

## Artículos de Interés Especial

- Comenzó el verano.
- Cuba lanza campaña de verano contra el SIDA.
- Autoridades sanitarias de Cuba alertan sobre enfermedad es del verano

## Comenzó el Verano

Ya comenzó el verano y con él las vacaciones para muchos, junto con algunos riesgos para la salud humana: las enfermedades diarreicas agudas, la exposición a los rayos solares, las altas temperaturas, la preservación de los alimentos, entre otras.

Es por ello que hay que estar alerta con la posible deshidratación que provocan los vómitos y diarreas, la exposición prolongada al sol sin protección alguna, la elaboración de los alimentos y el consumo de agua, tanto en los menores de un año como en los niños pequeños y en los ancianos. Las diarreas son producidas por la ingestión de alimentos o líquidos contaminados con bacterias, parásitos o virus.

Por tanto, resulta

necesario atender a la calidad, procedencia y elaboración de los alimentos y por supuesto, a la higiene y limpieza con que se manipulan y conservan.

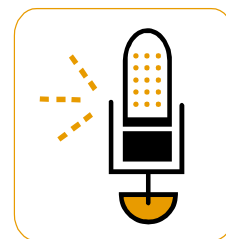
Especial cuidado debemos poner en el agua debe hervirse tres minutos y resulta imprescindible también mantener un sistemático lavado de las manos.

Las personas más sensibles son las de piel blanca, los niños, y los ancianos, que por alguna razón hayan pasado mucho tiempo expuesto a los rayos solares, sobre todo en la infancia, esto responde a los efectos acumulativos del sol en la piel.

Las lluvias también deben ser objeto de atención, pues crean

condiciones favorables para la procreación de especies como mosquitos, insectos, roedores y moscas, propicio para su su proliferación, transmisores de enfermedades.

Es criterio médico autorizado cuando aparezcan los primeros síntomas, es la mejor manera de prevenir estas enfermedades.





## Cuba lanza campaña de verano contra el SIDA.

**Autoridades sanitarias de Cuba alertan sobre enfermedades del verano.**

**Consejos de salud en este ardiente verano.**

**Especialistas de trinidad alertan contra enfermedades propias del verano.**

## Cuba lanza campaña de verano contra el SIDA.



Las autoridades sanitarias cubanas lanzaron una campaña de verano contra la propagación del sida que incluye pruebas “in situ” en playas y centros de diversión para detectar casos, se informó hoy. El Centro de Prevención y Control de las infecciones de transmisión sexual VIH sida, anunció que la campaña busca aumentar la conciencia de la importancia de protegernos, y así evitar contraer una infección. Entre las acciones están pruebas rápidas “in

situ” para detectar el VIH entre personas que acepten someterse a ellas, en las principales playas del país, especialmente las cercanas a La Habana, ciudad donde reside el 53 % de los afectados por el virus.

El “análisis instantáneo”, además de tener el fin de que las personas se sometan a chequeos médicos, permitirían, de detectarse casos, “comenzar el tratamiento” de inmediato.

Según los datos más recientes disponibles, en Cuba sobreviven más de 11.200 personas con VIH, de las cuales

4.500 ya enfermaron de sida.

Todas reciben un tratamiento antirretroviral de producción nacional, que se aplica costeadado por el estado. En Cuba la principal vía de transmisión es a través de relaciones sexuales desprotegidas

Fuente:

<http://www.cubadebate.cu/noticias/2011/07/11/cuba-lanza-campana-de-verano-contra-el-sida/>



### Enfermedades más frecuentes en verano.

Durante el verano son frecuentes diferentes patologías como son:

Las **conjuntivitis** más frecuente en verano provocada por un exceso de cloro, por el sol, por la sal, etc. Las **otitis**, sobre todo las que afectan al oído externo. Las **micosis**, también son frecuentes los **herpes simples**, las **verrugas plantares**.

Las **enfermedades de transmisión sexual** también aumentan en verano, por la posibilidad de más contactos sexuales. Se recomienda la práctica sexo seguro y con preservativo.

Las **picaduras de mosquitos, abejas, avispas**, etc. En el mar son muy comunes las

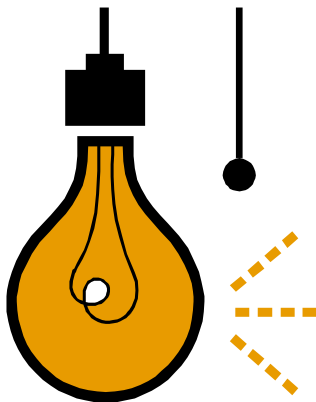
picaduras de medusas. Las **diarreas** tan frecuentes en verano, sobre todo por tomar alimentos o beber agua sin las precauciones adecuadas. Es muy importante re hidratar el organismo, sobre todo en el caso de los niños, y acudir a su pediatra o médico de familia.

## Autoridades sanitarias de Cuba alertan sobre enfermedades del verano

La Organización Mundial de la Salud ha señalado que alrededor del 78 por ciento de los casos de diarrea son producidos por alimentos y agua contaminados y que, por lo tanto, son prevenibles. Vivimos en un mundo microbiano y por ello constantemente llegan a nosotros bacterias, parásitos y virus, que en su mayoría no modifican la apariencia de lo que consumimos.

En Cuba se registran anualmente cerca de un millón de consultas por diarrea, sin embargo, el Ministerio de Salud Pública advierte que, como en otros países, cada persona como promedio sufre al menos un episodio de ese malestar por año.

Si bien el verano es sinónimo de sosiego para los cubanos, no pueden descuidarse las



medidas higiénico sanitarias para que la elaboración, conservación y traslado de productos para el consumo humano, sean prácticas seguras que eviten la proliferación de Enfermedades Transmitidas por Alimentos (ETA).

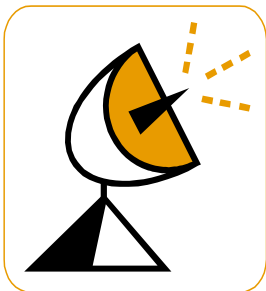
### Preservar los alimentos

La doctora Mayra Martí, Jefa del Departamento de Higiene de los Alimentos, del Ministerio de Salud Pública, señaló a Radio Reloj la importancia de seguir determinadas reglas para la inocuidad de los alimentos, sobretodo en el verano. Indicó que “Garantizar la calidad de las materias primas y el agua” es la primera de estas sugerencias sanitarias. La especialista también precisó que se debe desinfectar el agua que se utiliza para beber y en los procesos de obtención de alimentos, mediante unas gotas purificadoras o hirviéndola.

Otras reglas, precisó la experta, son “Mantener Todo Limpio”, es decir: utensilios, manos y local en general, así como garantizar temperaturas seguras para la conservación de los alimentos.

Estas y otras medidas higiénico sanitarias, fáciles de realizar, contribuirán a preservar la salud de la familia cubana.

<http://www.radioreloj.cu/index.php/noticias-radio-reloj/63-ciencia-y-tecnica/585-autoridades-sanitarias-de-cuba-alertan-sobre-enfermedades-del-verano>



Las afecciones diarreicas, que en esta etapa del año tienden a incrementarse, están asociadas al agua que bebemos, a prácticas inadecuadas de manipulación de alimentos y a la falta de saneamiento ambiental.

Es esencial por ello ser vigilantes y cuidadosos de la higiene personal y de nuestro entorno, y, también, en la elaboración de alimentos. El lavado sistemático de las manos es fundamental en su prevención.

Los niños y los ancianos principalmente deben acudir al médico en cuanto se les presente la primera manifestación de la enfermedad, la diarrea, acompañada o no de vómitos, fiebre y toma del estado general.

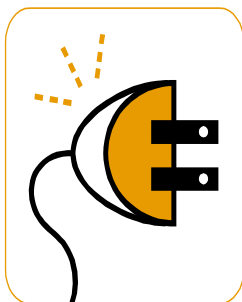
Sea cual fuere la causa —bacterias, parásitos, virus— esta afección precipita una pérdida aguda de líquidos y electrolitos (sales corporales que ejercen, entre otras funciones, la retención de los líquidos en el organismo), lo que lleva a la deshidratación y, si no se aplica tratamiento de inmediato, se convierte en una causa de mortalidad. Otro de sus principales efectos nocivos es la desnutrición, fundamentalmente en menores de cinco años...

Redoblemos en este ardiente verano los cuidados de nuestra salud y de toda la familia.

Fuente:

[http://salud.cibercuba.com/2008/05/28/1235/consejos\\_de\\_salud\\_en\\_este\\_ardiente\\_verano](http://salud.cibercuba.com/2008/05/28/1235/consejos_de_salud_en_este_ardiente_verano)

### Especialistas de Trinidad alertan contra enfermedades propias del verano.



Con el verano, además de la planificación de vacaciones para muchos, chicos y adultos, también vienen algunos riesgos para la salud humana, pues las altas temperaturas conspiran contra la conservación de los alimentos, que se descomponen con mayor facilidad, además de los problemas inherentes a las lluvias del estío. Ante ello, activo se muestra en Trinidad el Centro Municipales de Higiene y Epidemiología (CMHE).

El CMHE, integrado por competentes especialistas, entre los que descuellan microbiólogos y nutriólogos, conjuntamente con inspectores, alerta que tras una correcta cocción, refrigerar rápidamente los alimentos es una manera de evitar que se deterioren y provoquen trastornos digestivos tanto a chicos como a adultos, de los cuales debemos proteger, con mayor fuerza, a los pequeñines y a los adultos mayores, por la fragilidad de sus organismos. Las

acciones incluyen charlas populares e intervenciones a través de los medios de comunicación del municipio, cuando ya muchos acuden a las playas y desembocaduras de los ríos en busca de refrescarse, y trasladan hacia allí alimentos cocinados, e insisten en que no es ocioso recordar que si lo que se va a consumir no está en termos, deben poner cuidado de no exponerlos directamente al sol o al calor excesivo, y si se detectan cambios de color o sabor, es preferible desecharlos antes que consumirlos en mal estado.

Las lluvias veraniegas también deben ser objeto de atención, pues crean condiciones favorables para la procreación de especies dañinas como mosquitos y moscas, de ahí la necesidad de estar atentos para evitar su proliferación, pues son transmisores de no pocas enfermedades. Fuente:

<http://www.radiotrinidad.cu/Especialistas%20de%20Trinidad%20alertan%20contra%20enfermedades%20propias%20del%20verano>

## CPICM Mayabeque Teléfono

52-2808

Correo electrónico  
[cpicmha@infomed.sld.cu](mailto:cpicmha@infomed.sld.cu)

¡Estamos en Web!



Visítanos en:

[www.cpicmha.sld.cu](http://www.cpicmha.sld.cu)

Comité Editorial:

Lic. Rosa Bermello  
Ing. Yran Marrero  
Téc. Ada Rodríguez



**CUMED** (Literatura Médica Cubana).

Es una base de datos bibliográfica, desarrollada por la Biblioteca Médica Nacional/Infomed y los centros cooperantes de la red del Sistema Nacional de Salud. En ella se registra la producción científica cubana en el campo de la medicina y sus ciencias afines.

Contiene referencias bibliográficas y resúmenes de artículos de revistas, libros o capítulos de libros, tesis de candidaturas, folletos y ponencias presentadas en congresos internacionales, publicadas en el país o en el extranjero por autores cubanos. Permite además el acceso a los textos completos de un gran número de revistas.

Fuente:

<http://bvs.sld.cu/cgi-bin/wxis/iah/?IsisScript=iah/iah.xis&base=cumed&lang=e>

**RECU** (Revistas Médicas Cubanas del Siglo XIX)

Es una base de datos bibliográfica cuya misión principal es registrar los trabajos publicados en las revistas cubanas de medicina durante el siglo XIX, literatura que esta sumamente dispersa. El desarrollo de la salud pública y la medicina en Cuba posee una larga historia y múltiples obras que cual símbolos del quehacer de un sector pródigo en el avance del país, constituyen reliquias de inapreciable valor científico y patrimonial.

Disponible en:

<http://bvs.sld.cu/cgi-bin/wxis/iah/?IsisScript=iah/iah.xis&base=recu&lang=e>

**SACU** (Salud Ambiental Cubana). Es una base de datos bibliográfica, desarrollada por la Biblioteca Médica Nacional/Infomed y los centros cooperantes representados por 15 organismos de la administración central del estado que integran 42 instituciones. Contiene resúmenes en español indizados por el tesoro de REPIDISCA. Incluye la localización física de los documentos. Registra la producción científica cubana con cobertura temática: salud ambiental y tratamiento, ingeniería sanitaria y ambiental, toxicología ambiental, ciencias aplicadas y del ambiente, recursos hídricos y contaminación del agua, abastecimiento de agua, aguas residuales, residuos sólidos y residuos peligrosos, contaminación del suelo y aguas subterráneas, contaminación del aire y salud ocupacional y seguridad industrial. Fuente: <http://bvs.sld.cu/cgi-bin/wxis/iah/?IsisScript=iah/iah.xis&base=sacu&lang=e>