

Las inundaciones y las enfermedades diarreicas

Si es que vivo en una área afectada por inundaciones, ¿por qué me debo preocupar por las enfermedades diarreicas?

Si usted bebe agua de un pozo que ha sido contaminada por las aguas de la inundación, o por cualquier otra fuente contaminada, pudiera desarrollar un trastorno gastrointestinal (náusea, vómito, diarrea, retorcijones abdominales, etcétera) provenientes de un virus, de una bacteria, o de otros microorganismos (microbios) que quizá estén dentro del agua. Usted también se puede enfermar por los microbios que estén en sus manos o en los alimentos contaminados. Algunos microbios pueden causar enfermedades si se traga tan solo una pequeña cantidad de estos.

¿Qué puedo hacer para protegerme y para proteger a mi familia?

- Asegúrese de que el agua que toma sea potable y seguro, ya sea que provenga de sistemas públicos o de pozos privados. Siga los consejos de los anuncios de “hervir el agua” y de otros anuncios sobre su suministro de agua potable. Los pozos de agua en propiedad privada que se encuentren en las áreas inundadas deberán ser analizados por el departamento de salud. Consulte con el personal del Sistema público de agua potable para enterarse de los resultados de los análisis del agua.
- No coma alimentos contaminados ni echados a perder.
- Practique buena higiene personal. Lávese las manos cuidadosamente con jabón y agua después de usar el baño y antes de comer, y asegúrese de que los otros miembros de su familia hagan lo mismo. Si no tiene agua limpia, utilice un gel antibacteriano para las manos.

¿Debo ver a un médico si contraigo la diarrea?

En la mayoría de los casos la diarrea leve puede ser manejada en casa, si usted bebe muchos líquidos para no deshidratarse. Sin embargo, vea a un médico si usted o algún miembro de su familia –especialmente los niños pequeños y las personas de edad avanzada— tiene diarrea moderada o severa (más de 4 ó 5 evacuaciones acuosas por día), diarrea ensangrentada, fiebre de más de 100 grados, o una enfermedad diarreica que perdura más de 3 días.

¿Es importante descubrir lo que causó mi enfermedad?

Si su enfermedad es suficientemente seria que tiene que ver a un profesional de atención médica, es importante intentar descubrir qué es lo que la causó. El identificar la fuente del problema puede ayudar a determinar la mejor manera de tratar su enfermedad y el cómo proteger a otros de la enfermedad. Si hay un brote de enfermedad diarreica dentro de una comunidad, es especialmente importante identificar el microbio en específico y de dónde proviene para detener la propagación de la enfermedad por toda la comunidad.