

REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE SALUD  
Dirección de Participación de la Comunidad

**UNIDAD  
EDUCATIVA  
No. 4**

# DIARREAS



**UN NIÑO DESHIDRATADO  
POR DIARREA CORRE PELIGRO  
DE MUERTE.  
EVITE LA DIARREA.**

144-81 MA-1511-5

# Indicaciones Generales

## INDICACIONES GENERALES

La diarrea es un tema de mucha importancia porque es la primera causa de muerte de niños en el país.

En los adultos también es un problema grave.

Por eso hay que enseñarlo a las madres, a los escolares y a las otras personas de la comunidad.

En esta Unidad Educativa encontrará:

1. **QUE DEBEMOS ENSEÑAR** son todos los conocimientos sencillos que usted puede enseñar a la gente sobre el tema de las diarreas.
2. **GUIA PARA ENSEÑAR** son las indicaciones que le sugerimos para enseñar este tema y que usted puede aumentar con sus ideas **SON SOLO SUGERENCIAS**.

En la guía aparecen indicaciones sobre la práctica de **PREPARACION DEL SUERO CASERO**.

La Unidad también contiene 3 láminas que usted puede utilizar para hacer sus explicaciones.

# Indicaciones Generales

ENSEÑAMOS ESTE TEMA PARA:

1. QUE LA COMUNIDAD IDENTIFIQUE PORQUE SE PRODUCEN LAS DIARREAS Y PRACTIQUE LAS MEDIDAS PARA EVITARLAS.
2. QUE LA COMUNIDAD IDENTIFIQUE LOS PELIGROS DE LA DIARREA, ESPECIALMENTE LA DESHIDRATACION EN LOS NIÑOS Y LA EVITE POR MEDIO DE LA REHIDRATACION ORAL.
3. QUE LA COMUNIDAD VAYA AL CENTRO DE SALUD U HOSPITAL CUANDO LA DIARREA VA ACOMPAÑADA DE OTROS SINTOMAS.



# Qué debemos enseñar sobre diarreas?

## QUE ES LA DIARREA?

La diarrea es una enfermedad que le dá tanto a niños como a grandes y consiste en que la persona hace del cuerpo o defeca más veces de las que está acostumbrado a hacer y la defecación es líquida o algunas veces con moco y sangre.

Cuando una persona tiene diarrea pierde rápidamente agua y sal. Por esto, el gran peligro de la diarrea especialmente en los niños, es la deshidratación ó pérdida de líquidos del cuerpo que puede llevar en algunas horas a la muerte.

## PORQUE PUEDE DARLE DIARREA A UNA PERSONA O A UN NIÑO?

La diarrea es producida por microbios, son animalitos muy pequeños que no se pueden ver fácilmente.

Estos microbios entran al cuerpo cuando:

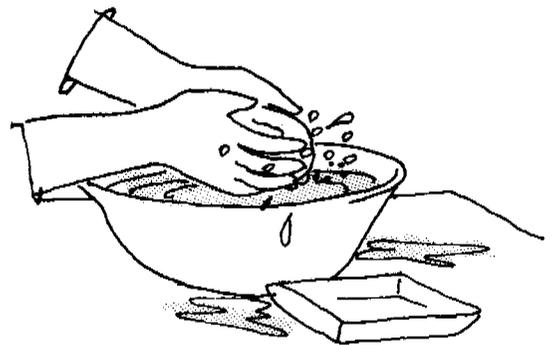
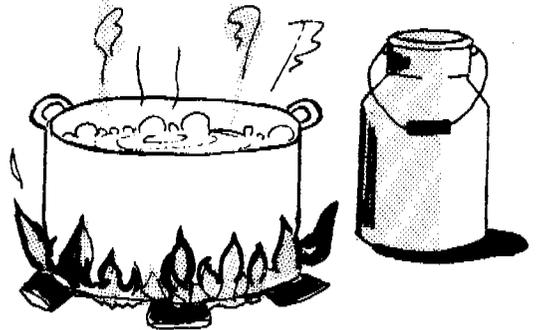
- Bebemos agua cruda de una quebrada o de un pozo.
- Comemos alimentos sin lavar, que han sido pisados por moscas y ratas.
- Tomamos leche sin hervir.
- Comemos con las manos sucias después de defecar o trabajar.
- No lavamos bien las vasijas para cocinar o comer especialmente los teteros.
- Preparamos teteros o alimentos con agua sin hervir.
- Lavamos las vasijas para comer y cocinar con aguas sucias o contaminadas.



# Qué debemos enseñar...

## PARA EVITAR LAS DIARREAS DEBEMOS:

- Lavar y preparar bien los alimentos.
- Hervir el agua de tomar durante 20 minutos.
- Lavarnos las manos antes de comer y después de hacer del cuerpo.
- Tener en la casa taza sanitaria o letrina y mantenerla limpia.



- Enterrar o quemar las basuras.
- Lavar bien las vasijas que se usan para preparar los alimentos, sobre todo las de los niños.
- Lavar muy bien los alimentos con agua limpia.
- Mantener tapados los alimentos.

# Qué debemos enseñar...

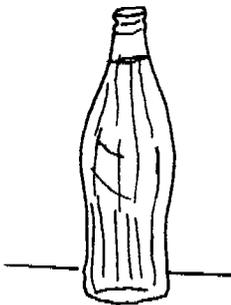
## EL GRAN PELIGRO DE LA DIARREA ES LA DESHIDRATACION

LA DESHIDRATACION es la pérdida de líquidos y sales del cuerpo.

Un niño deshidratado corre peligro de muerte **POR ESO HAY QUE REHIDRATARLO INMEDIATAMENTE CON:**

1. **EL SUERO PREPARADO CON LAS SALES PARA REHIDRATACION ORAL.**
2. **O CON SUERO CASERO.**

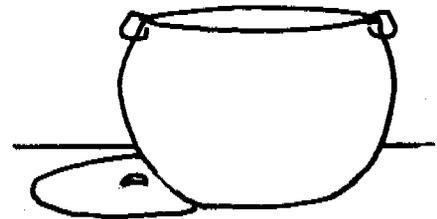
## COMO PREPARAR EL SUERO UTILIZANDO LAS SALES REHIDRATAN- TES? VEAMOS COMO SE PREPARAN:



**UN LITRO DE AGUA.**



Hierva un litro de agua durante 20 minutos.

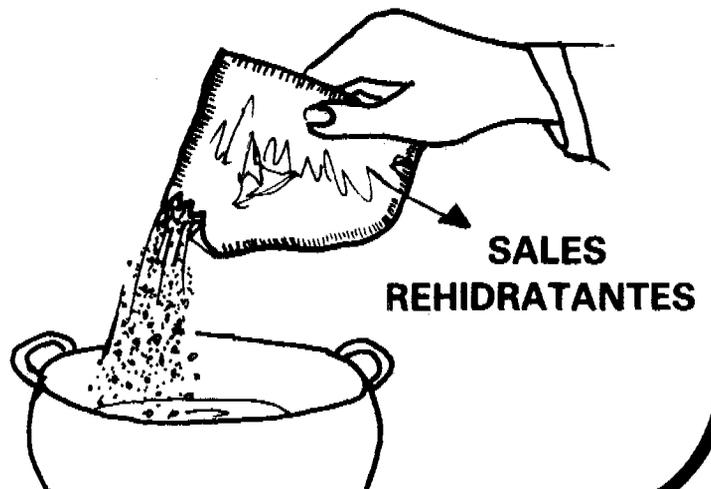


Déjela enfriar.

Agregue un sobre de sales rehidratantes.

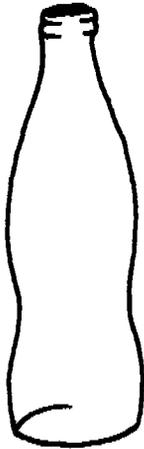
Las sales para rehidratación oral son las más convenientes porque vienen con la medida precisa y son muy fáciles de preparar.

Si el niño con diarrea recibe a tiempo el suero casero o el suero preparado con las sales, no se deshidrata y se recupera rápidamente.



# Qué debemos enseñar...

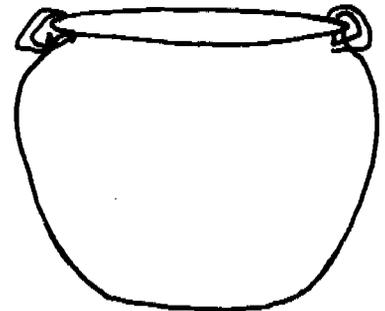
## COMO PREPARAR EL SUERO CASERO



UN LITRO



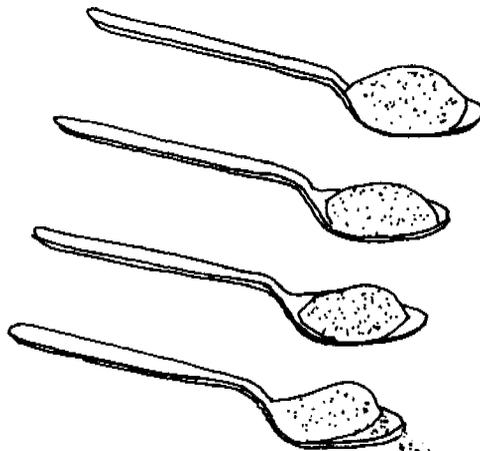
HIERVA UN LITRO DE AGUA



Y DEJELO ENFRIAR

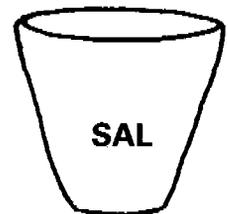
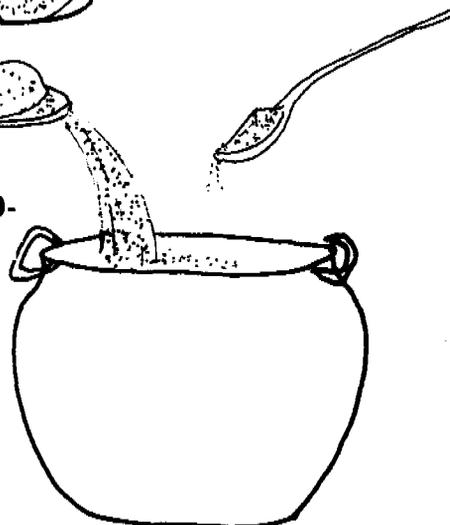


AZUCAR



AGREGUELE ADEMAS UNA CUCHARADITA DE SAL.

AGREGUELE CUATRO CUCHARADAS SOPERAS CON AZUCAR

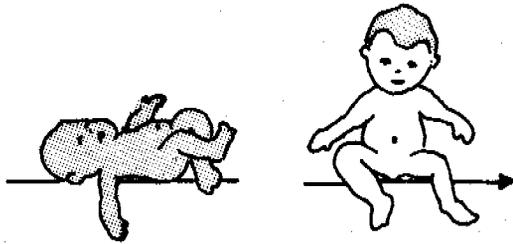


SAL

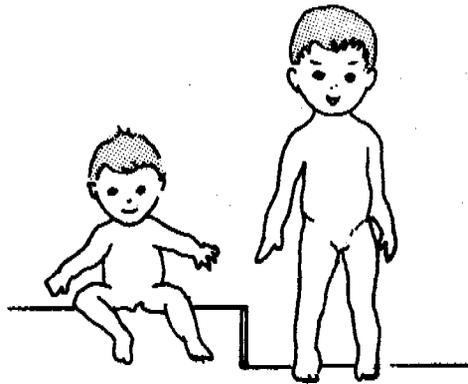
# Qué debemos enseñar...

## COMO DARLE EL SUERO A UN NIÑO CON DIARREA

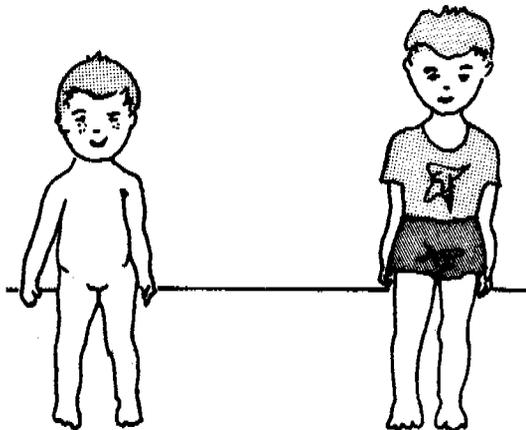
El suero preparado con sales rehidratantes o el suero casero, se pueden dar así:



A niños Menores de un año  
1 A 2 ONZAS cada media hora



A niños de 1 a 3 años  
2 A 3 ONZAS cada media hora



A niños de 3 a 5 años  
3 A 4 ONZAS cada media hora

**Debe dársele el suero así durante seis horas.**

Sí el niño vomita el suero se recomienda darle una cucharadita cada 5 minutos, durante una hora hasta que desaparezca el vómito y luego continuar dándole el suero cada media hora en la cantidad indicada de acuerdo con su edad.

Sí después de 6 horas el niño no mejora, se debe llevar al Centro de Salud más cercano.

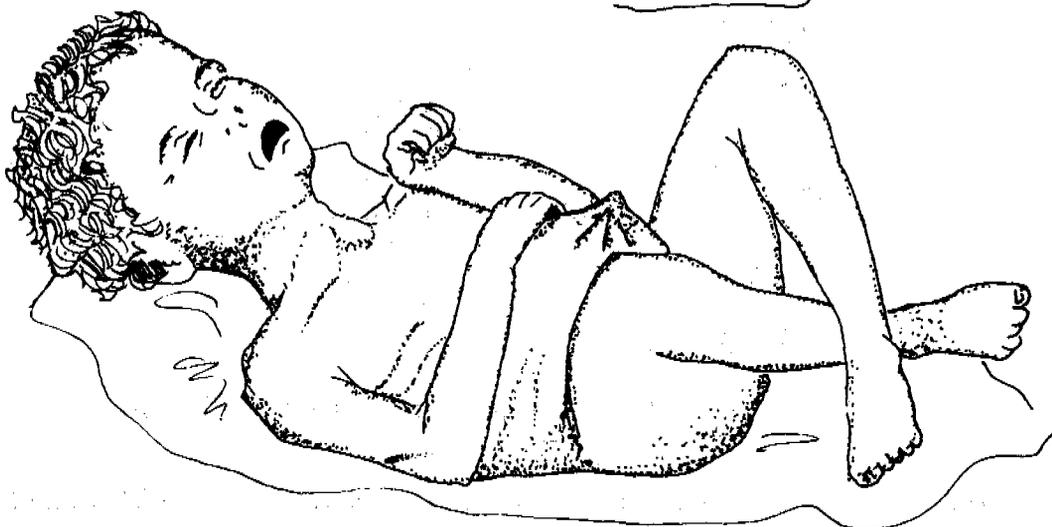
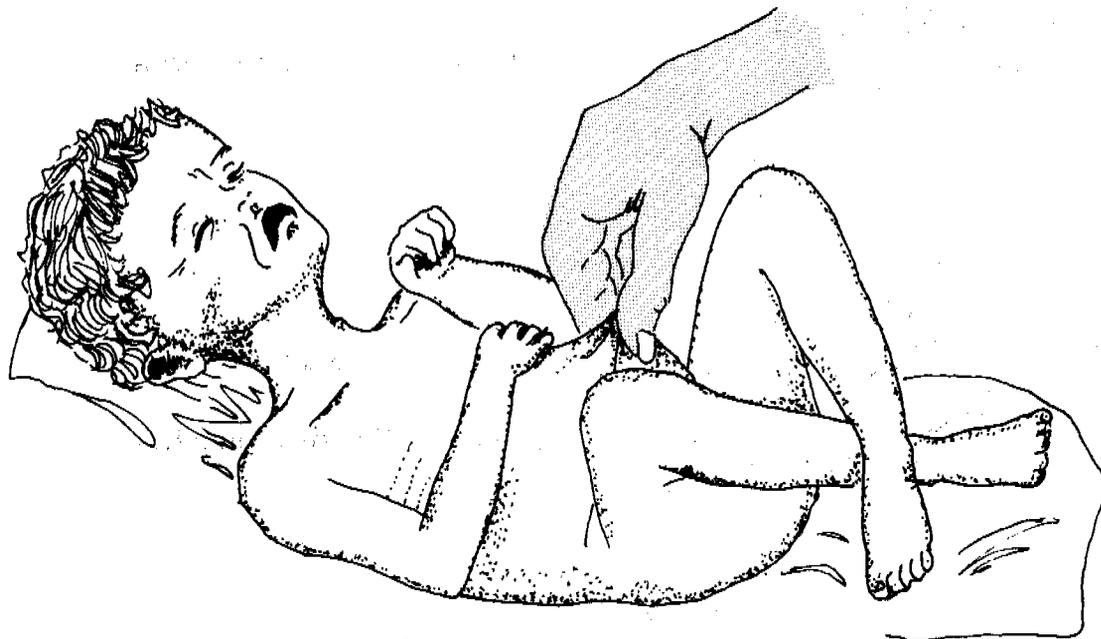
Siempre en un caso de diarrea, especialmente en los niños, se debe consultar a la Promotora de Salud o al Comité de Salud.

# Qué debemos enseñar...

## COMO SABEMOS SI UN NIÑO ESTA DES-HIDRATADO?

Cuando presenta las siguientes señales:

- Llanto sin lágrimas.
- Ojos hundidos.
- Boca y lengua secas, mucha sed.
- Orina poco.
- Decaimiento.
- No se encuentra fácil el pulso.
- Al pellizcarse la piel, se mantiene el pliegue durante algunos segundos.



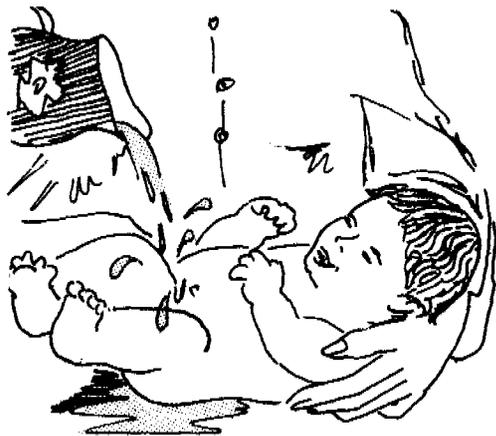
**SI UN NIÑO ESTA CON ESTOS SINTOMAS,  
LLEVARLO INMEDIATAMENTE AL CENTRO  
DE SALUD U HOSPITAL.**

# Qué debemos enseñar...

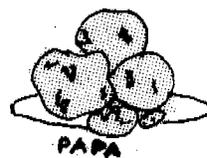
## RECOMENDACIONES:

### CUANDO UN NIÑO TIENE DIARREA

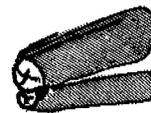
1. Darle suero casero.
2. Si el niño se está alimentando con leche materna, no se le debe suspender.
3. Después de 6 u 8 horas, si el niño mejora, además del suero, se le pueden dar alimentos bien cocidos varias veces al día, como puré de papa, de ñame o de plátano y caldo de verduras.
4. Si después de 6 u 8 horas, el niño no mejora debe llevarse al Centro de Salud más cercano.
5. Lávelo y sequelo bien, porque la piel del niño se puede quemar.



### Purés



PAPA



YUCA



ZANAHORIA

### Caldos de Verduras



PLÁTANO



AHUYAMA



# Guía para enseñar

## USTED PUEDE ENSEÑAR SOBRE ESTE TEMA EN TRES SITUACIONES DISTINTAS

### 1. CUANDO ATIENDA A UNA PERSONA QUE CONSULTA POR DIARREA

Si una madre le lleva un niño con diarrea usted puede aprovechar el momento para explicarle sobre los peligros de la diarrea, especialmente la **DESHIDRATACION** enséñele, cómo rehidratar al niño, cómo se prepara el suero y como se le debe dar.

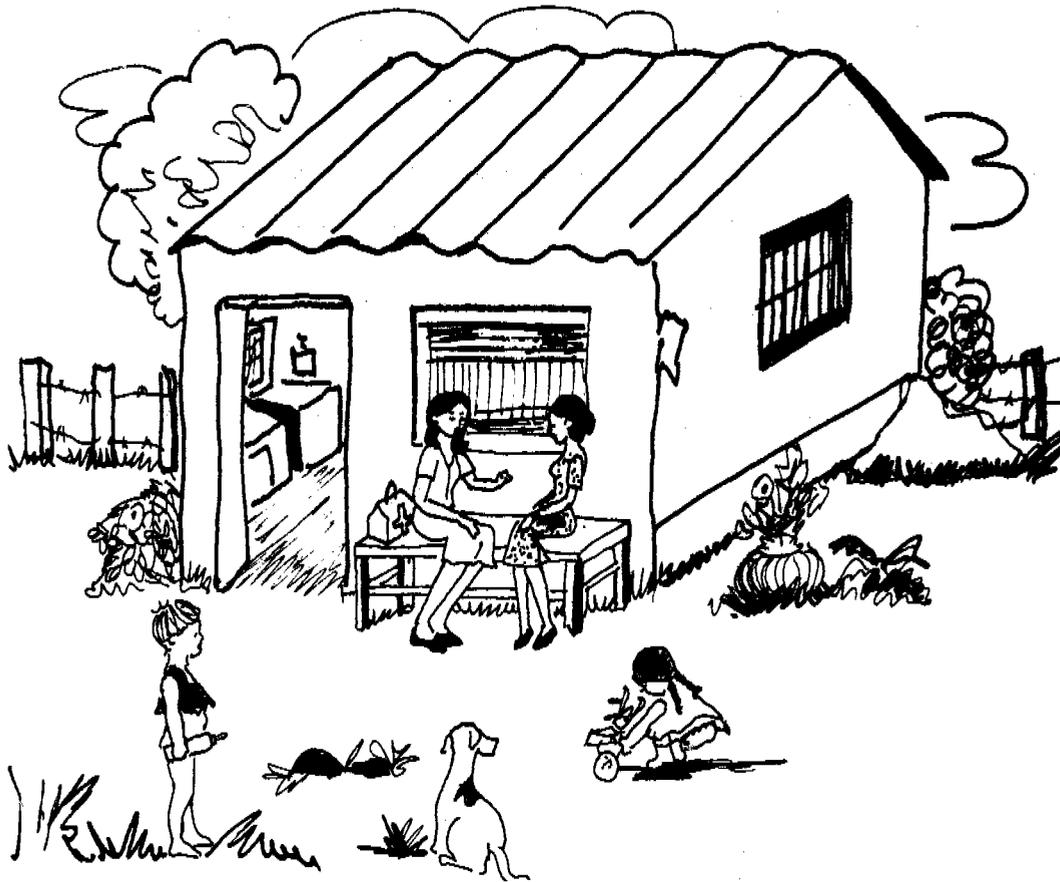
Recuerde que la madre va a estar preocupada y no va a atenderle explicaciones muy largas, enséñele lo más importante.

No olvide insistir en la forma de prevenir la diarrea, explíque a la madre la importancia de la higiene.

Trate de enseñar como si estuviera conversando, aproveche bien esta oportunidad, a veces la gente solo atiende las cosas cuando tienen un problema.



# Guía para enseñar...



## 2. VISITA DOMICILIARIA

Cuando realiza sus visitas domiciliarias programadas usted también puede enseñar sobre diarreas, si usted observa que hay niños en la casa que está visitando, o le han informado de casos de diarrea en esa familia enseñe sobre este tema.

Haga preguntas para saber que han hecho cuando se ha presentado la enfermedad.

Se han presentado diarreas en los niños?

Cómo se dan cuenta que es diarrea?

Cuánto tiempo ha durado la diarrea?

Qué hicieron para curar la diarrea?

Enseñe sobre el peligro de la deshidratación, prepare con ella el suero e indíquele como dárselo al niño.

Enseñe como si fuera una conversación. Explíque como evitar que le dé diarrea a los niños, insista en las medidas de higiene necesarias y haga las recomendaciones del caso.

Mantenga siempre la conversación en un tono amistoso, no haga sermones, ni repita las enseñanzas como si estuviera dando una lección. si en esa familia, saben leer deje escrito en un papel lo que se necesita para el suero y las indicaciones para su preparación.

# Guía para enseñar...

## 3. EN UNA REUNION CON UN GRUPO DE SU COMUNIDAD

Una reunión con un grupo para hablar de este tema puede hacerse por varias razones:

1. Se han presentado muchos casos de diarreas ultimamente en la comunidad.
2. Al planear su trabajo educativo en la comunidad este es uno de los temas seleccionados.

Usted puede empezar la reunión preguntando:

Alguién ha tenido un niño con diarrea? Cuánto tiempo duró la enfermedad? Qué hicieron para curarlo?

Cuando van dando respuestas vaya completando con los mensajes que necesita dar.

Utilice la lámina No. 1 para completar la enseñanza con lo que usted sabe.

Igual puede hacer con las láminas Nos. 2 y 3.

Los puntos más importantes a tratar sobre diarreas son:

1. Qué es la diarrea?
2. Por qué se produce la diarrea y cómo evitarla.
3. El peligro de la deshidratación y cómo evitarla.
4. Preparación del suero haga la demostración de cómo se prepara.
5. Recomendaciones.

Utilice al final la cartelera con las frases más importantes del tema y léaselas a la gente. Este puede ser un resumen de la reunión.

Para la demostración tenga todo listo:

Agua hervida y las sales. Luego que usted hace la demostración que otra persona lo haga también.



# Guía para enseñar...

## EJEMPLO DE UNA CARTELERA:

### LA DIARREA

La diarrea es una enfermedad que le dá a niños y grandes. Consiste en que la persona obra o hace del cuerpo más veces y la defecación es líquida, algunas veces con moco y sangre.

La diarrea se produce por falta de higiene.

El gran peligro de la diarrea especialmente en los niños es la **DESHIDRATACION**.

Con la pérdida de líquidos del cuerpo el niño puede morir.

Las sales para rehidratación oral o el suero casero son una manera muy fácil de evitar que un niño con diarrea se deshidrate.