Proteja su niño *de las* Infecciones por STEC

Las infecciones por *Escherichia coli* productora de toxinas Shiga (STEC) son poco frecuentes, pero pueden causar graves enfermedades en niños pequeños.

Se manifiestan con diarrea (a menudo con sangre), calambres abdominales y vómitos. ¡Puede hacer mucho para prevenir las infecciones en los niños! Siga estas prácticas sencillas para reducir el riesgo:

1 **Lávese siempre las manos** con agua caliente y jabón después de usar el baño o cambiar pañales. ¡Compruebe que incluso los niños se las laven frecuente y correctamente!

2 **Cocine bien todos los alimentos**, especialmente la carne molida de bovino (albóndigas, hamburguesas). Asegúrese de que el interior del producto no quede rosado y esté bien cocido. **Evite la cocción poco hecha**

3 Si compra **leche cruda** (sin pasteurizar), recuerde seguir las instrucciones de uso y **hervirla antes de consumirla**

4 Si compra **quesos y productos lácteos,** prefiera para su hijo productos **elaborados con leche pasteurizada** o tratada térmicamente o de larga maduración

5 Siga las instrucciones de la etiqueta para preparar y consumir los alimentos. **Lave la fruta y la verdura.** No deje que los niños coman la masa cruda de galletas y tartas antes de hornearlas

6 Cuando cocina, **separe la carne y las verduras crudas** del resto de alimentos listos para el consumo

7 **Lave las tablas de cortar, los cuchillos, los enseres** y las encimeras inmediatamente después de manipular alimentos crudos

8 Si alguien de la familia tiene dolor de estómago... es recomendable que evite cocinar. **Después de cada episodio diarreico, utilice guantes y lejía doméstica** para higienizar los sanitarios y las demás superficies

9 Las salidas al aire libre y el contacto con animales son siempre una oportunidad de bienestar y de crecimiento. Sin embargo, recuerde **lavarse bien las manos y cambiarse de calzado** después de entrar en contacto con los animales y su entorno. Asegúrese de que los niños hagan lo mismo

10 Las piscinas en casa y en la playa mejoran el bienestar de los niños si el **agua es segura, limpia y está siempre fresca**

Para más información, consulte su pediatra

ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ

CCM Centro nazionale per la prevenzione e il Controllo delle Malattie

Società Italiana di Pediatria

SINePe Società Italiana di Nefrologia Pediatrica

Diseño gráfico: Silvia Andreozzi