

Dengue

Es transmitido por un mosquito que vive y se reproduce en agua limpia estancada y se esconden en lugares oscuros, húmedos y en cacharros (recipientes que ya no se ocupan).

Signos y síntomas:

- ✓ Escalofríos
- ✓ Fiebre
- ✓ Dolor de cabeza y
- ✓ Dolor de articulaciones
- ✓ Dolor de ojos
- ✓ Sangrado

El mosquito es negro con franjas blancas.

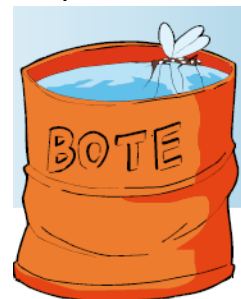


Si presentas alguno de los síntomas “NO TE AUTOMEDIQUES” Acude a tu Unidad de salud más cercana de inmediato.

Acciones de Promoción de la Salud para prevenir el Dengue

- ✓ Lava, Tapa y Voltea boca abajo todos los recipientes que puedan contener agua.
- ✓ Coloca mosquiteros en puertas y ventanas.
- ✓ Limpia y escombra toda tu casa en los lugares más escondidos es donde habita el mosquito.
- ✓ Tira todos aquellos recipientes que ya no ocupes.
- ✓ Usa ropas que cubran piernas y brazos y usa repelente de mosquitos .

**LAVA
TAPA
VOLTEA
TIRA**



Paludismo o Malaria

Enfermedad producida por un parásito y transmitida por un mosquito hembra. El mosquito se reproduce en aguas estancadas y en la temporada de lluvias la cantidad de moscos aumenta.

Signos y síntomas:

- ✓ Malestar generalizado, seguido por fuertes escalofríos
- ✓ Fiebre con dolor de cabeza y náuseas
- ✓ Sudoración intensa
- ✓ Este cuadro se repite cada tercer o cuarto día.



Si presentas alguno de los síntomas “NO TE AUTOMEDIQUES”. Acude a tu Unidad de salud más cercana de inmediato.

Acciones de Promoción de la Salud para prevenir el Paludismo o Malaria

- ✓ Lava, Tapa y Voltea boca abajo todos los recipientes que puedan contener agua.
- ✓ Coloca mosquiteros en puertas y ventanas.
- ✓ Limpia y escombra toda tu casa en los lugares más escondidos es donde habita el mosquito.
- ✓ Tira todos aquellos recipientes que ya no ocupes.
- ✓ Tapa con tierra los charcos y drena las aguas estancadas.
- ✓ Limpia periódicamente las zonas comunitarias, quitando la maleza, para frenar la reproducción de los moscos.



Chikungunya

Significa “doblarse”, y representa el aspecto encorvado que toman las personas que padecen esta enfermedad por los fuertes dolores de cabeza y de articulaciones que presentan. Es transmitido por el mismo tipo de mosquito que propaga el dengue, por lo que en algunos casos se pueden contraer ambas infecciones.

Signos y síntomas:

- ✓ Fiebre mayor a 39°C, acompañado de dolor articular
- ✓ Dolor en articulaciones, cabeza, espalda, músculos.
- ✓ Dolor intenso asociado a hinchazón
- ✓ Náuseas
- ✓ Manchas rojas en la piel (erupciones)
- ✓ Conjuntivitis (enrojecimiento de los ojos)



Si presentas alguno de los síntomas “NO TE AUTOMEDIQUES” Acude a tu Unidad de salud más cercana de inmediato.

Acciones de Promoción de la Salud para prevenir el Chukununya

- ✓ Lava, Tapa y Voltea boca abajo todos los recipientes que puedan contener agua.
- ✓ Coloca mosquiteros en buen estado en puertas y ventanas.
- ✓ Limpia y escombra toda tu casa en los lugares más escondidos es donde habita el mosquito.
- ✓ Tira todos aquellos recipientes que ya no ocupes.
- ✓ Tapa con tierra los charcos y drena las aguas estancadas.
- ✓ Limpia periódicamente las zonas comunitarias, quitando la maleza, para frenar la reproducción de los moscos.

**LAVA
TAPA
VOLTEA
TIRA**



Chagas

Llamada chinche besucona, transmite al ser humano un parásito, éstos viven en las heces de la chinche y penetran por lesiones en la piel y al rascarse después del piquete. Se reproducen en lugares con falta de higiene, en grietas de paredes y puede cubrirse con el polvo de los pisos de tierra para no ser descubierto.

Signos y síntomas:

Muchas personas no presentan síntomas, pero si los presentan son:

- ✓ Fiebre
- ✓ Malestar general
- ✓ Inflamación en el sitio de la picadura.



Si Te ha picado cualquier tipo de chinche o presentas alguno de los síntomas “NO TE AUTOMEDIQUES” Acude a tu Unidad de salud más cercana de inmediato.

Acciones de Promoción de la Salud para prevenir el Chagas

- ✓ Limpia frecuentemente tu vivienda y sus alrededores.
- ✓ Las chinches dejan manchas de materia fecal en las paredes que son claramente identificables.
- ✓ Ventila el hogar, las camas, detrás de muebles y objetos colgados de las paredes, mueve frecuentemente las cosas que tengas amontonadas en lo posible elimínalas.
- ✓ Evita que animales como: perros, gatos, puercos o gallinas) duerman dentro de la casa, construye corrales, gallineros y palomares con alambre y malla y lejos de la vivienda.
- ✓ Tapa las grietas y los agujeros de las paredes y techos.



Rabia

Es una enfermedad infecciosa transmitida a los humanos por la saliva de animales infectados.

Mi mascota puede tener rabia si presenta:

- ✓ Pelo erizado (parado)
- ✓ Temor al agua
- ✓ Escurrimiento nasal
- ✓ Temblores musculares
- ✓ Dificultad para tragar
- ✓ Parálisis de las extremidades traseras.



Ante cualquier agresión de tu mascota o silvestre; “NO TE AUTOMEDIQUES”. Acude a tu centro de salud más cercano a recibir atención

Acciones de Promoción de la Salud para prevenir la Rabia

- ✓ Vacuna a tus mascotas contra la rabia y colócales su placa de vacunación.
- ✓ No dejes desperdicios de alimentos en la calle o sitios públicos, para evitar la presencia de perros y gatos.
- ✓ La salud pública, no promueve de ninguna forma la adopción o rescate de mascotas. No juegues ni permitas que jueguen con perros callejeros o animales desconocidos, sospechosos o con manifestaciones de tener rabia.
- ✓ No dejes a tu mascota en la calle, si lo vas a pasear que sea con correa.

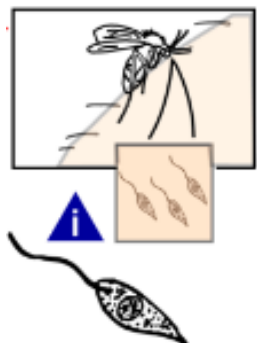


Leishmaniasis

Es producida por la picadura de moscas o mosquitos que hayan picado anteriormente a un mamífero infectado. Está asociada a la desnutrición, malas condiciones de vivienda, a los desplazamientos de población, la falta de recursos y al cambio climático.

Signos y síntomas:

- ✓ Fiebre alta y prolongada por varias semanas.
- ✓ Debilidad.
- ✓ Tos seca.
- ✓ Abultamiento del abdomen.



Si presentas alguno de los síntomas “NO TE AUTOMEDIQUES” Acude a tu Unidad de salud más cercana de inmediato.

Acciones de Promoción de la Salud para prevenir la Leishmaniasis

- ✓ Lava, Tapa y Voltea boca abajo todos los recipientes que puedan contener agua.
- ✓ Usa mosquiteros en puertas y ventanas.
- ✓ Limpia y escombra toda tu casa en los lugares más escondidos, tira todos aquellos recipientes que ya no ocupes.
- ✓ Tapa con tierra los charcos y drena las aguas estancadas.
- ✓ Limpia periódicamente las zonas comunitarias, quitando la maleza, para frenar la reproducción de los moscos.
- ✓ Si tienes mascotas y presentan caída de pelo, úlceras en la piel, adelgazamiento crecimiento exagerado de uñas o decaimiento: Debes llevarlo de inmediato al veterinario porque puede tener Leishmaniasis y contagiarla a tu familia.

**LAVA
TAPA
VOLTEA
TIRA**

Brucelosis

También es llamada fiebre malta o fiebre ondulante. Afecta a los seres humanos, caprinos, ovinos, bovinos, equinos, porcinos y caninos, por consumir con carne contaminada en corrales que no cumplen con las medidas higiénicas y por el consumo de queso y leche sin pasteurizar.

Signos y síntomas:

- ✓ Fiebre muy alta por lo regular ocurre cada tarde, la fiebre sube y baja.
- ✓ Dolor abdominal, de espalda, de cabeza, articular.
- ✓ Escalofríos, Sudoración excesiva, fatiga.
- ✓ Inapetencia, Debilidad y Pérdida de peso.



Si presentas alguno de los síntomas “NO TE AUTOMEDIQUES” Acude a tu Unidad de salud más cercana de inmediato.

Acciones de Promoción de la Salud para prevenir la Brucelosis

- ✓ Lávate las de manos con agua y jabón después de tener contacto con animales, sus productos, subproductos y desechos.
- ✓ Consume productos elaborados y derivados con leche hervida o pasteurizada.
- ✓ Promueve entre las personas expuestas, como ganaderos, médicos veterinarios, trabajadores de rastros, etc., el uso de ropa y equipo que disminuya el riesgo que existe por el contacto con los animales, subproductos y desechos.
- ✓ Limpia los corrales donde tienes a tus animales, si tienes duda sobre cómo hacerlo, reúnete con los vecinos para pedir asesoría



Rickettsiosis

Es transmitida por piojos pulgas, o garrapatas que viven en animales como perros, gatos, borregos, cabras y vacas.

La falta de higiene en el hogar y en sus alrededores y el inadecuado cuidado en la limpieza de los animales de compañía provoca que las garrapatas se reproduzcan y transmitan el contagio.

Signos y síntomas:

Fiebre

Escalofríos

Dolor de cabeza, muscular y de articulaciones

Malestar general acompañado con manchas rojas en la piel.



Si presentas alguno de los síntomas “NO TE AUTOMEDIQUES” Acude a tu Unidad de salud más cercano de inmediato.

Acciones de Promoción de la Salud para prevenir la Rickettsiosis

- ✓ Lávate las manos frecuentemente en especial después de tocar mascotas.
- ✓ No compartas objetos personales como gorras, ropa, peines, almohadas, adornos para el cabello o prendas de vestir.
- ✓ Usa ropa de colores claros y de preferencia que cubra los brazos y las piernas.
- ✓ Mantén tu vivienda limpia y ventilada, cambia y lava regularmente las sábanas, colchas, fundas y cobijas de las camas y todo aquello que esté en contacto con tus mascotas.
- ✓ Mantén a las mascotas lejos de la vivienda, vacúnalas y báñalos con jabón anti pulgas.
- ✓ Limpia el excremento de las mascotas (deposítalos dentro de la basura).



Fauna nociva

¿Qué es la fauna nociva?

Todo animal que produce algún tipo de daño al ser humano. Pueden llegar a ser plagas.

Entre la fauna nociva se encuentran:

- Ratas
- Ratone
- Insectos
- Animales ponzoñosos
- Algunas aves
- perros o gatos callejeros



Que cuando entran en contacto con basura o excrementos, transportan los microbios que después depositan en las personas o en los alimentos, provocando enfermedades.

La basura facilita que la fauna nociva se multiplique aumentando el riesgo de contagio de las enfermedades, por tal motivo es necesario evitar que se acumule.

Acciones de promoción de la Salud para prevenir la Fauna nociva:

- ✓ Asea y limpia toda la vivienda así como sus alrededores, recoger la basura y tapar los contenedores.
- ✓ Procura dar mantenimiento a la vivienda, ya que la fauna nociva se reproduce en donde no existe una higiene adecuada.
- ✓ No dejes desperdicios de alimentos en la calle o sitios públicos, para evitar la presencia de perros y gatos.
- ✓ Procura informarte sobre el adecuado cuidado de las mascotas y animales de compañía.



Enfermedades transmitidas por vectores



Acciones de Promoción de la Salud para prevenir Enfermedades transmitidas por vector:

- Lava, Tapa y Voltea boca abajo todos los recipientes que puedan contener agua.
- Coloca mosquiteros en puertas y ventanas.
- Limpia y escombra toda tu casa en los lugares más escondidos es donde habita el mosquito.
- Tira todos aquellos recipientes que ya no ocupes.
- Usa ropas que cubran piernas y brazos y usa repelente de mosquitos



**LAVA
TAPA
VOLTEA
TIRA**

SANEAMIENTO BÁSICO

Es el mejoramiento y la preservación de las condiciones sanitarias en:

- ☐ Acceso y almacenamiento de agua potable entubada para consumo humano.
- ☐ Disposición adecuada y manejo de excretas.
- ☐ Manejo y eliminación de residuos (basura).



Acciones de promoción de la salud para un Saneamiento básico:

- Lava las tinas y depósitos de agua cuando menos cada 6 meses.
- Mantén siempre los recipientes de agua potable bien tapados y en un lugar en alto, lejos de cualquier contaminante.
- Evita defecar a ras de piso.
- Mantén aseada tu casa y sus alrededores, de esta manera mantenemos saludable el entorno y cooperamos con la limpieza de la comunidad.
- Deposita la basura en recipientes con tapa o en bolsas que se puedan cerrar.
- Mantén la basura lejos de los alimentos y del agua potable.
- Si no hay servicio de recolección de basura, organízate con tu comunidad para asignar un espacio en donde puedan depositarla y enterrarla.



DUEÑO RESPONSABLE DE MASCOTAS

Es quien asume la obligación de procurar de adecuada provisión de alimentos, vivienda, atención de la salud y buen trato durante toda la vida de la mascota, evitando que su mascota sea un transmisor de enfermedades a la población humana, animal y al medio ambiente.



Acciones de Promoción de la Salud para ser un Dueño responsable:

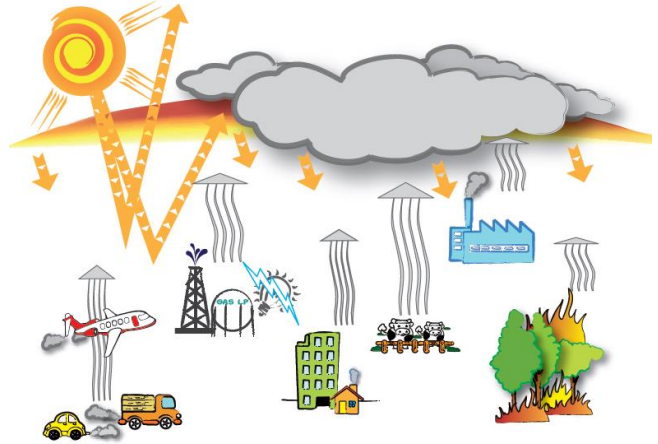
- Evita la compra de animales, mejor adopta uno que necesite un hogar. Si tienes pensado tener una mascota elige una adecuada al tamaño de tu casa y a tu estilo de vida.
- Pasea a tu mascota con correa y collar con su nombre y datos del dueño.
- Vacuna y esteriliza a tus mascotas existen campañas de forma gratuita.
- La alimentación de tus animales de compañía debe ser regulada conforme a su edad, tamaño, peso, raza y actividad.
- Recoge sus heces y deposítalas en la basura.



CAMBIO CLIMÁTICO

Es producido por una concentración excesiva de gases de efecto invernadero (GEI) en la atmósfera, ya sea por procesos naturales o por actividades del ser humano, que provocan una mayor retención de calor en el planeta, dando como resultado un aumento en la temperatura global a lo largo del tiempo.

El cambio climático genera una alteración en los ecosistemas lo que provoca que varios virus proliferen y esparzan su contagio.



Acciones de Promoción de la Salud para prevenir los riesgos del Cambio climático:

- Apaga los focos que no necesites y desconecta los aparatos eléctricos incluso apagados, ya que gastan energía.
- Comparte tu automóvil, o busca formas de organizarte para desplazarte.
- Participa en la reforestación y preservación de las zonas verdes.
- Promueve proyectos locales como cultivo de hortalizas, composta o recolección de agua de lluvia.
- Clasifica el papel, plástico, vidrio y metal.
- La basura debe recogerse todos los días y colocarse en recipientes o botes, cuidando que se separe la basura orgánica de la inorgánica.

