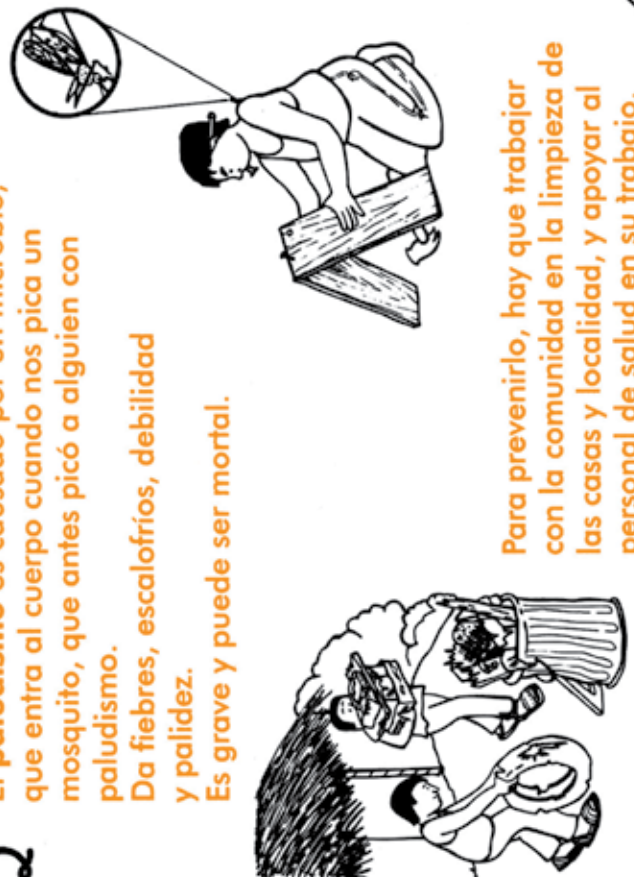


Enfermedades transmitidas por vectores y alacranismo

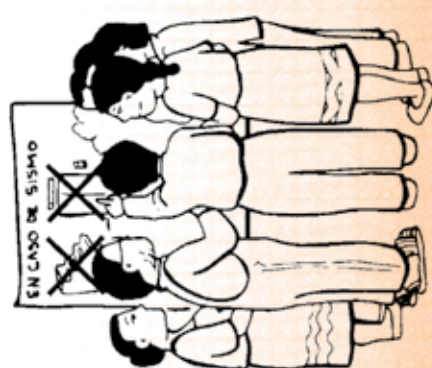


2 El paludismo es causado por un microbio, que entra al cuerpo cuando nos pica un mosquito, que antes picó a alguien con paludismo. Da fiebres, escalofríos, debilidad y palidez. Es grave y puede ser mortal.



Para prevenirlo, hay que trabajar con la comunidad en la limpieza de las casas y localidad, y apoyar al personal de salud en su trabajo.

Acciones básicas en caso de desastres



2 Los desastres no avisan, por eso es importante estar preparados para hacer algo cuando lleguen, en diferentes momentos.



1 Vectores son los animales que transmiten enfermedades con su picadura, mordedura o desechos.



Entre ellos están los mosquitos, moscas, garrapatas y chinches.

3 El dengue lo transmite otro mosquito, que igual que el del paludismo, se cria en cosas con agua: floreros, aljibes, llantas y en los charcos, ríos y lagunas.



Hay dos dengues: el clásico y el hemorrágico; los dos dan calentura, dolor de cabeza y de huesos. El hemorrágico causa además moretones, sangrado por las encías y la nariz y al hacer del baño.

Elimina los criaderos de mosquitos (hierbas, charcos, floreros, llantas).

¡No dejes que el dengue llegue a tu casa!

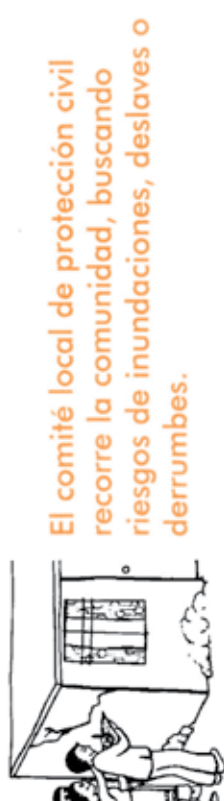
1 Los desastres naturales, como los temblores, huracanes, inundaciones y sequías no se pueden adivinar y causan graves daños a las personas y sus bienes.



En cambio, los desastres causados por nosotros, como los incendios, explosiones y derrame de sustancias tóxicas, sí pueden prevenirse.

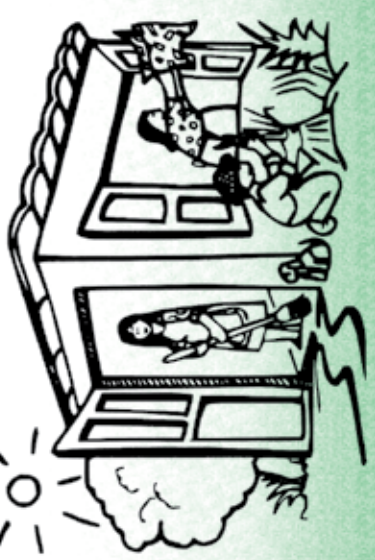
3 Es necesario estar organizados, para saber qué hacer ante un desastre.

Entre todos, elaborar un plan local de protección civil; formar brigadas y capacitarlas y realizar simulacros o prácticas.

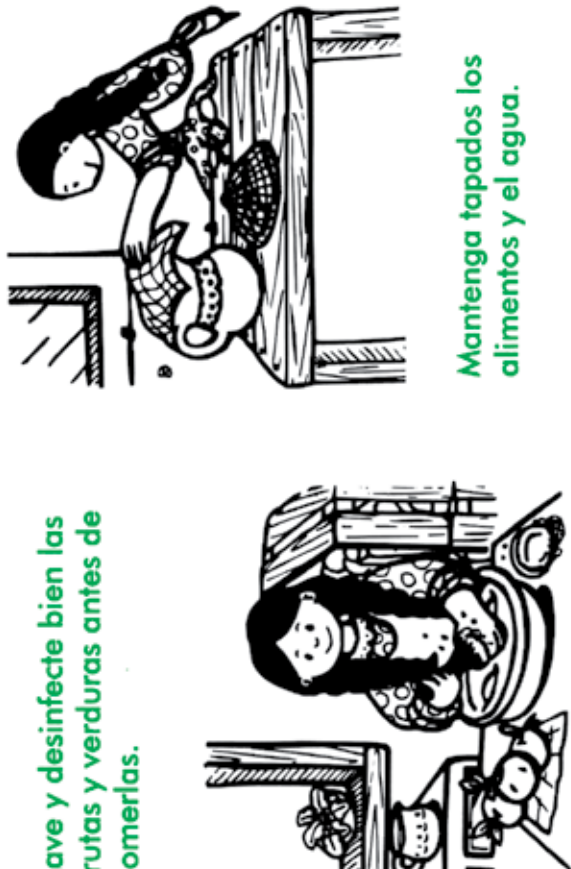


El comité local de protección civil recorre la comunidad, buscando riesgos de inundaciones, deslizos o derrumbes.

Saneamiento básico a nivel familiar

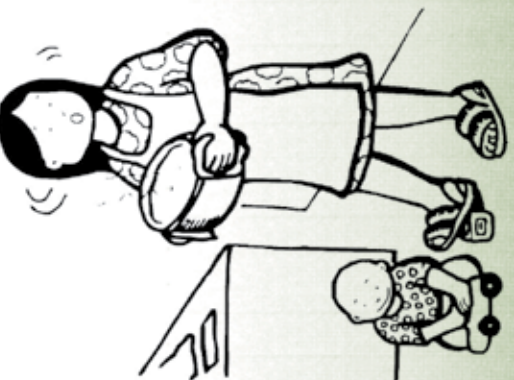


2 Lave y desinfecte bien las frutas y verduras antes de comerlas.



Mantenga tapados los alimentos y el agua.

Prevención de accidentes



2 Por eso es importante identificar los peligros que existen en nosotros mismos y a nuestro alrededor.



Después de identificar estos peligros debemos corregirlos o, si no está en nuestras manos, evitarlos y reportarlos.

Pero ¿En qué? —Dijo JUAN— No se me ocurre nada. Podríamos lavar la fruta que nos comemos y lavarnos las manos antes de comer.



Dice mi mamá que es para no enfermarse, comentó LALO.

Y tiene razón, pero se trata de que no sólo nosotros ya no nos enfermemos, sino que todos nuestros compañeros también estén sanos.

—Y si traemos de nuestras casas alimentos limpios y nutritivos para comer?, propuso PACO.

—Eso es una buena idea, dijo DIEGO. Podemos pedirle a nuestras mamás que nos preparen tortas, frutas, agua fresca y... —Mi mamá hace unas tortas riquísimas, interrumpió PACO.

—Bueno, pues que tu mamá haga las tortas; pero primero tenemos que preguntarle a nuestras mamás y hablar con la maestra para ver qué le parece nuestra idea.

—Buena idea, dijo DIEGO. Podemos pedirle a nuestras mamás que nos preparen tortas, frutas, agua fresca y... —Mi mamá hace unas tortas riquísimas, interrumpió PACO.

—Bueno, pues que tu mamá haga las tortas; pero primero tenemos que preguntarle a nuestras mamás y hablar con la maestra para ver qué le parece nuestra idea.

—Cuando todos cooperan, se pueden hacer muchas cosas. Y les pidió que avisaran a sus papás, para que al día siguiente se presentaran en la escuela.

En la junta los niños y la maestra expusieron sus ideas, y todos los padres de familia estuvieron de acuerdo.

Desde entonces en la escuela los niños toman alimentos limpios, nutritivos y hechos con cariño y, por supuesto, ya no se han enfermado.



ACTIVIDADES

—LEE EL CUENTO "UNA HISTORIA DE LA VIDA REAL" MONTA CON TUS COMPAÑEROS UNA OBRA DE TEATRO.

—COMÉNTALO CON TUS COMPAÑEROS Y MAESTRO.

—FÍJATE CUÁNTOS PERSONAJES SON Y ESCOGE ENTRE TUS COMPAÑEROS A QUIÉNES PUEDEN REPRESENTAR A CADA UNO DE ELLOS.

—EL SALÓN DE CLASES PUEDE SER EL TEATRO Y EL DIÁLOGO LO INVENTAN SEGÚN LA HISTORIA.

Cuidemos nuestra salud



Disfrute, conviva y aprenda.



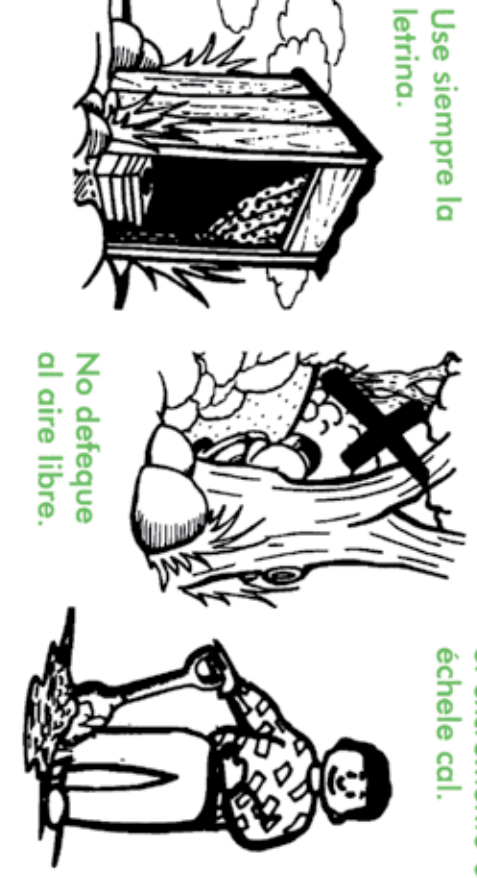
No es difícil, cuando usted tiene entusiasmo y existe alguien dispuesto a darle una mano.



4

Use siempre la letrina.

Si lo hace, entierra el excremento o échelo ccl.



6

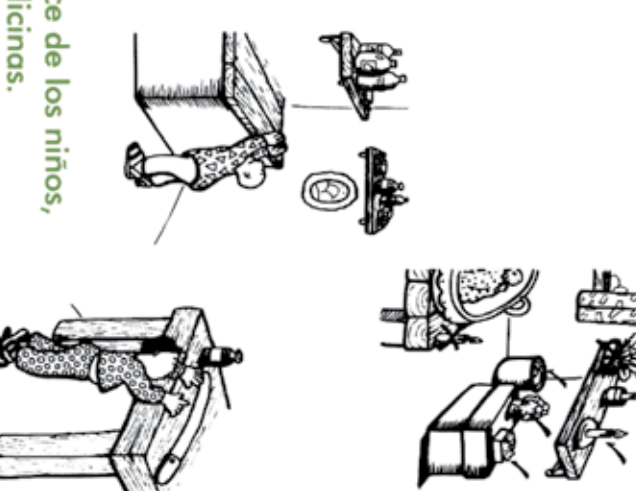
Evite que se formen chorcos.



4

Tenga cuidado:

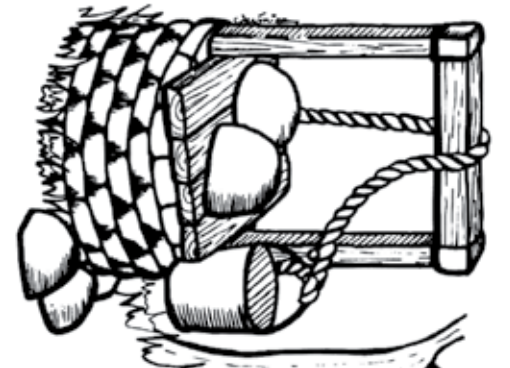
- Al colocar velas o veladores en vasos o platos, cuide que no puedan provocar un incendio.
- No guarde sustancias peligrosos en botelllos de refresco.
- Ponga fuera del alcance de los niños, armas, cuchillos y medicinas.



6

También los adultos sufren accidentes, recuerde:

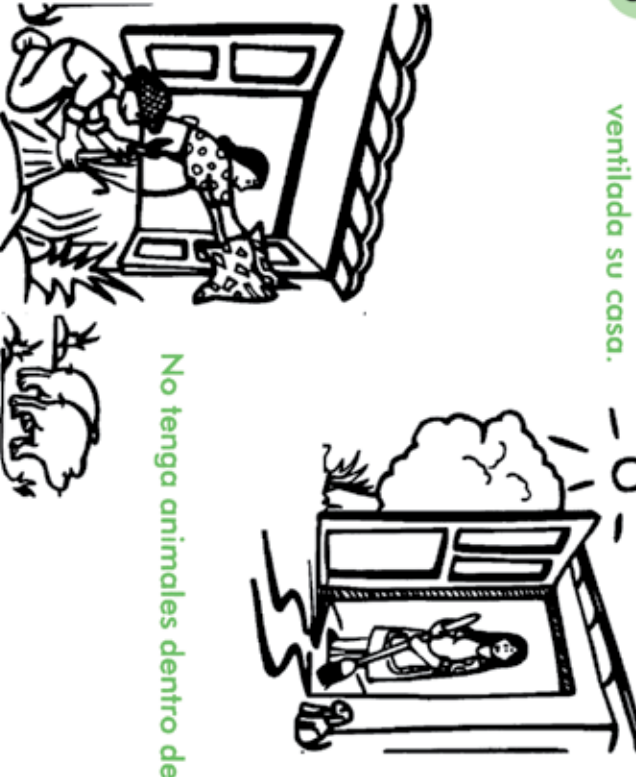
- Fíjarse al cruzar las calles carreteras o vías del tren.
- En su trabajo, luse siempre el equipo de seguridad!
- Cuando realice reparaciones eléctricas en casa o en lugares altos, llome precauciones!
- Mantenga los pozos o cisternas tapados.



5

Mantenga limpia y ventilada su casa.

No tenga animales dentro de ella.



7


Tire todos los cocharrros (llentos, botes, botellas, etc.).



5

En la escuela:

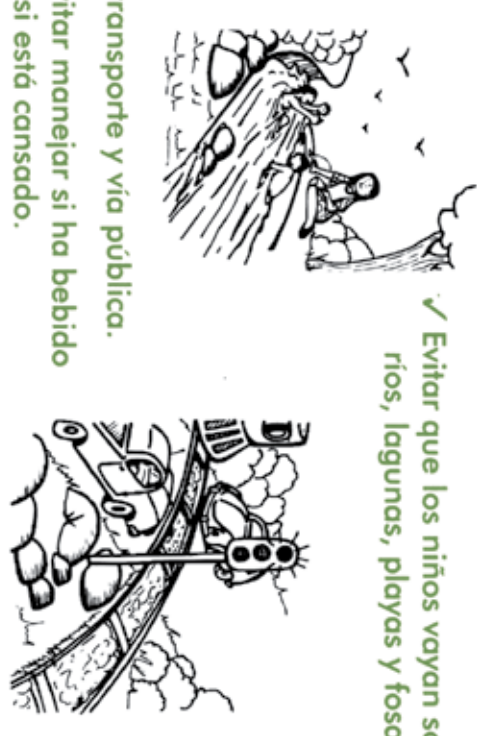
- Evitar juegos bruscos correr en pasillos, escaleras o pisos mojados.
- Utilizar correctamente los lápices, compases y literas.
- Procurar caminar o correr sin objetos en las manos.
- No dejar objetos en el suelo.



7

En sitios de recreación:

- ✓ Evitar que los niños voyen solos o ros, lagunas, ployas y fosos.
- ✓ En transporte y vía pública.
- ✓ Evitar manear si ha bebido o si está cansado.
- ✓ No arrojar basura a la carretera.



Con cuidado y atención los accidentes podemos evitar.

3

N UN LUGAR, EL ANO, Y EN UNA ESCUELA COMO LA TUYA, ESTUDIABAN EN EL 3 ER ANO, CINCO NIÑOS: PACO, DIEGO, JUAN, JULIO Y LAJO.

Eran amigos inseparables pero muy diferentes entre sí, como los dedos de tu mano izquierda.

PACO: Alegre y juguetón. Siempre hacía bromas y chistes. No tomaba nada en serio y le gustaba comer todo el día.

DIEGO: Era muy estudioso, amable y excelente amigo; generoso y dispuesto a ayudar siempre a sus compañeros.

JUAN Y JULIO: Siempre se portan de acuerdo para hacer travesuras, no cumplían con la tarea y le pedían ayuda a DIEGO, quien nunca se las negaba.

LAJO: Era tímido y callado, muy melindroso para comer se enfermaba con frecuencia por las cosas que comía en la calle.

Todos los días, a la hora de la entrada, PACO, JUAN, JULIO Y LAJO se detienen a comprar toda clase de golosinas; jifamas con chile, chicharrones y otros alimentos que no estaban preparados con toda limpieza. Además, como estaban expuestos al aire y al polvo de la calle se contaminaban y eran un peligro para la salud. Sin embargo, ellos no lo sabían y se comían las cosas con mucho gusto.

3

LAJO, en cambio, era el único que no lo hacía. Había leído que los alimentos se contaminaban, y su mamá le preparaba todos los días una rica torta de frijoles con queso, muy limpia, y una cantimplora con agua fresca de limón, que a la hora del recreo se tomaba con mucho gusto. En cambio, sus demás amigos cambiaban la torta o fruta que llevaban por las golosinas que compraban otros niños, sobre todo LAJO, quien sólo quería comer papitas con chile, dulces y otras cosas que no nutren. Y PACO no sólo se comió lo que compraba sino también las tortas de los que se dejaban.

Cuando DIEGO los veía, les decía: todas esas cosas que se comen son muy sabrosas porque son dulces, saladas o agrias, pero no les proporcionan ningún alimento; sólo les entretienen el estómago y se los irrita. Además, si las cosas no están limpias, tienen microbios, que producen enfermedades.

Ellos se reían de él y le decían: —Si sabio, mejor vamos a jugar y deja de estar diciéndolo tontorías.

Un día, al llegar a la escuela, DIEGO se dio cuenta que sus amigos no estaban en el salón y que nadie sabía nada de ellos. Entonces se acercó a la maestra y le preguntó por ellos. La maestra dijo que PACO estaba empacado, que JULIO tenía fuertes dolores de estómago, que JUAN tenía tifoidea y que LAJO tenía amigdalitis en la panza y además estaba muy desnutrido. Seguramente habían comido algo que les hizo mucho daño.

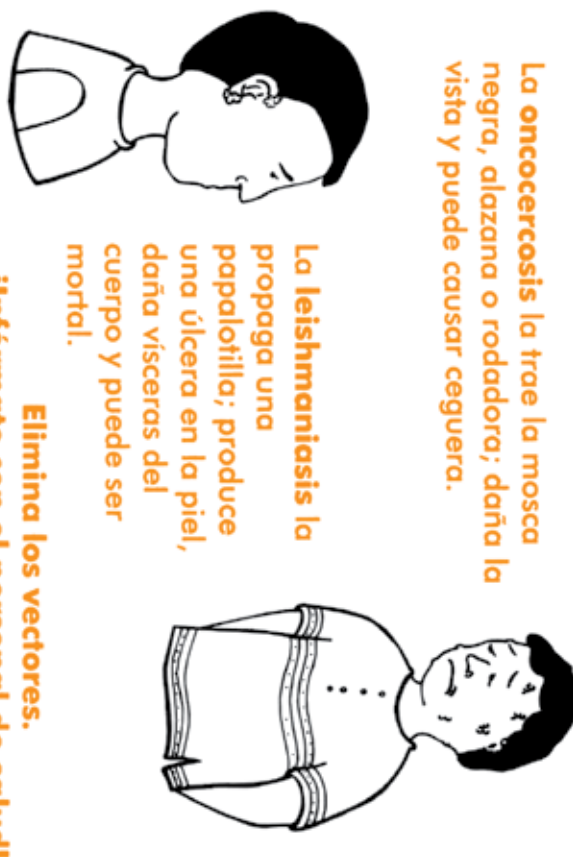
4

Otros enfermedades que ocurren los vectores, son:

La **antraxosis** la trae la mosca negra, alazana o rodadoro; daña la vista y puede causar ceguera.

La **leishmaniasis** la propaga una papabilillo; produce una úlcera en la piel, daña vísceras del cuerpo y puede ser mortal.

Elimina los vectores. Infórmate con el personal de salud!



6


La picadura de alacrán puede ser mortal, más en los niños y los ancianos. Duele mucho y se adormecen los pies y las manos.

En casos graves, viene lagrimeo, asco, mucha saliva y como ataques.

Para evitar el piquete del alacrán, hay que secudir la ropa y los zapatos antes de usarlos, revisar la cama antes de acostarse y no andar descalzo. Además, hay que eliminar los criaderos, encalar y usar cielo raso.

Si te pica un alacrán, ponte hielo en la picadura, y...

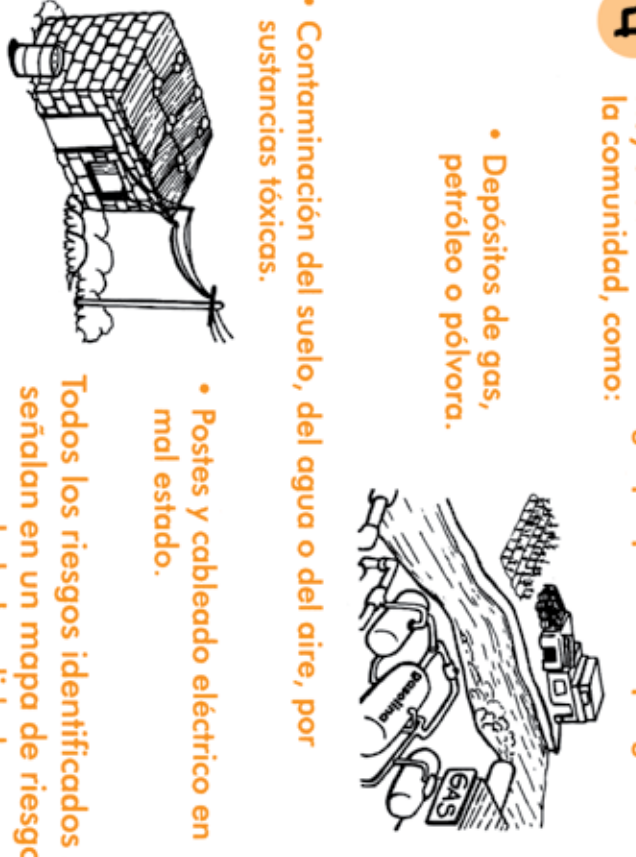
Busca ayuda inmediatamente!



4

Hoy situaciones de riesgo que ponen en peligro a la comunidad, como:

- Depósitos de gas, petróleo o pólvora.
- Contaminación del suelo, del agua o del aire, por sustancias tóxicas.
- Postes y cableado eléctrico en mal estado.




Todos los riesgos identificados se señalan en un mapa de riesgos de la localidad.

6

También se requiere:

- Organizarse para estar preparados.
- Hacer simulacros de evacuación.
- Saber donde reunirse en caso de un desastre.



Los días mucho gusto ver a su amigo DIEGO. Este les comentó que tenían que cuidarse para estar bien de salud y pronto poder ir a la escuela, pues él tenía un plan para que no se volvieran a enfermar.

5

La enfermedad de **Chagas** se transmite por la chinche hotozona o besucona. Puede pasar en el embarazo de la madre al niño.

Provoca unas bolitas en el sitio del piquete, si es cerca del ojo, éste orde y el párpado se hincha; además daña el corazón.

También los garrapatos, pulgas y piojos transmiten enfermedades que pueden ser muy graves.

¡Combátelos!



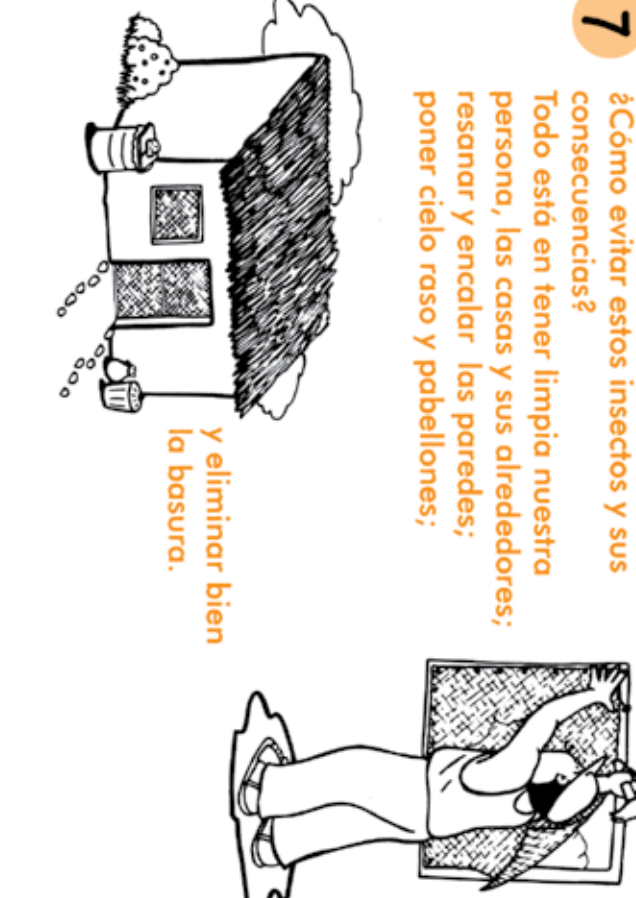
7

¿Cómo evitar estos insectos y sus consecuencias?

Todo está en tener limpia nuestra persona, las casas y sus alrededores; resanar y encalar las paredes; poner cielo raso y pdbellones;

y eliminar bien la basura.

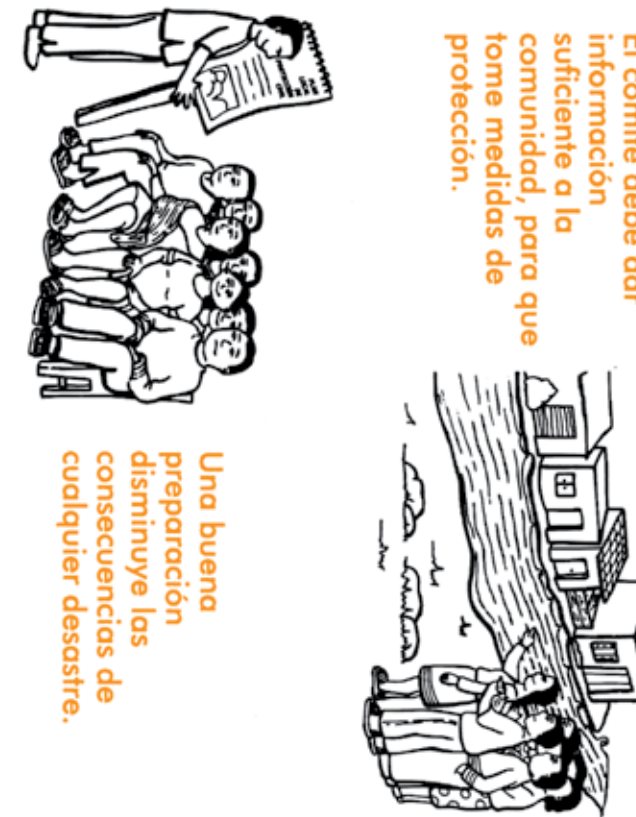
La salud empieza por la limpieza.



5

El comité debe dar información suficiente a la comunidad, para que tome medidas de protección.


Una buena preparación disminuye las consecuencias de cualquier desastre.



7

Los problemas graves se afrontan con mayor éxito si las familias y la comunidad están bien organizados.

Todos debemos saber qué hacer antes, durante y después de un desastre.



3

Ese día, DIEGO estuvo muy triste y preocupado. Ya por la tarde los fue a visitar. Todos estaban muy delicados y ojerosos.

Les dio mucho gusto ver a su amigo DIEGO. Este les comentó que tenían que cuidarse para estar bien de salud y pronto poder ir a la escuela, pues él tenía un plan para que no se volvieran a enfermar.

Después de dos semanas se fueron presentando de uno a uno los niños. Todos sus compañeros los recibieron con mucho cariño. Y a la hora del recreo DIEGO les dijo:

—No es posible que se sigan enfermado, es necesario que aprendan a conservar su salud.
—Pero si nos cuidamos, dijo PACO.
—No es así! —contestó DIEGO— me he dado cuenta que en la calle los vendedores ambulantes venden alimentos contaminados de polvo y de microbios que enferman a los niños que los compran, por eso creo que debemos pensar en algo.

3

LAJO, en cambio, era el único que no lo hacía. Había leído que los alimentos se contaminaban, y su mamá le preparaba todos los días una rica torta de frijoles con queso, muy limpia, y una cantimplora con agua fresca de limón, que a la hora del recreo se tomaba con mucho gusto. En cambio, sus demás amigos cambiaban la torta o fruta que llevaban por las golosinas que compraban otros niños, sobre todo LAJO, quien sólo quería comer papitas con chile, dulces y otras cosas que no nutren. Y PACO no sólo se comió lo que compraba sino también las tortas de los que se dejaban.

Cuando DIEGO los veía, les decía: todas esas cosas que se comen son muy sabrosas porque son dulces, saladas o agrias, pero no les proporcionan ningún alimento; sólo les entretienen el estómago y se los irrita. Además, si las cosas no están limpias, tienen microbios, que producen enfermedades.

Ellos se reían de él y le decían: —Si sabio, mejor vamos a jugar y deja de estar diciéndolo tontorías.

Un día, al llegar a la escuela, DIEGO se dio cuenta que sus amigos no estaban en el salón y que nadie sabía nada de ellos. Entonces se acercó a la maestra y le preguntó por ellos. La maestra dijo que PACO estaba empacado, que JULIO tenía fuertes dolores de estómago, que JUAN tenía tifoidea y que LAJO tenía amigdalitis en la panza y además estaba muy desnutrido. Seguramente habían comido algo que les hizo mucho daño.