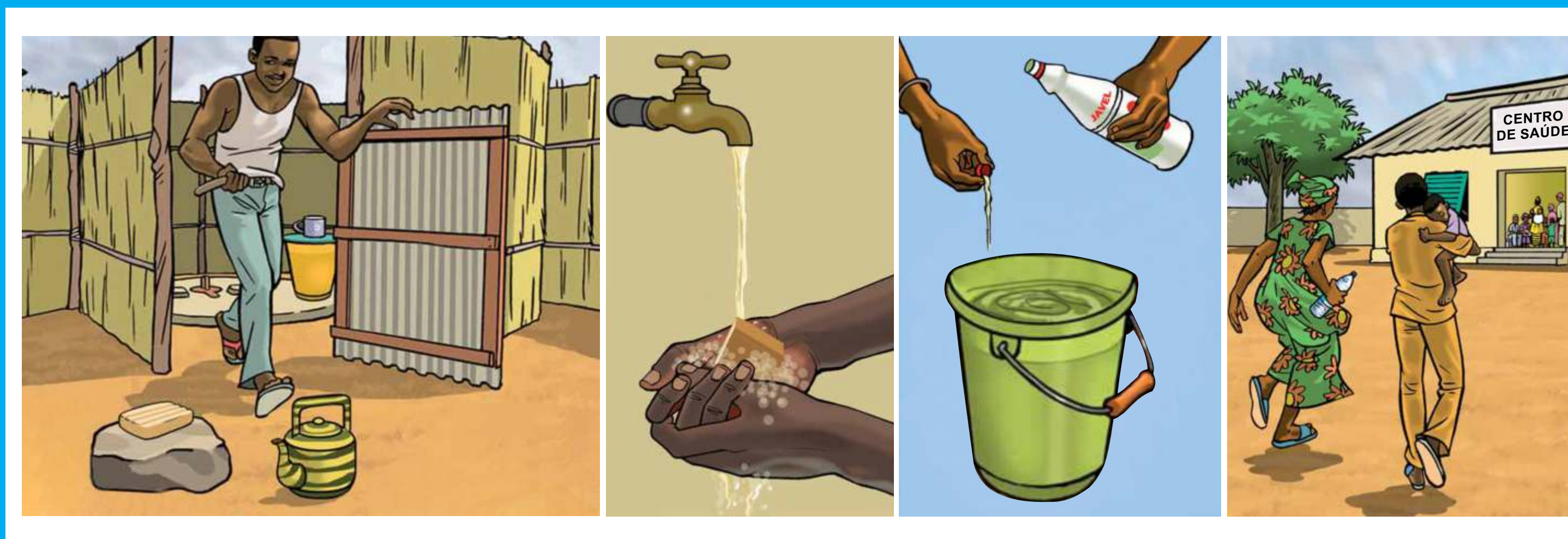


Vamos
proteger-nos
da

CÓLERA



Elaboração, Design, Impressão, UNICEF Guiné-Bissau

USE FONTES DE ÁGUA POTÁVEL

Beba água proveniente de uma fonte de água potável ou água purificada.

Lave o interior e o exterior dos recipientes destinados a transporte ou armazenamento de água. Eles devem ser protegidos com uma tampa por forma a manter água limpa.



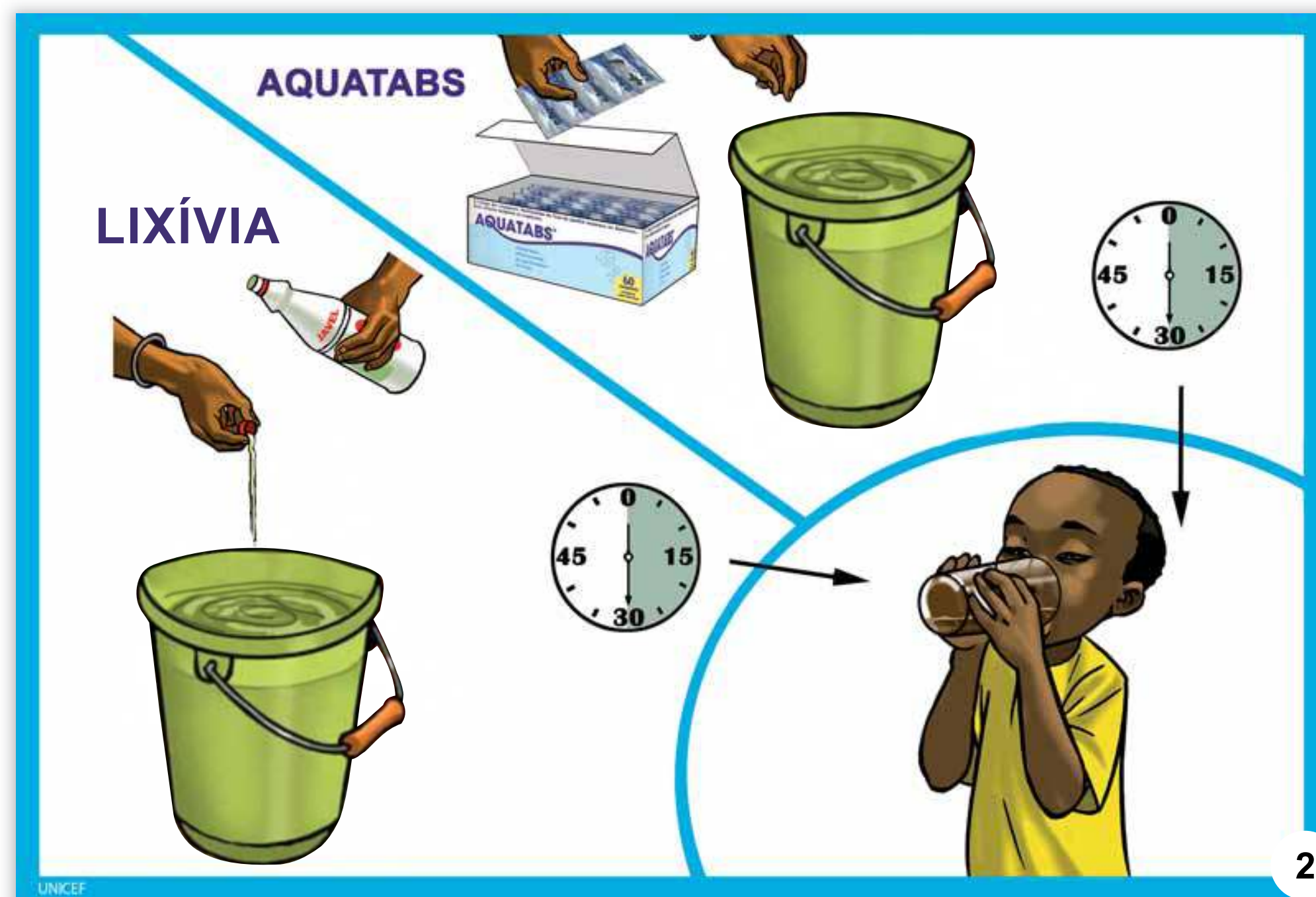


Desinfectar a água com 3 gotas de lixívia de 4,5% para cada litro de água da fonte e 1 gota de lixívia de 4,5% para cada litro de água da torneira.

Colocar os comprimidos de "Aquatab" em volumes de água conforme a indicação da caixa.

Esperar 30 minutos antes de beber.

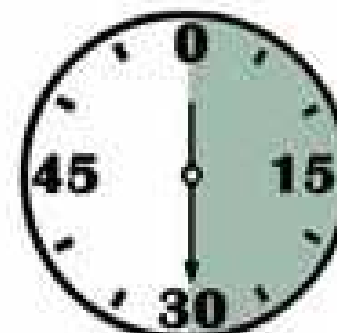
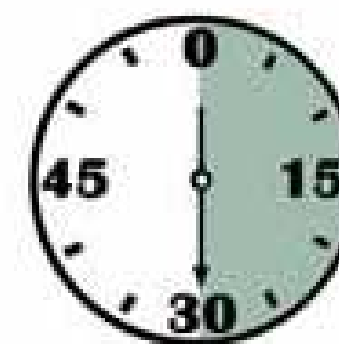
Alternativamente ferver a água durante 5 minutos .



LIXÍVIA



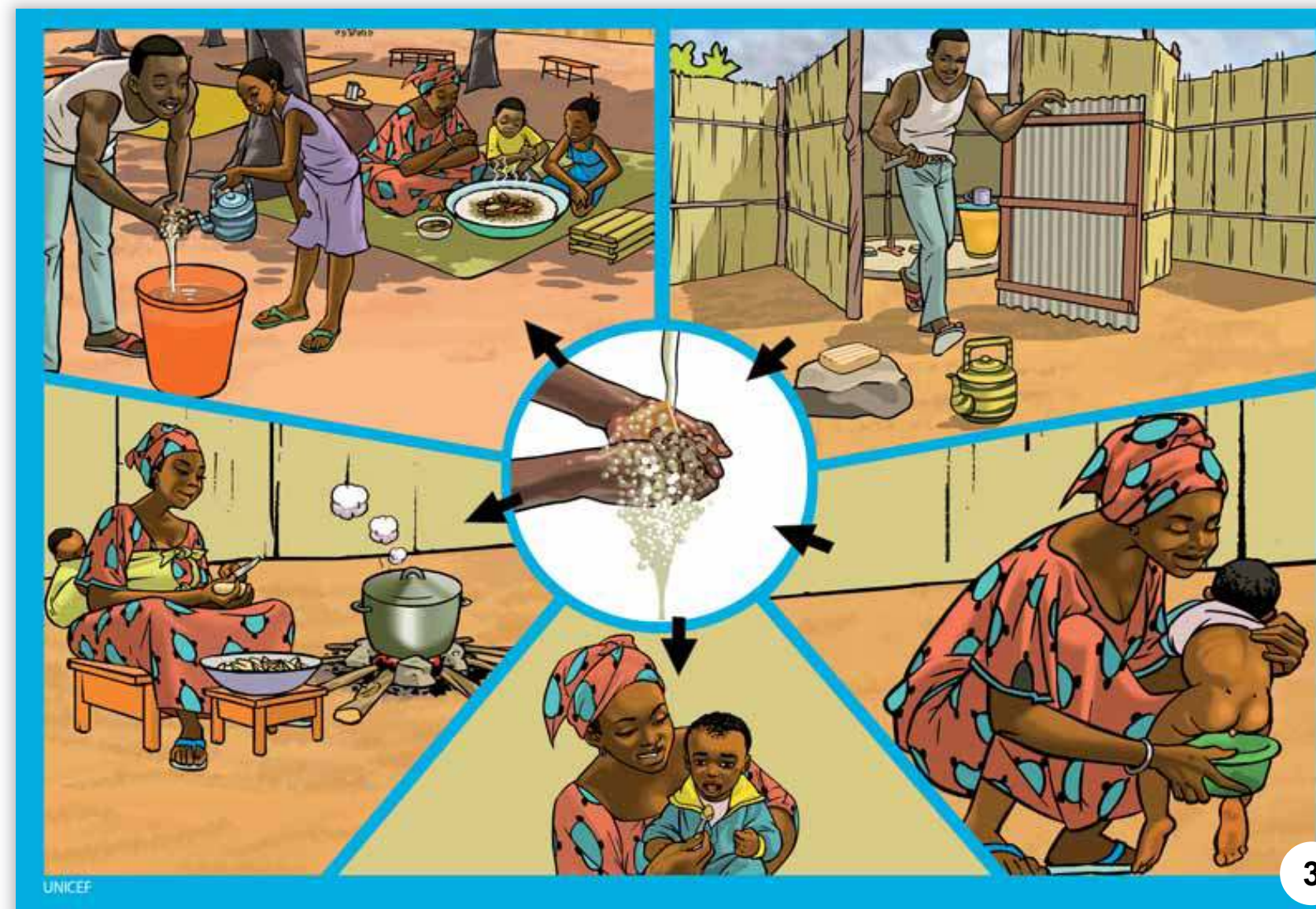
AQUATABS

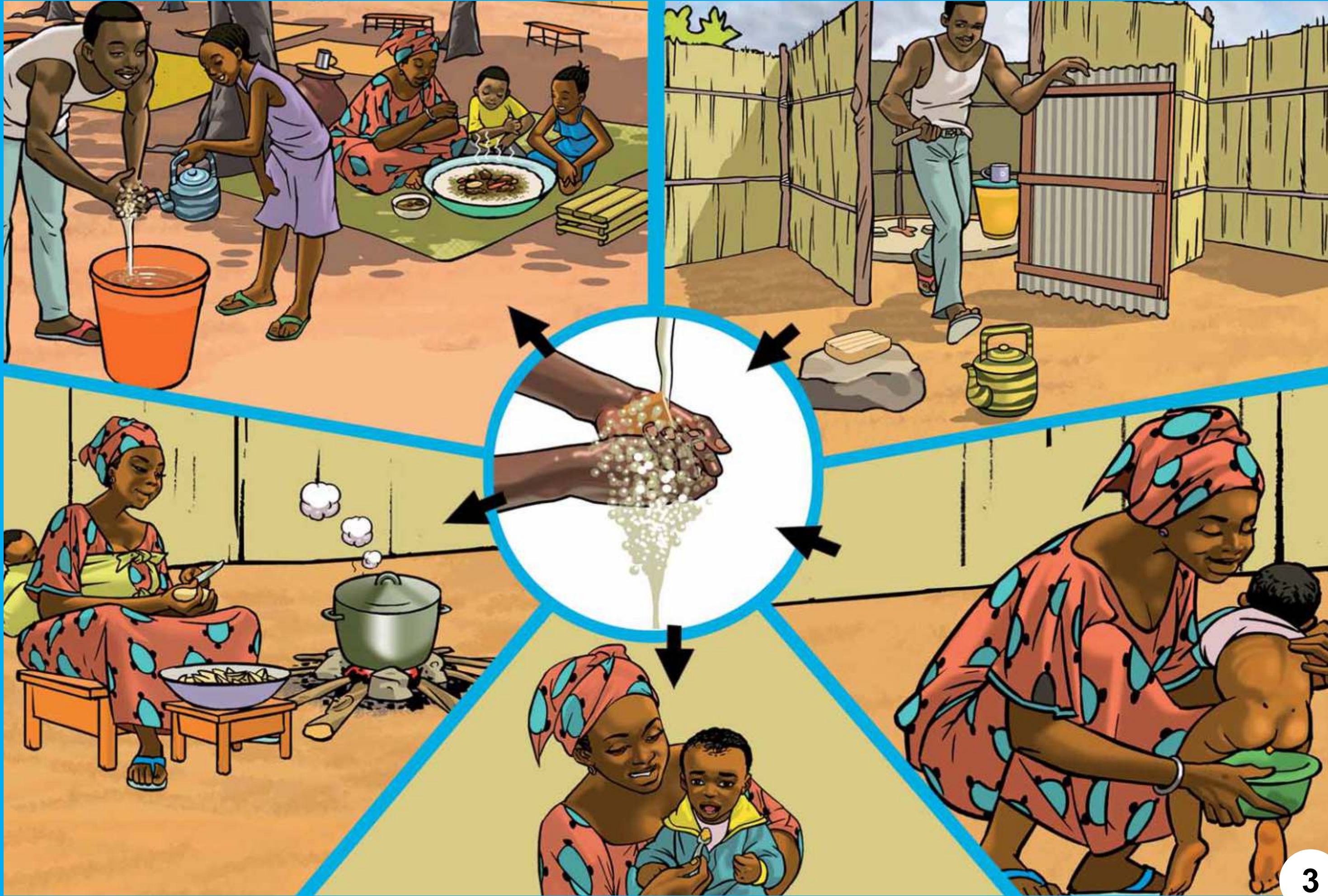


LAVAR AS MÃOS COM SABÃO

Todos os membros da família, incluindo as crianças, devem lavar cuidadosamente as mãos com água corrente e sabão, nos momentos chave:

- * Antes de comer
- * Antes de cozinhar ou preparar alimentos
- * Antes de dar de comer às crianças
- * Depois de utilizar a latrina
- * Depois de limpar a criança.





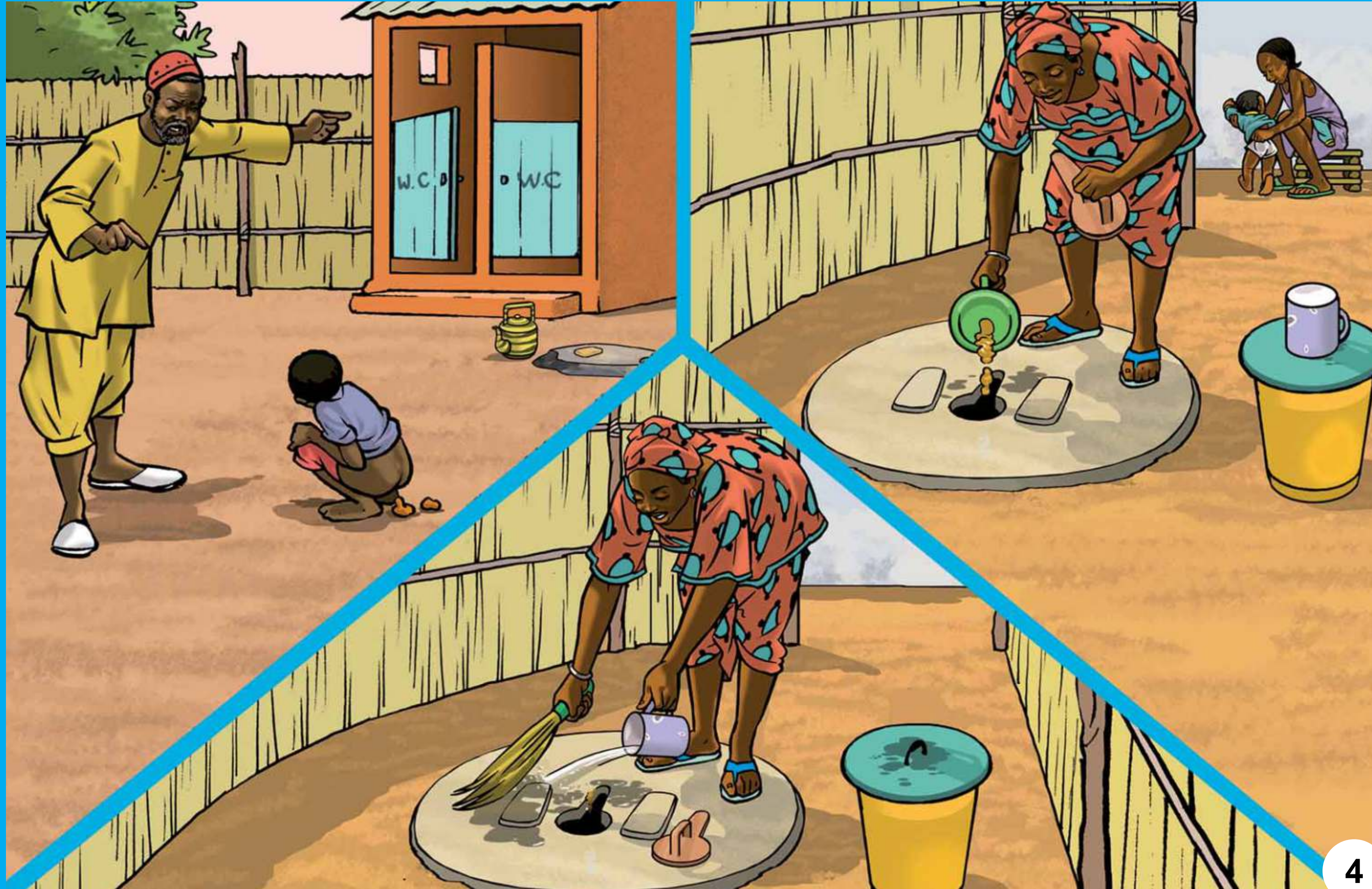
UTILIZAR A LATRINA E MANTÊ-LA LIMPA

Limpar as fezes de forma adequada incluindo as fezes de bebês e crianças

A melhor forma consiste em assegurar que todos os membros da família utilizam latrinas ou bacias de cama (para bebês e crianças).

Limpar regularmente as casas de banho e as latrinas.

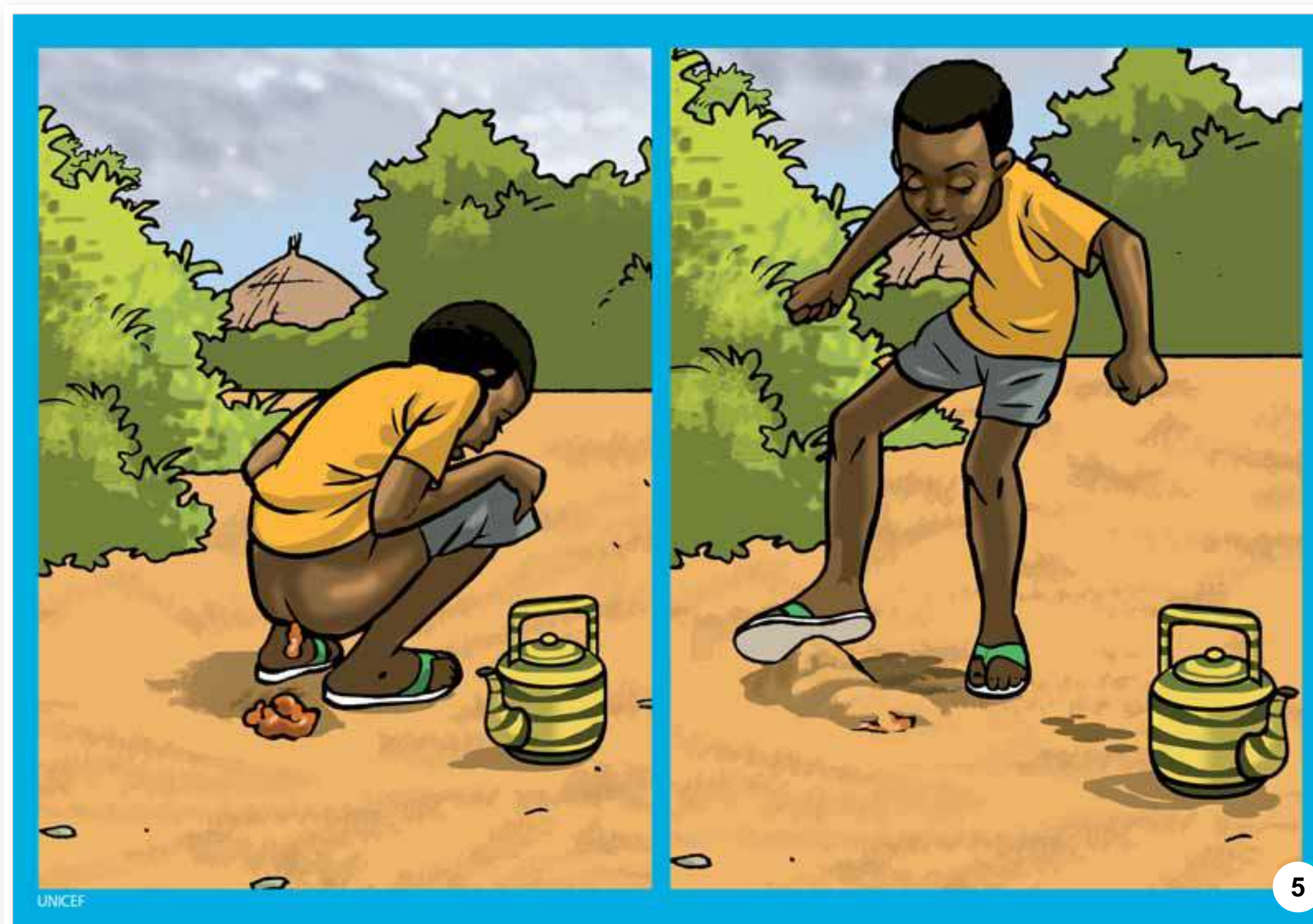


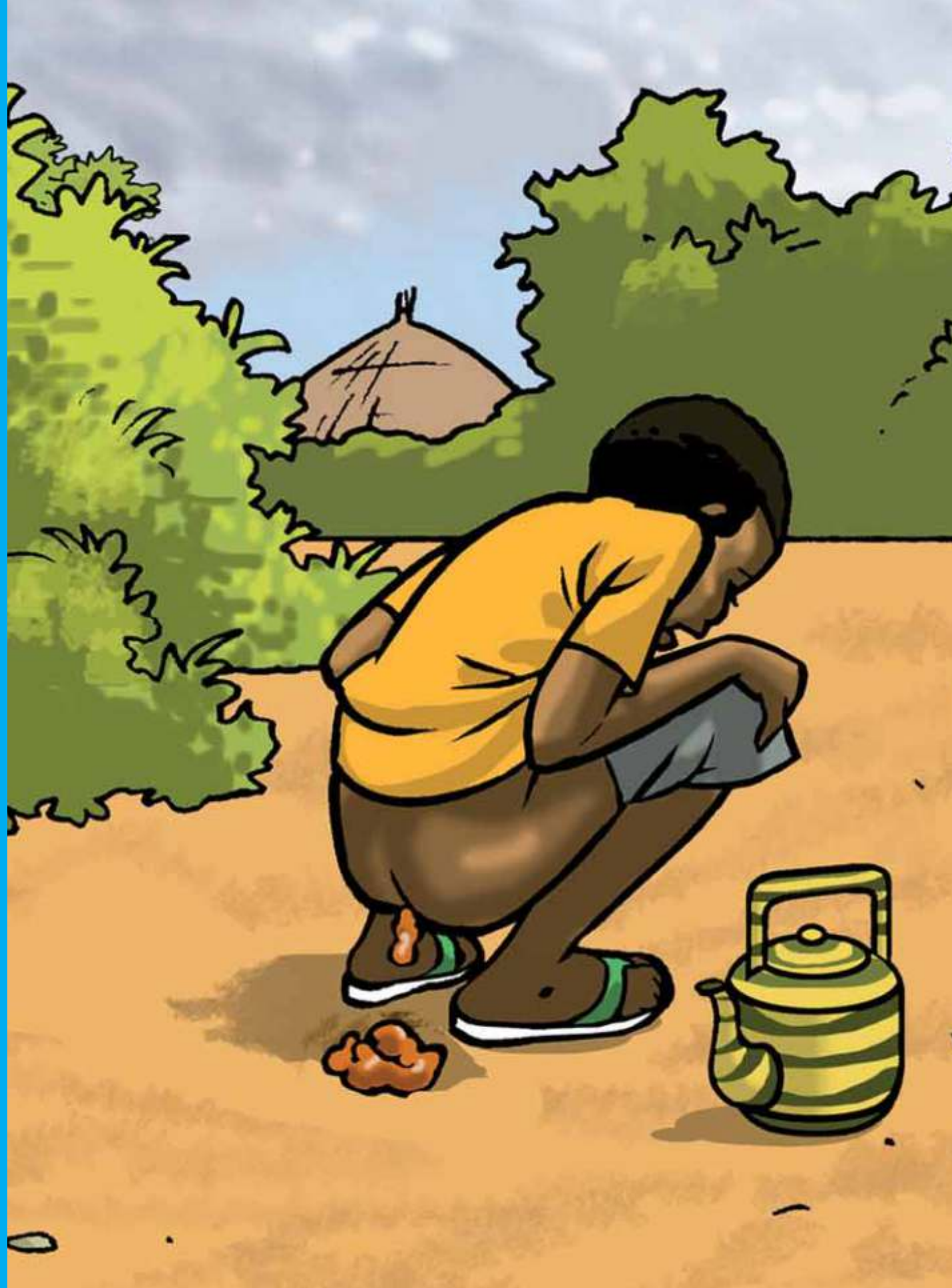


ENTERRAR AS FEZES

Quando não existem latrinas, enterrar as fezes longe de habitações e de pontos de água

Construir latrinas o mais breve possível.

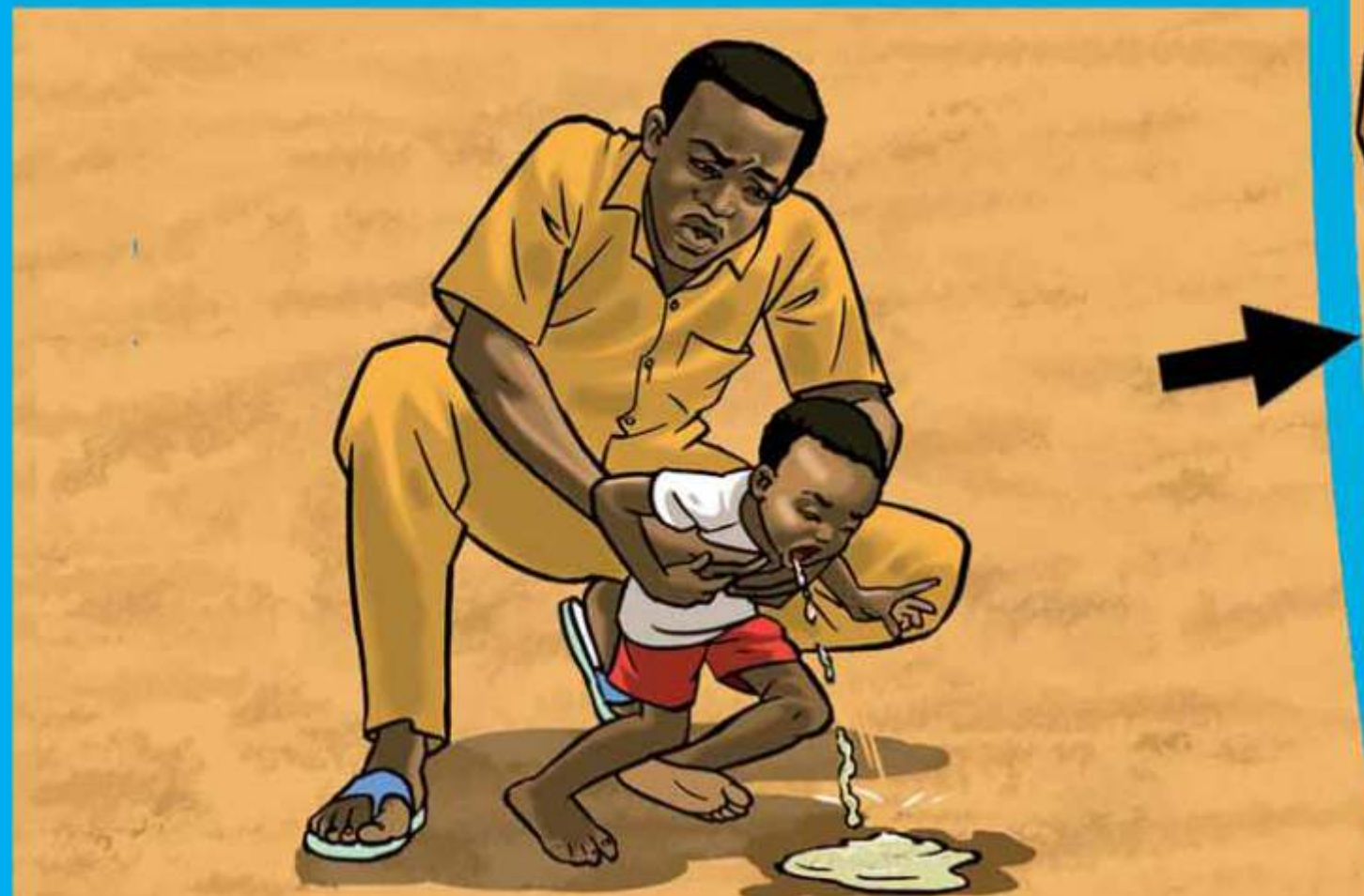




ENCAMINHAR IMEDIATAMENTE PARA O CENTRO DE SAÚDE AS CRIANÇAS COM DIARRÉIA

Se uma criança ou um adulto tiver diarreia, encaminhar imediatamente para a unidade ou centro de saúde mais próximo. Continuar a dar-lhe de beber durante o percurso.



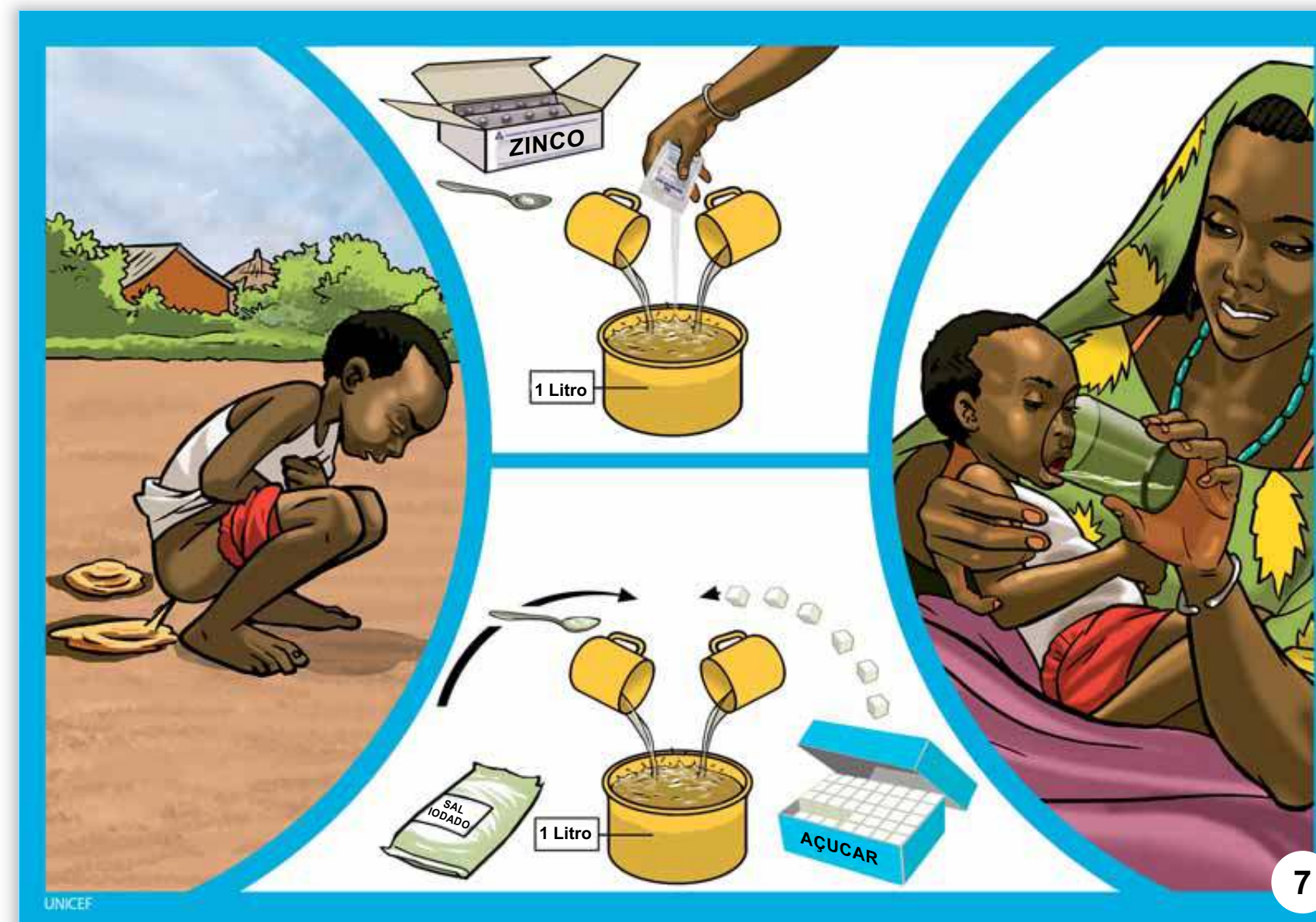


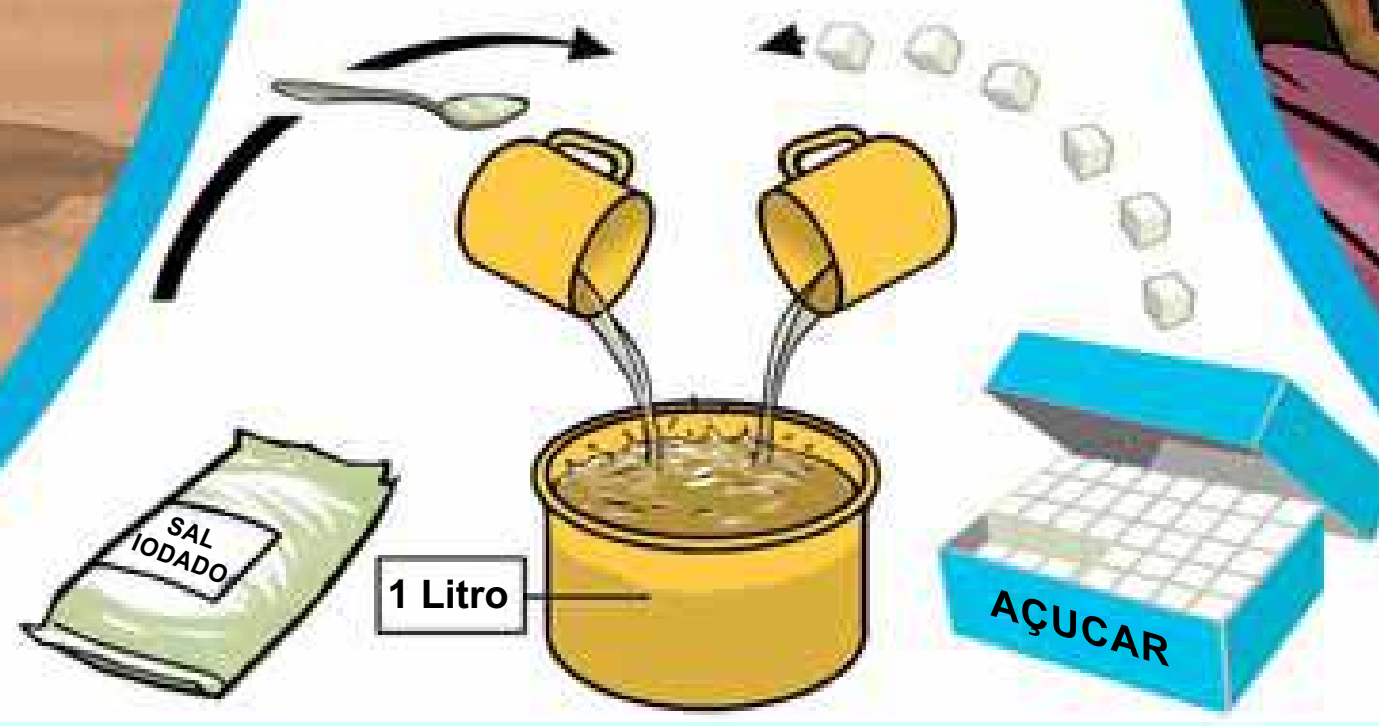
DAR DE BEBER SRO À CRIANÇA COM DIARRÉIA

Quando uma criança tem diarreia deve ser dada uma solução de sal de reidratação oral (SRO) dissolvido, em um litro de água potável, adicionando-lhe zinco.

Se não tiver SRO, pode dar à criança uma bebida preparada com 6 colheres de chá de açúcar e meia colher de chá de sal, dissolvidas num 1 litro de água potável.

Misturar muito bem e dar de beber à criança num copo apropriado.





CONTINUAR A AMAMENTAR OS BÉBÉS COM DIARRÉIA

Uma criança com diarreia tem a necessidade de continuar a comer e beber regularmente.

Para evitar a desidratação, as crianças em fase de aleitamento que sofram de diarreia devem ser amamentadas muitas vezes, tanto quanto possível.



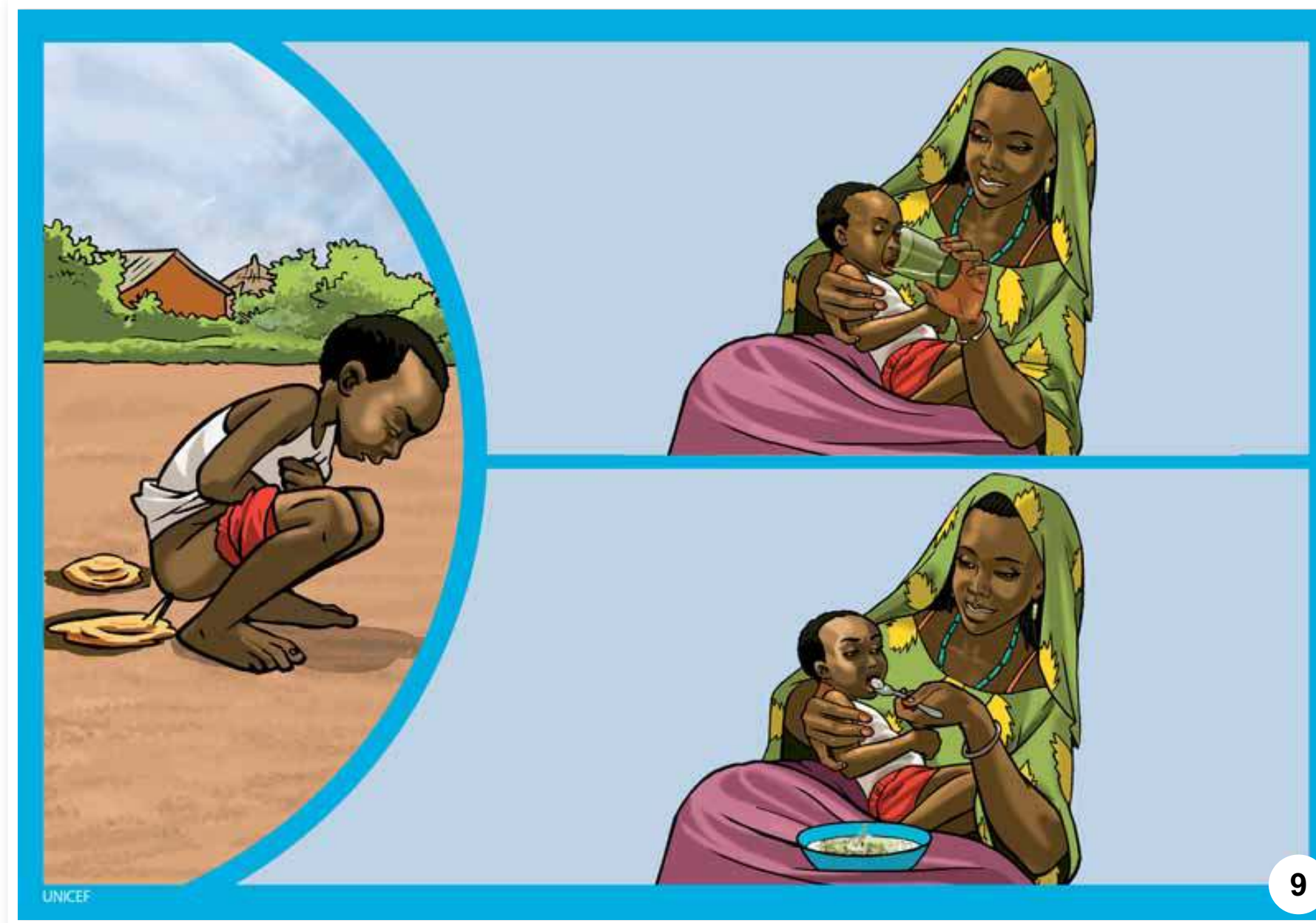


CONTINUAR A DAR DE COMER

ÀS CRIANÇAS COM DIARREIA

Uma criança com diarreia tem a necessidade de continuar a comer e beber regularmente

Durante a sua convalescência (tratamento) a criança precisa de alimento suplementar para recuperar a energia e nutrientes perdidos durante a doença.





LAVAR, COZINHAR E COBRIR OS ALIMENTOS

Os alimentos crus ou restos de alimentos podem ser perigosos. É muito importante lavar ou cozer os alimentos muito bem. Os alimentos cozidos devem ser consumidos rapidamente ou reaquecidos caso arrefeçam.

Os alimentos, os utensílios e as superfícies sobre as quais preparamos os alimentos, devem estar sempre limpos e longe dos animais. Os alimentos devem ser conservados em recipientes tapados.





CONSERVAR O AMBIENTE LIMPO

A evacuação correcta de lixo doméstico ajuda a manter o ambiente em que vivemos limpo e, por conseguinte, a saúde para todos.

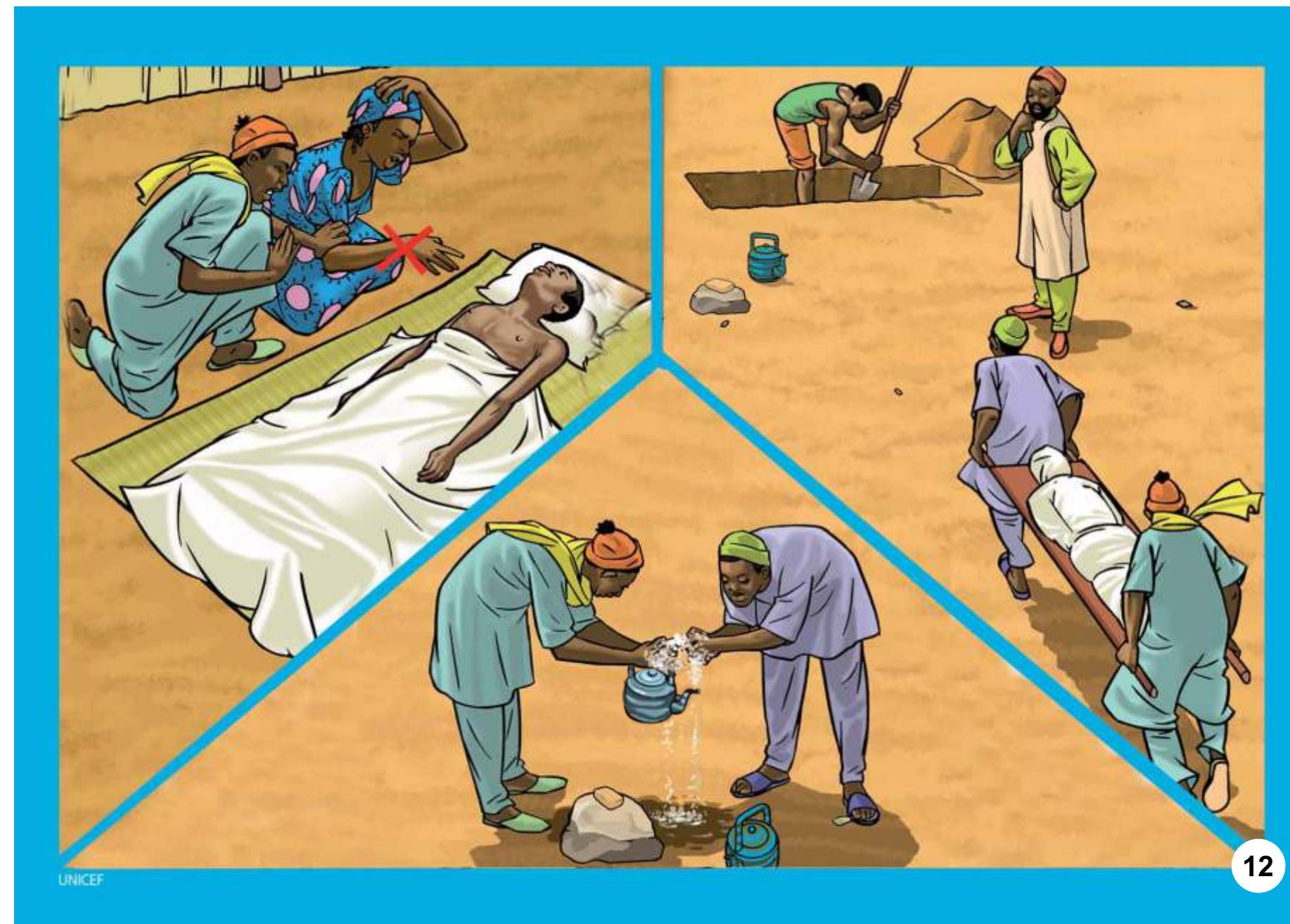


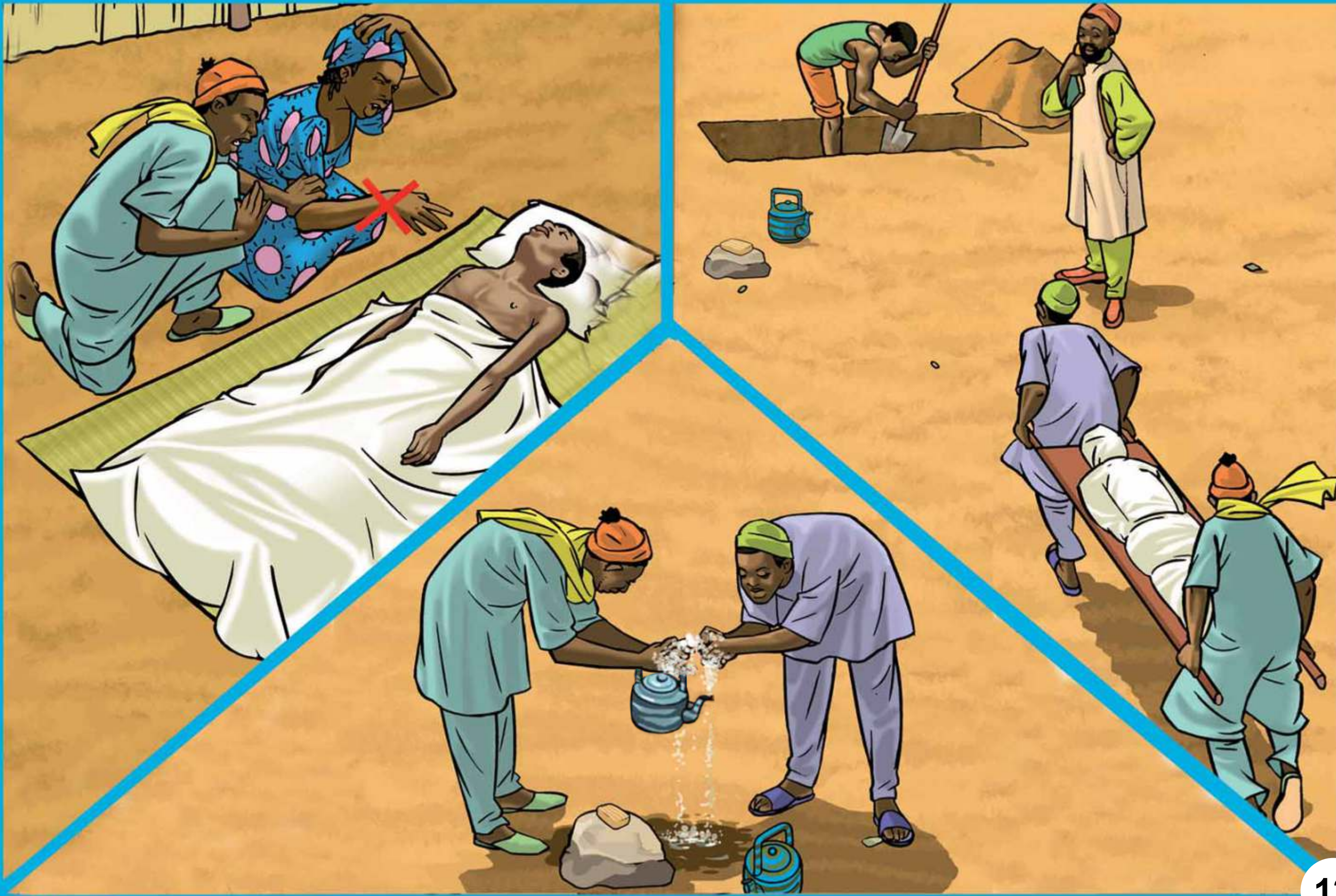


ENTERRAR OS CORPOS RAPIDAMENTE

Quando uma pessoa morre, o corpo não deve ser guardado por muito tempo em casa e deve ser enterrado o mais rapidamente possível.

Todas as pessoas que tenham estado em contacto com o corpo ou excreções devem lavar as mãos cuidadosamente com água e sabão.





CAIXA DE IMAGENS DE COMUNICAÇÃO

PREVENÇÃO E CONTROLO DE CÓLERA

O que é a caixa de imagem?

Esta caixa de imagem é uma ajuda visual para os retransmissores comunitários, os agentes de saúde e todas as pessoas engajadas em conduzir a comunicação interpessoal em resposta a um surto de cólera.

Como usar a caixa de imagem?

Esta caixa de imagem é um meio para animar discussões individuais ou em grupo sobre as práticas que podem salvar vidas. Para garantir o engajamento das comunidades para uma resposta eficaz à epidemia, essas imagens devem ser usadas como meios de compartilhar as informações e estimular a discussão, mais do que uma simples "transmissão de mensagem".

Uma abordagem integrada para a comunicação.

Esta caixa de imagem não deve ser usada sozinha.

Uma estratégia de comunicação eficaz implica a utilização de vários canais de comunicação e atores. É fundamental integrar as discussões interpessoais com outros canais de comunicação, tais como as estações de rádios locais, as escolas, as mesquitas, as igrejas, etc., e envolver as diferentes partes interessadas, tais como peritos técnicos, representantes da comunidade e líderes de opinião durante a animação.

No contexto de emergência, é necessário não só estimular as discussões, mas também criar mecanismos de interação entre as comunidades e os prestadores de cuidados, através de reuniões periódicas, participação em debates radiofónicos ou visitas de representantes da comunidade às unidades de saúde. Esses mecanismos devem ser cuidadosamente considerados no momento de planificação com um orçamento apropriado.

Alguns exemplos de questões que podem gerar discussão:

Para gerar a discussão em grupo:

- Eu tenho uma pergunta para si...
- Quem pode responder a essa pergunta?
- Quem gostaria de compartilhar uma ideia sobre isso?

Para incluir mais participantes:

- Quem mais deve estar envolvido?
- Como podemos envolvê-los?

Para identificar padrões de comportamento local:

- Existe alguém na aldeia que pode resolver este problema?
- Você disse que tinha X, como é que você fez?

Adaptado de "Basic Field Guide to the Positive Deviance Approach", Tufts University.



Elaboração, Design, Impressão, UNICEF Guiné-Bissau

unicef 
Juntos pelas crianças