces dar suero al enfermo siempre que quiera y cada vez que haga "caca" o defeque. A los niños ofrézcales a menudo aunque no lo pidan.

9. Si vomita después de beber, espere un rato y vuelva a darle más suero oral (SRO), más lentamente o a cucharaditas.



1

Lávese las manos



2

1 litro de AGUA limpia



3

Meter en botella o
RECIPIENTE LIMPIO



4

8 terrones de AZÚCAR



5

1 cucharadita de SAL



6

MEZCLAR bien

7

Dar de BEBER
poco a poco



SRO

SUERO ORAL

EN SOBRES

1. Lávese las manos.

2. Coja **1 litro de agua mineral** o si no tiene, ponga **1 litro de agua (del pozo o del manantial)** a **hervir durante 15 minutos.**

3. Deje enfriar el agua y cuando esté fría **la pone en una botella de agua limpia.**

4. Ponga dentro de la botella el **contenido del sobre de SRO (que haya comprado en una farmacia o le hayan dado en un Centro de Salud).**

6. Mézclelo todo bien.

7. DE A BEBER AL ENFERMO una taza de suero **cada 15 minutos** hasta que no tenga más sed.

8. Proceda igual que con el suero preparado en casa.



1

Lávese las manos



2

1 litro de AGUA limpia



3

Meter en botella o
RECIPIENTE LIMPIO



4

Poner el contenido de 1 SOBRE
de SRO en 1 LITRO de
AGUA POTABLE



5

MEZCLAR bien y dar de
BEBER poco a poco

IMPORTANTE: El sobre de SRO preparado en 1 día, si no se ha bebido, NO SIRVE PARA EL DÍA SIGUIENTE.

Hay que preparar 1 suero nuevo cada día (1 litro de agua limpia y 1 SOBRE de SRO).

¡EL SUERO ORAL PREPARADO EN CASA Y LOS SOBRES DE "SRO", AMBOS SON IGUALMENTE BUENOS Y EL EFECTO ES EL MISMO!

¿Dónde pueden curarse las EDAs?

Si un enfermo tiene diarrea y no para en pocos días tomando SRO, vaya pronto al HOSPITAL o CENTRO DE SALUD más cercanos.

¿CUÁNDO IR AL CENTRO DE SALUD?

- Si tiene diarrea (sin sangre, fiebre ni signos de deshidratación) que no mejora con SRO en 3 días.

- Si el enfermo es un bebé lactante.

- Si tiene diarrea con sangre, fiebre o signos de deshidratación.

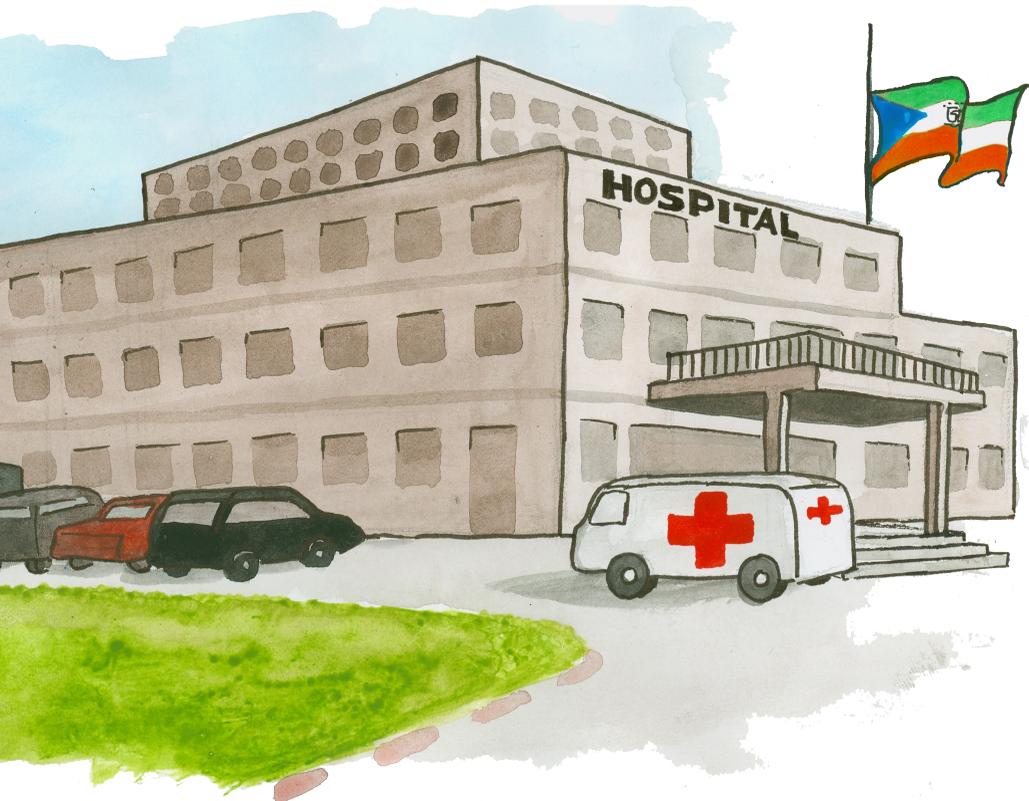
- Si tiene diarrea más de 10 veces al día.

- Si vomita todo, incluso el SRO.

- Si una persona enferma, débil, o malnutrida comienza a tener diarrea.

- Si tiene diarrea intermitente (le va y le viene) que dura más de 3 semanas.





¿CUÁNDO IR AL HOSPITAL?

- Si el enfermo tiene convulsiones.

- Si el enfermo tiene además de diarrea, dolor en el vientre o está duro y con mucho dolor.

- Si continúa la deshidratación a pesar del tratamiento.

NO DEBE HACER NUNCA

SI TIENE DIARREA:

NO DEJE de darle Suero Oral.

NO le de más azúcar del indicado.

NO le ponga enemas.

NO le de mucho líquido de una vez,
ya que vomitará.



NO TIENES QUE DAR SUERO, DAR
ENEMAS O METER YERBAS POR
EL CULO; DAR MUCHO LIQUIDO;
PONER MÃS AZÚCAR ...

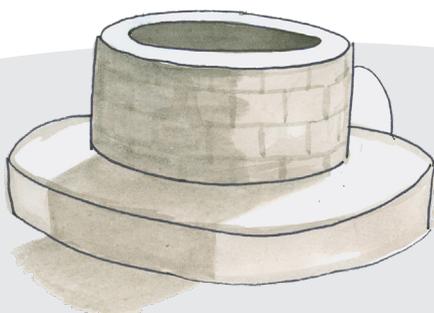
Se puede PREVENIR



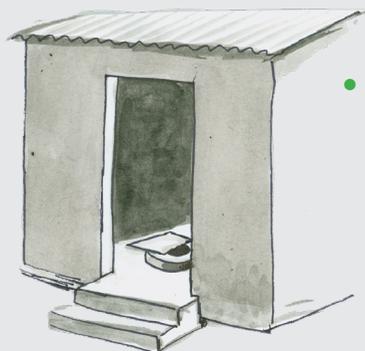
MEDIDAS PREVENTIVAS: HIGIENE Y SANEAMIENTO

- **HIGIENE DE LAS MANOS:**
lavar las manos con agua y jabón después de defecar y antes de tocar los alimentos y comer.
- **BEBER AGUA DESINFECTADA O POTABLE:**
hervir el agua 15 minutos o echar unas gotas de lejía apta para desinfectar agua de beber, según se indique en las instrucciones de la botella.

GUARDAR EL AGUA DE BEBER
EN RECIPIENTES LIMPIOS Y TAPADOS.



- **PROTEGER LOS POZOS O MANANTIALES** donde se toma el agua de beber.



- **TENIENDO UNA LETRINA HIGIÉNICA, PROTEGIDA Y CON TAPADERA** para evitar que lleguen las moscas a las heces.



- **ECHANDO LAS BASURAS A UN BASURERO ALEJADO DE LA CASA.**

Se puede **PREVENIR**



(LAVAR bien frutas y verduras).



(NO descongelar y VOLVER a CONGELAR los alimentos).

- **HIGIENE DE LOS ALIMENTOS:** lavar bien los alimentos, y no tomar alimentos que han sido congelados y descongelados más de una vez ya que estarán en mal estado.
- **TRATANDO DE EVITAR QUE LOS NIÑOS PEQUEÑOS SE METAN LAS MANOS A LA BOCA.**



- **DAR AL BEBE SIEMPRE LECHE DE LA MADRE,** es el mejor alimento para prevenir la diarrea.

Si la madre no puede dar el pecho y tiene que dar biberón, prepárelo con agua hervida durante 15 minutos, o agua mineral, y extreme las medidas de higiene.

¡UN BIBERÓN SUCIO O CON AGUA CONTAMINADA, FAVORECE QUE SU HIJO TENGA DIARREA!

RECUERDE QUE...

LA DIARREA ES FÁCIL DE
CURAR CON SUERO DE
REHIDRATACIÓN ORAL "SRO".









Lo que usted debe saber sobre
las **ENFERMEDADES**
DIARREICAS AGUDAS
(EDAs)

Entidades colaboradoras:



MINISTERIO DE SANIDAD Y
BIENESTAR SOCIAL REPÚBLICA
DE GUINEA ECUATORIAL

**Fundación de Religiosos
para la Salud**

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

