



La medida de higiene más efectiva es el lavado de manos frecuente con agua y jabón



MINISTERIO DE SALUD

GOBIERNO DE COSTA RICA



Al llegar de la calle.



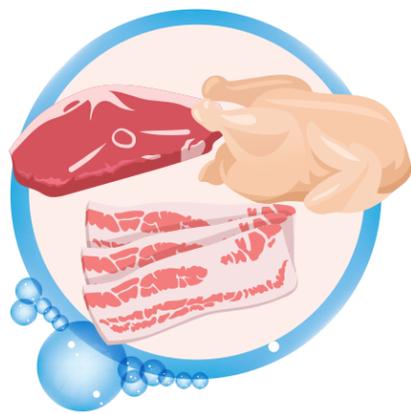
Antes de **preparar** alimentos, al **ingresar** a un centro educativo, un hogar de larga estancia o un servicio de salud.



Si no cuenta con agua para la desinfección de manos **utilice alcohol en gel** (Recuerde que el alcohol no sustituye el lavado con agua y jabón)



Antes de **consumir** alimentos.



Después de **tocar** alimentos crudos.



Después de **ir al baño**.



Después de **cambiar pañales**.

Para proteger la salud de la población, se emiten las siguientes recomendaciones:



Hervir el agua por 3 minutos antes de consumirla si sospecha que está contaminada.



Lavar muy bien las frutas y vegetales para su consumo inmediato o para cocinar.



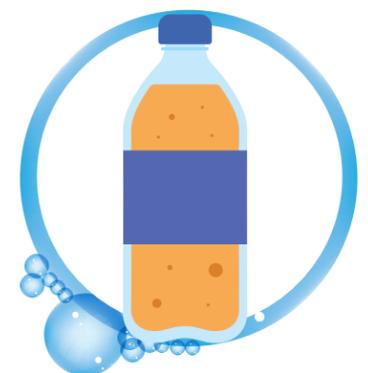
Desinfectar correctamente los baños.



Si usted opta por comer en lugares públicos, **debe asegurarse** que el establecimiento cuente con instalaciones limpias.



Continuar con la lactancia materna y **colocar** la vacuna contra el rotavirus en **menores de 6 meses**.



Si se encuentra con enfermedad diarreica **asista a un centro de Salud** y **utilice** suero oral (rehidratación).