

1. Higiene.

La higiene es el conjunto de técnicas para el control de los factores que pueden causar daño en la salud.

2. Sarna.

La sarna es provocada por un ácaro que produce enrojecimiento y picazón, se contagia por contacto físico o compartir alguna prenda con una persona que este infectada.

3. Micosis.

La micosis es una enfermedad infecciosa producida por hongos localizada en la piel, cabello, uñas, boca, nariz, faringe y genitales.

4. Piojos.

Los piojos son pequeños parásitos que se alimentan de la sangre de las personas.

5. Conjuntivitis.

La conjuntivitis produce enrojecimiento en los ojos, picazón, sensación arenosa, secreción que forma una costra que impide abrir el ojo y lagrimeo.

6. Síndrome respiratorio.

El síndrome respiratorio es una enfermedad viral contagiosa causada por un coronavirus (SARS-CoV), los síntomas son: fiebre, escalofríos, dolores musculares, dolor de cabeza y, ocasionalmente diarrea.

7. Caries.

Las caries son zonas dañadas en la superficie de los dientes a causa de bacterias, ingesta frecuente de alimentos, bebidas azucaradas y limpieza dental deficiente.



SESIÓN 6:

“MEJORA TUS HÁBITOS”

8. Diarrea.

La diarrea es la evacuación intestinal de heces flojas y líquidas tres o más veces al día, se acompaña de vomito, náuseas, dolor abdominal y pérdida de peso.

9. Fiebre tifoidea.

La fiebre tifoidea es una enfermedad infecciosa que suele transmitirse por agua o alimentos contaminados con heces u orina de una persona infectada.



10. Hepatitis A.

La hepatitis A es una enfermedad viral que produce inflamación del hígado, produciendo fatiga, náuseas, vómito, dolor abdominal, diarrea, pérdida de apetito, fiebre, dolor articular, ictericia y picazón.



11. Cólera.

El cólera es una enfermedad bacteriana intestinal aguda, que causa diarrea acuosa, náuseas, vomito y deshidratación.



12. Intoxicación por alimentos.

La intoxicación por alimentos puede prevenirse al lavarse las manos, los utensilios y superficies de preparación, separar los alimentos crudos de los cocinados y utilizar temperaturas adecuadas al cocinar.



13. Correcto lavado de manos.

1. Mojarse las manos y enjabonarse.
2. Frotarse hasta hacer espuma.
3. Restregarse las manos por 20 minutos.
4. Enjuagarse con agua limpia.
5. Secarse con una toalla o con aire.

