



Guía de Ecoclubes para la prevención del Cólera en El Salvador



Julio de 2011.

San Salvador El Salvador 2011.

Elaborado por:

Lic. Evelyn María Castro de Somoza

Unidad de Salud Ambiental

Ministerio de Salud, El Salvador

Agradecimientos:

Se agradece la colaboración de: Dra. Mirta Roses- Directora Organización Panamericana de la Salud (OPS); Dr. José Ruales, Representante de OPS en El Salvador; Ing. Harry Phillippeaux (Asesor de Salud Ambiental OPS, El Salvador); Dra. Xiomara Arriaga (Coordinadora de Proyecto de Mejora de Servicios de Salud en Red Chalchuapa), Dra. María Eugenia Piquero (Asesora de OPS).

San Salvador, El Salvador 2011.

Guía de Ecoclubes para la Prevención del Cólera.

Qué son Ecoclubes?

Los Ecoclubes son organizaciones de la sociedad civil, democráticas, constituidas por niños, adolescentes y jóvenes, que articulan acciones con otras instituciones de la comunidad para **mejorar la calidad de vida de la población.**

Los integrantes del movimiento (jóvenes y niños), diseñan e implementan **campañas de sensibilización**, utilizando estrategias participativas y novedosas, con las que buscan

motivar a los integrantes de sus comunidades en temas de autocuidado de la salud y protección ambiental.

Desde sus inicios en el año 1992, en Ecoclubes ha desarrollado sus capacidades de liderazgo en miles de jóvenes de más de 30 países, quienes asumen con responsabilidad su rol de dinamizador de **procesos participativos comunitarios**.

Presentación

El movimiento nacional de Ecoclubes El Salvador acorde a los Lineamientos de la Comisión Nacional Intersectorial de Salud CISAUD, y con el apoyo y asesoría técnica de la Organización Panamericana de la Salud (OPS/OMS) y de la Unidad de Salud Ambiental del Ministerio de Salud, presenta la **Guía de Ecoclubes para la prevención del cólera**, con el objetivo de promover medidas preventivas en diferentes grupos de la población (su escuela, familia y comunidad) sobre la importancia de la práctica de hábitos higiénicos para prevenir la ocurrencia de Cólera y otras enfermedades diarreicas.

Al final de la guía, se presenta propuesta de actividades que pueden desarrollar los Ecoclubes, siempre en permanente apoyo de su orientador local, para respaldar su seguridad, asesoría, labor ambiental y de prevención de enfermedades.

Objetivo general:

Promover a través de acciones de Ecoclubes de El Salvador, medidas para la prevención del Cólera y otras enfermedades diarreicas, ocasionadas por un deficiente saneamiento.

Objetivo específico:

Difundir y promover el contenido de la guía a toda la población general para que tenga acceso a las medidas sobre la prevención de cólera.

Contenido	Página
Qué son Ecoclubes?	1
Presentación	2
Objetivos	2
Introducción	3
Antecedentes del cólera en la región y El Salvador..	3
Introducción	4
Enfermedades transmitidas por agua contaminada...	4
Rutas de transmisión	5
El Cólera y sus síntomas.....	5
Medidas de prevención del cólera	7
Uso de agua potable para consumo humano	8
Lavado de manos	8

Manejo sanitario de los desechos sólidos	8
Uso de servicio sanitario y letrinas.....	8
Higiene de los alimentos	9
Actividades de Ecoclubes de el Salvador para la prevención del cólera	9
Bibliografía	10

Introducción.

Según lo define la Organización Mundial de la Salud OMS "El cólera es una infección intestinal aguda causada por la ingestión de alimentos o agua contaminados por la bacteria *Vibrio cholerae*. Tiene un período de incubación corto, entre menos de un día y cinco días, y la bacteria produce una enterotoxina que causa una diarrea abundante, indolora y acuosa que puede conducir con rapidez a una deshidratación grave y a la muerte si no se trata a tiempo. La mayor parte de los pacientes sufren también vómitos.

La mayoría de los infectados por *V. cholerae* no presentan síntomas inmediatos, pero la bacteria está presente en sus heces durante 7-14 días. Cuando la enfermedad se manifiesta, alrededor del 80%-90% de los episodios tienen carácter leve o moderado y son difíciles de distinguir clínicamente de otras formas de diarrea aguda. Menos del 20% de los enfermos desarrollan el cuadro típico de cólera con signos de deshidratación moderada o grave.

El cólera representa aún una amenaza mundial y es un indicador fundamental del grado de desarrollo social. Si bien no supone una amenaza para los países que garantizan una mínima higiene, la enfermedad sigue siendo un reto para los países que no pueden asegurar el acceso a agua potable y un saneamiento adecuado. Casi todos los países en desarrollo tienen que hacer frente a brotes de cólera o a la amenaza de una epidemia de la enfermedad.

Antecedentes:

En Enero del año 2010 y durante 2011, la enfermedad del cólera azotó en Haití cobrando muchas vidas e incrementando las tasas de morbi-mortalidad en dicha población que recientemente fue afectada por un terremoto que devastó el país y según los expertos en la materia de los Organismos Internacionales la epidemia podría empeorar fácilmente pese a los esfuerzos para controlarla por la facilidad de extensión y propagación de la bacteria que entra en contacto con el agua a través de los residuos humanos.

Prácticamente a un mes de iniciarse la epidemia del cólera en Haití, el 17 de noviembre de 2010 se detecta el primer caso de cólera en la República Dominicana, tratándose de un residente haitiano que había visitado el mes anterior su país y que aparentemente fue contagiado por la enfermedad cuando estuvo en tierra Haitiana, luego de esto de manera esporádica se fueron presentando diversos casos y actualmente las proyecciones estiman que el cólera ha de convertirse en un enfermedad endémica en la República

Dominicana como el dengue y otras enfermedades transmisibles.

En El Salvador, se registraron casos de 1991 a 1996 y luego de 1998 al 2000; el mayor número de casos se registró en el año 1992 con 8,120 casos; mientras que para el 2000, se reportaron 629 casos.

Ante el riesgo, de que pueda introducirse nuevamente el cólera, se deben de considerar estrategias que permitan minimizar el riesgo, a través de la identificación, análisis y notificación oportuna de casos para fortalecer las medidas de control y prevención.

La presente guía, proporciona los lineamientos generales ante la posible identificación de casos de cólera en el país y el accionar de las diferentes instituciones que conforman el Sistema Nacional de Salud y que forman parte de la Comisión Intersectorial de Salud (CISALUD), de acuerdo a las fases determinadas.

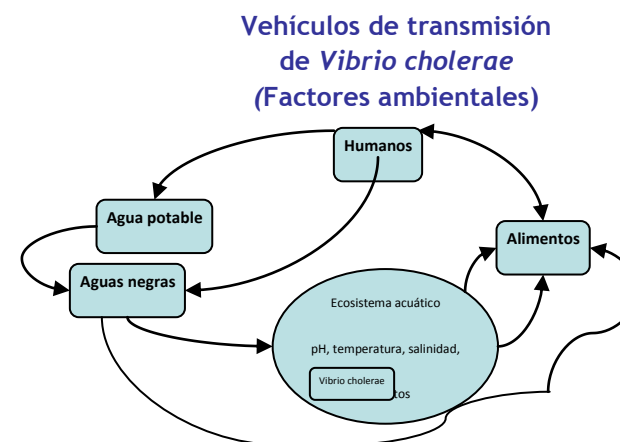
Enfermedades transmitidas por agua contaminada

Algunas enfermedades transmitidas por agua contaminada son:

BACTERIAS	FUENTE	SÍNTOMAS	ENFERMEDAD
Salmonella Typhi	Heces, orina	Fiebre, tos, náusea, dolor de cabeza, vómito, diarrea	Fiebre tifoidea
Salmonella sp.	Heces	Diarrea acuosa con sangre	Salmonelosis

Shigella sp.	Heces	Disentería (diarrea con sangre), fiebres altas, síntomas tóxicos, retortijones, pujos intensos e incluso convulsiones.	Disentería
Vibrio cholerae O1	Heces	Diarrea acuosa, vómito, deshidratación	Cólera
V. cholerae no-O1	Heces	Diarrea acuosa	Diarrea aguda
Escherichia coli enterohemorrágica O157:H7	Heces	Diarrea acuosa con sangre y moco, dolor abdominal agudo, vómitos, no hay fiebre	Disentería bacilar
Escherichia coli enteroinvasiva	Heces	Diarrea, fiebre, cefalea, mialgias, dolor abdominal, a veces las heces son mucosas y con sangre	
Escherichia coli enterotoxigena	Heces	Dolores abdominales, diarrea acuosa, fiebre con escalofríos, náusea, mialgia	
Yersinia enterocolítica	Heces, orina	Dolor abdominal, diarrea con moco, sangre, fiebre, vómito	Gastroenteritis aguda
Campyloacter jejuni	Heces	Diarrea, dolores abdominales, fiebre y algunas veces heces	Gastroenteritis aguda

		fecales con sangre, dolor de cabeza	
<i>Plesiomonas shigelloides</i>	Heces	Fiebre, escalofríos, dolor abdominal, náusea, diarrea o vómito	Diarrea
<i>Aeromonas sp.</i>	Heces	Diarrea, dolor abdominal, náuseas, dolor de cabeza y colitis, las heces son acuosas y no son sanguinolentas	



Rutas de transmisión

El cólera y otras enfermedades gastrointestinales, pueden transmitirse fácilmente:

- Al consumir agua y alimentos contaminados con las bacterias que producen el Cólera y otras enfermedades diarréicas
- Por las manos sucias.
- Por contacto de las manos con desechos, suelo, agua y alimentos contaminados
- Por contacto directo con vómitos y heces de personas infectadas.
- Por utilizar objetos contaminados

EL CÓLERA Y SUS SÍNTOMAS

Qué es el Cólera

Es una infección intestinal aguda causada por la ingestión de alimentos o agua contaminados por la bacteria *Vibrio cholerae*

Signos y síntomas de la enfermedad.

- Diarrea líquida y frecuente de inicio brusco que puede deshidratar a la persona afectada en corto tiempo
- Dolor abdominal



- Náuseas y vómitos.

Respuesta ante estos síntomas (qué hacer).

- Iniciar inmediatamente la administración de suero oral y abundantes líquidos.
 - Busque el centro de salud más cercano.



- Si se trata de un bebe continúe lactando (dando el seno), además del suero oral.
- Tome precaución con los pañales, el inodoro, piso de la casa cualquier lugar que se contamine con la diarrea del paciente y desinfectelo con cloro comercial (lejía) o Puriagua, para evitar que la cadena de transmisión continúe.
- En una epidemia de cólera, la cantidad de Puriagua para desinfectar agua para consumo, frutas, verduras, y otras superficies, deberá ser mayor que en condiciones normales, según indicaciones de la oficina de Saneamiento ambiental más cercana.

Síntomas y signos de alarma por deshidratación.

- Mucha sed es lo primero que aparece.
- Ojos hundidos.



- La piel permanece arrugada después de pellizcarla y vuelve lentamente a su estado normal en niños pequeños.
- Boca, ojos, lengua, labios y piel seca.
- Somnoliento o inconsciente.
- No puede beber ni comer, los lactantes ni pueden tomar el seno materno.
- Continúan las evacuaciones líquidas y abundantes.
- Vomita todo lo que ingiere.
- Orina poco o no orina.
- Convulsiona.
- Visite el centro de salud más cercano ante cualquiera de estos síntomas.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN DEL CÓLERA

Como prevenir el cólera:

Podemos prevenir el Cólera, practicando las medidas de higiene y acciones sanitarias en el hogar y la Escuela.

1. Uso de agua potable para consumo humano:

Es muy importante que las familias tengan acceso a agua segura, en cantidad y calidad, para prevenir enfermedades transmitidas por agua contaminada.

Para lograrlo, se recomienda lo siguiente:

Desinfectar el agua, si no se tiene plena seguridad de que ésta haya sido tratada.

Algunos métodos para la desinfección del agua, son:

- Desinfectar con compuestos de Cloro:

El cloro es un compuesto químico muy importante para desinfectar el agua para tomar, lavar los alimentos,



recipientes, pisos, paredes, utensilios de limpieza, entre otros. Es necesario y muy importante, saber cómo utilizarlo y aplicarlo para lograr un resultado efectivo, sin poner en peligro la salud.

El Ministerio de Salud, a través de las Unidades de Salud, promueve el uso de

Puriagua (Hipoclorito de Sodio al 0.5%), totalmente gratis, para desinfectar agua para consumo y lavar y desinfectar frutas y verduras, en especial las que se consuman crudas, entre otros usos.

Al manipular el agua para consumo:

Los depósitos en que se almacena el agua deben estar limpios y deben ser lavados de forma permanente.

Nunca introducir vasos o tazas a los recipientes que contengan agua para consumir, ya que se corre el riesgo de contaminarla.

Mantener los recipientes tapados y sobre una superficie elevada y limpia.

1ml= 20 gotas,

1 cdita cafetera= 4.28 ml

1 cucharada sopera=10 ml.

- Hervirla

- Combinar métodos, como filtrar y luego desinfectar, o filtrar y luego hervir, según las características del agua desde la fuente

2. Lavado de manos:

El lavado de las manos con agua y jabón es una de las maneras más eficaces y económicas de prevenir muertes innecesarias.

Esta práctica higiénica reduce en más de un 40% el número de muertes debidas a la diarrea y en un 25% el número en casos de infecciones agudas de las vías respiratorias. A continuación presentamos algunos datos que nos orientan sobre la importancia de realizar esta actividad humana tan simple como es lavarse las manos.



Debemos lavarnos las manos SIEMPRE:

- Antes de preparar alimentos
- Antes de consumir alimentos
- Antes y después de usar el baño o letrina
- Después de cambiar pañales
- Después de manipular los desechos sólidos

Cómo se deben lavar las manos?

- Las manos se mojan y con suficiente jabón y se estregan una contra otra, por 20 segundos.
- Se debe abarcar todas las superficies: las palmas, entre los dedos, por encima, las muñecas y los antebrazos.
- Se colocan bajo el agua de manera que el agua corra hacia abajo, eliminando todo el jabón por efecto de barrido.
- No se deben introducir las manos en huacales o recipientes con agua, ya que se contamina el agua
- Se secan muy bien, para eliminar la humedad.

Lavar nuestras manos nos ayuda a prevenir enfermedades como:

- La diarrea.
- El cólera.
- Trastornos digestivos.

- Fiebre tifoidea.
- Parásitos intestinales.

Recomendaciones

- En los niños el lavado de manos es muy importante, principalmente por la costumbre de llevarse los dedos y los objetos a la boca.
- Además del lavado de manos hay que preocuparse por mantener las uñas muy cortas y limpias.

3. Manejo sanitario de desechos sólidos:

Depositar los desechos en recipientes rígidos con bolsa y su tapadera. Lavar dichos recipientes cada día para evitar que se acumule suciedad, generen mal olor o atraigan insectos (moscas, cucarachas, chinches, otros).

Si hay papeles o pañales de desechos, separa y envuelve bien, para entregar al camión recolector, e informa a la familia que debe acudir lo más rápido a un establecimiento de salud.

4. Uso de servicio sanitario y letrinas

Es importante hacer uso de los servicios sanitarios y letrinas, para evitar contaminación directa al agua subterránea, ríos, suelo y aire, así como otras molestias que se producen cuando las personas defecan al aire libre, como el mal olor y vectores como moscas, insectos y roedores.

5. Higiene de los alimentos:

Los alimentos son una importante ruta, en la transmisión de enfermedades diarreicas, por lo que se deben practicar las siguientes medidas:

- Lavar los alimentos con agua y jabón

- Para desinfectar frutas y verduras, agregar 10 ml (1 cucharada) de Puriagua, por litro de agua en que se van a sumergir los vegetales a desinfectar. Dejar reposar por 2 minutos de contacto.



- Para pescados y mariscos, desinfectar con 1 ml (20 gotas) de Puriagua, por litro de agua, por 2 minutos.

- Cocer bien los alimentos y consumirlos lo más pronto después de prepararlos

- Cubrir los alimentos sobrantes para no atraer moscas y otros insectos y mantenerlos en refrigeración o calientes por arriba de 60°C.

- Evitar el contacto de alimentos cocidos con



alimentos crudos

- No comer alimentos preparados o que se estén vendiendo en condiciones no higiénicas.

ACTIVIDADES DE ECOCLUBES DE EL SALVADOR PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DEL CÓLERA

Para poder responder de manera responsable y eficiente a los problemas de la comunidad a la que pertenecen y que mayor influencia tienen sobre la calidad de vida y la promoción de la salud humana, cada grupo de Ecoclubes define de forma colectiva los focos de acción y su población meta, a través de un diagnóstico ambiental participativo, involucrando a diferentes sectores de la sociedad. A partir de aquí que cada grupo de Ecoclubes desarrolla diferentes actividades, en las siguientes áreas:

1) Capacitación: Los jóvenes solicitan a especialistas o técnicos locales que voluntariamente los capaciten en torno a los temas elegidos para actuar, a través de cursos, charlas, seminarios, talleres, entre otros.

2) Interacción con la comunidad: Organizan acciones que apuntan a sensibilizar y en las que involucran a la comunidad. Planifican y realizan desfiles, campañas educativas e informativas en coordinación con otros actores locales, realizan exposiciones y ferias ambientales y de salud, organizan obras de teatro, títeres, etc.

3) Difusión: Utilizan tanto los medios de comunicación tradicionales (radio, televisión, periódicos y revistas), como los hojas volantes, afiches, pancartas, para difundir sus propuestas.

4) Organización: De forma participativa y democrática, definen el rumbo de sus acciones y sus autoridades ejecutivas.

5) Integración e intercambio: Realizan periódicamente campamentos, convivencias, encuentros y actividades recreativas.

Dentro de las actividades que Ecoclubes de El Salvador, realizará para la prevención del Cólera, se encuentran:

1) Coordinación con actores locales (Iglesias, Policía Nacional Civil, Alcaldía, ONG´s), escuelas y juntas de vecinos, para las actividades de sensibilización a la población sobre la enfermedad y a la vez, como medida de difusión, educación, y preparación de personal de apoyo que pueda aplicar y compartir las medidas de control con otros sectores de la población.

2) Presentaciones a través de dramatización en obras de teatro y de títeres en las diferentes escuelas públicas involucradas, para orientar a los niños y jóvenes estudiantes acerca de la enfermedad del cólera.

3) Obras de teatro utilizando títeres o secuencia de carteles, en escuelas y colegios de las áreas geográficas de cada ecoclub, para orientar a los estudiantes acerca de las medidas de prevención del cólera. Dichas temáticas incluirán los factores de riesgo y las medidas de prevención del cólera, como:

- Lavado de manos
- Desinfección del agua para consumo y desinfección de verduras
- Uso correcto de letrinas
- Consumo de alimentos seguros

4) Articular acciones con el Ministerio de Salud (a nivel local y regional) y con otras dependencias del Estado, así como ONG´s, en las regiones fronterizas.

5) Distribución de material educativo (afiches, brochures, hojas volantes, otros) alusivos a la prevención de la enfermedad del cólera, lavado de manos, e higiene en la vivienda, para grupos meta de la población y Escuelas.

6) Visitas comunitarias en coordinación con juntas de vecinos, personal de salud ambiental local, líderes comunitarios, entre otros, para sensibilizar a la población en general sobre la problemática y prevención del cólera.

- 7) Promoción de uso de Puriagua para desinfectar agua de consumo, frutas y verduras.

Bibliografía

- ✓ Manual de facilitadores Ecoclubes, Red Internacional de Ecoclubes, Argentina- 2004.
- ✓ Proyecto de prevención de cólera en la frontera. Organización Nacional de Ecoclubes de Republica Dominicana- diciembre 2010-enero 2011.