


SÍNDROME URÉMICO HEMOLÍTICO (SUH)


¿Qué es el SUH?

El Síndrome Urémico Hemolítico es una enfermedad que afecta principalmente a niños. Es transmitida por alimentos contaminados por la bacteria **Escherichia Coli**. Su primer síntoma es la diarrea pero también puede presentarse en forma de palidez, irritabilidad, vómitos, convulsiones y poca orina.


RECOMENDACIONES PARA PREVENIRLO




Lavarse las manos siempre con agua y jabón: antes de comer y cocinar, después de tocar alimentos crudos, ir al baño o cambiar pañales.




Lavar las frutas y las verduras cuidadosamente bajo un chorro de agua segura.



Cocinar la carne completamente, en especial las comidas con carne picada.



Separar siempre las carnes crudas de los alimentos cocidos o listos para consumir. No utilizar los mismos utensilios para manipular carnes crudas, cocidas o vegetales.



El agua de uso y consumo debe ser potable. Ante la duda agregar 2 gotas de lavandina por cada litro de agua, o hervirla durante 5 minutos para beber, cocinar o lavar los alimentos. Se recomienda bañarse en aguas recreacionales seguras.