Agua limpia para nadar

¿Sabías que la mayoría de los brotes relacionados con el agua en la que nadamos, especialmente en las piscinas, son causados por gérmenes de la diarrea? Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, CDC por sus siglas en inglés, la gran mayoría de los brotes notificados a ellos son causados por el *Cryptosporidium, la Giardia, la Shigella, los novovirus y el E. coli O157:H7*; todos gérmenes de la diarrea vinculados a la natación y a otras actividades en el agua. Desafortunadamente todos son difíciles de controlar porque el cloro no los elimina.

La diarrea y la natación no son una buena combinación. La piscina es el último lugar donde debería de estar una persona, ya sea adulto o menor, si tiene diarrea. Por eso es tan importante no nadar o realizar otras actividades en el agua ni dejar a tus niños que lo hagan si están enfermos con diarrea. Tan solo un accidente relacionado con la diarrea que ocurra en el agua puede liberar millones de gérmenes. Si alguien traga un sorbo del agua, le puede causar diarrea hasta por 3 semanas.

Considera los siguientes pasos siempre que visites una piscina:

No entres al agua ni permitas que tus hijos lo hagan si están enfermos

Evita tragar agua

Dúchate antes de meterte al agua. Un minuto en la ducha ayuda a eliminar gérmenes que pueda tener el cuerpo

Lleva a los niños al baño con frecuencia

Revisa los pañales y cámbialos en el baño o en un área designada

Todos compartimos el agua en la que nadamos y nos entretenemos. Protégete y protege a tus amigos y familiares de los gérmenes que causan diarrea.

Importante: No te metas en el agua ni dejes que tus niños lo hagan si están enfermos con diarrea.

MYRIAD BENEFITS INCORPORATED

CERTIFIED BY 2014 NMSDC

SÍGUENOS:

Referencia:
Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades
https://www.cdc.gov/spanish/EspecialesCDC/natacion/index.html

Imagen: Freepik.com