

Salud reitera importancia del autocuidado frente a enfermedades gastrointestinales

• *Consultas médicas por casos asociados a enfermedades entéricas registran un promedio diario de 20 atenciones por semana en el Hospital Regional Coyhaique.*



Coyhaique.- Tal como en la época invernal se observa que las enfermedades respiratorias aumentan entre la población; durante el verano, las consultas por cuadros gastrointestinales en los centros de salud también se presentan con mayor frecuencia, afectando principalmente a niños, embarazadas y adultos mayores, por lo que desde el sector salud se hace un refuerzo en que la comunidad adopte medidas preventivas básicas como la higiene de manos en la manipulación y consumo de alimentos.

Así lo expuso el Epidemiólogo de la Seremi de Salud Aysén, Marco Acuña Briones, quien además argumentó que en los últimos

días se registraron incluso casos de menores afectados por infecciones intestinales.

“Nos ha llamado mucho la atención que en los últimos días, desde el Hospital Regional Coyhaique, se ha identificado en niños de 4 y 7 años la presencia de *Escherichia coli* enterohemorrágica en las deposiciones, lo cual da cuenta que no hay un adecuado lavado de manos o una adecuada manipulación de alimentos, entonces como aún estamos en temporada de verano donde tenemos temperaturas altas y estamos saliendo fuera de la casa hacia lugares campestres consumiendo alimentos, muchas veces el lavado de manos se



descuida u otras veces no hay una adecuada limpieza en las personas que realizan la preparación de alimentos, es por eso que queremos hacer un llamado a la comunidad para que recuerden la importancia del lavado frecuente de manos, y que la preparación de alimentos crudos y cocidos se deben

preparar y manipular en ollas y tablas distintas”, puntualizó.

Las enfermedades entéricas son causadas por microorganismos como virus, bacterias y parásitos que causan enfermedades intestinales. Estas enfermedades suelen ser consecuencia del consumo de alimentos o agua contaminados, y algunas pueden transmitirse de persona a persona, donde las infecciones por la bacteria *Escherichia coli* pueden provocar diarrea grave, incluso con sangre. Ante molestias gastrointestinales se sugiere consultar en el centro de salud más cercano, en especial en los grupos vulnerables: niños/as menores de 5 años, adultos mayores y embarazadas.

Entre las recomendaciones para evitar enfermedades gastrointestinales se encuentran:

- Consumir alimentos en locales establecidos que cuenten con autorización sanitaria para la manipulación y venta de productos.
- Lavar siempre las manos con agua corriente y jabón al manipular alimentos.
- Evitar contaminación cruzada de alimentos (al cocinar, utilizar utensilios distintos para carnes, ensaladas, pescados, etc. evitando almacenar juntos los productos cocidos y crudos, mantener cadena de frío de alimentos perecibles).

Siempre es mejor prevenir que enfermar en un periodo estival en donde es importante disfrutar de la familia y la vida al aire libre.