

PLAYA LIMPIA

Para que los usuarios de las playas puedan utilizarlas sin riesgos a la salud, diversas instancias gubernamentales realizan acciones para garantizar la calidad del agua.

- Autoridad Estatal de Salud.
- Comité de Playas Limpias.
- COFEPRIS
- SEMARNAT
- CONAGUA
- Secretaría de Marina.



El mayor riesgo para la salud está asociado con microorganismos, por lo que se estableció un indicador para saber si una playa es apta ó no para uso recreativo, este indicador son los Enterococos Fecales.

- Si en el agua de mar hay hasta 200 enterococos en 100 mililitros de agua, la playa es APTA para uso recreativo.
- En caso de rebasar el límite de enterococos la autoridad Sanitaria informará oportunamente a la comunidad la restricción para uso recreativo.

SEGURIDAD VIAL

- No consuma bebidas embriagantes al conducir.
- No consuma alimentos cuando esté al volante.
- Abróchese el cinturón de seguridad.
- No maneje cansado.
- Revise las llantas de su auto en cada servicio.
- No hable por teléfono celular mientras conduce.



ATENCIÓN A QUEJAS:

DIRECCIÓN GENERAL DE PROTECCIÓN CONTRA RIESGOS SANITARIOS

Paseo del Canal y Comonfort, Planta Baja,
Ala Norte. Centro de Gobierno
Tel. 01 662 212 60 93, 212 08 36
Hermosillo, Sonora.

www.saludsonora.gob.mx/rsanitaria



Comisión Federal para la Protección
contra Riesgos Sanitarios



Secretaría
de Salud Pública

COESPRISSON
Comisión Estatal de Protección Contra
Riesgos Sanitarios del Estado de Sonora

COMISIÓN ESTATAL DE PROTECCIÓN
CONTRA RIESGOS SANITARIO
DE SONORA



RECOMENDACIONES PARA UNAS FELICES VACACIONES DE SEMANA SANTA



Unidos
logramos más

INFLUENZA

Para protegernos del virus de la influenza A H1N1 debemos de:

- Al toser ó estornudar cubrir la boca y nariz con un pañuelo desechable ó con el ángulo interno del codo. Tirar el pañuelo desechable a la basura.
- No saludar de beso ó de mano.
- Evitar acudir a sitios concurridos y cerrados como el metro, centros comerciales, cines, mercados, etc.
- Lavar las manos frecuentemente con agua y jabón, de preferencia líquido. Sobretudo antes de:

1. Preparar alimentos ó comer.
2. Atender a un enfermo.
3. Tratar una herida.

Y después de:

1. Toser ó estornudar.
2. Sonarse la nariz.
3. Visitar ó atender a una persona enferma.
4. Utilizar transporte público.
5. Tocar dinero, llaves ó teléfonos.
6. Ir al baño ó cambiar pañales.
7. Acariciar animales.



ALIMENTOS

Recomendaciones al momento de consumir alimentos fuera de casa:

- Los alimentos deben encontrarse cubiertos ó protegidos de la intemperie.
- Los alimentos calientes estén realmente calientes (60 C ó más) y los fríos bien fríos (7 C ó menos)
- Los recipientes que los contienen y los utensilios con que se sirven deben estar limpios.
- Los alimentos cocinados son más seguros que los crudos.

Higiene del personal que expende alimentos:

1. Presentación pulcra.
2. Uniforme limpio.
3. Manos limpias y con uñas cortadas al ras, limpias y sin esmalte.
4. Cabello recogido y protegido con cubre pelo ó red.
5. Sin joyería en manos, cuello y orejas.
6. No enfermo.
7. Sin cortaduras ó heridas en las manos.



MAREA ROJA

Fenómeno natural que consiste en multiplicación masiva de microalgas en el mar y que producen una toxina, la cual puede causar muerte de peces, animales marinos y del HOMBRE cuando consume moluscos contaminados con estas toxinas.

Moluscos que pueden contaminarse:

- Ostiones.
- Almejas.
- Callos de hacha.
- Patas de mula.

IMPORTANTE: la toxina no se destruye con limón, vinagre ó calor.

SÍNTOMAS:

- Hormigueo en labios, lengua, boca y yema de los dedos.
- Adormecimiento de piernas, brazos y cuello.
- Falta de coordinación en músculos.
- Dolor de cabeza y vómito.
- Sensación de mucho sueño.
- Incoherencia al hablar.

En caso de presentar algún síntoma acudir de inmediato a recibir atención médica.

Veda Sanitaria Temporal: prohibición que las Autoridades Sanitarias establecen para la pesca, venta y consumo de moluscos en presencia de Marea Roja.

