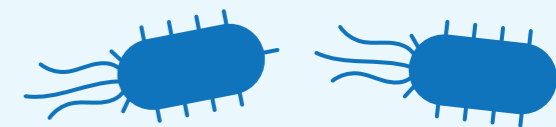


# Proteggi il tuo bambino dalle Infezioni da STEC



Le infezioni da *Escherichia coli* produttore di Shiga tossina (STEC) sono rare ma possono causare malattie anche gravi nei bambini piccoli.

Si manifestano con diarrea (spesso con sangue), crampi addominali e vomito. Tu puoi far molto per prevenire l'infezione nei bambini!! Segui questi semplici passi per ridurre il rischio:

**1** Lava sempre le mani con acqua calda e sapone dopo aver usato il bagno o cambiato pannolini. Controlla che anche i bambini piccoli si lavino le mani spesso e correttamente!

**2** Cuoci bene tutti i cibi soprattutto quelli a base di carne bovina macinata (polpette, hamburger). Assicurati che il cuore del prodotto non rimanga rosato e sia ben cotto. Evita cotture al sangue

**6** Quando cucini separa carni crude e verdure crude dagli altri alimenti pronti per il consumo

**7** Lava taglieri, coltelli, utensili, piani di lavoro subito dopo aver maneggiato cibi crudi

**3** Se acquisti latte crudo (non pastorizzato) ricordati di seguire le indicazioni d'uso e di farlo bollire prima del consumo



**8** Se qualcuno in famiglia ha mal di pancia... è bene evitare che cucini. Dopo ogni scarica usa guanti e candeggina domestica per sanificare sanitari e altre superfici



**9** Gite all'aperto e il contatto con gli animali sono sempre occasione di benessere e crescita. Ricordati però di lavare bene le mani e cambiare le scarpe dopo essere entrato in contatto con gli animali e il loro ambiente. Controlla che anche i bambini facciano lo stesso

**4** Se acquisti formaggi e latticini, prediligi per il tuo bambino i prodotti a base di latte pastorizzato o trattato termicamente o a lunga stagionatura



**5** Segui le indicazioni in etichetta per la preparazione e consumo degli alimenti. Lava frutta e verdura. Non far consumare ai bambini l'impasto crudo di biscotti e torte prima della cottura

**10** Piscine e piscinette a casa e al mare migliorano il benessere dei bambini se l'acqua è sicura, pulita e sempre fresca



Per maggiori informazioni rivolgiti al tuo pediatra