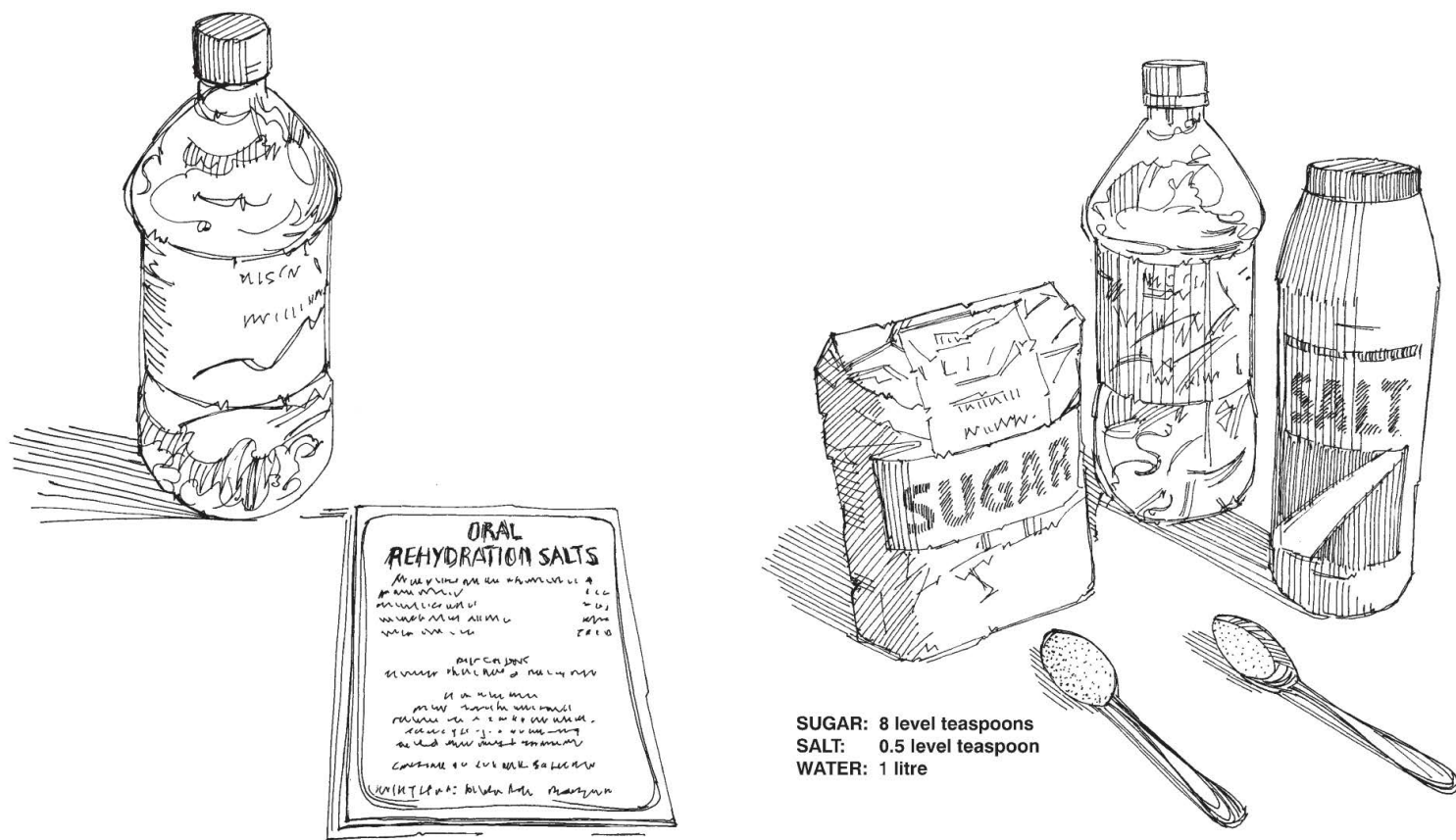
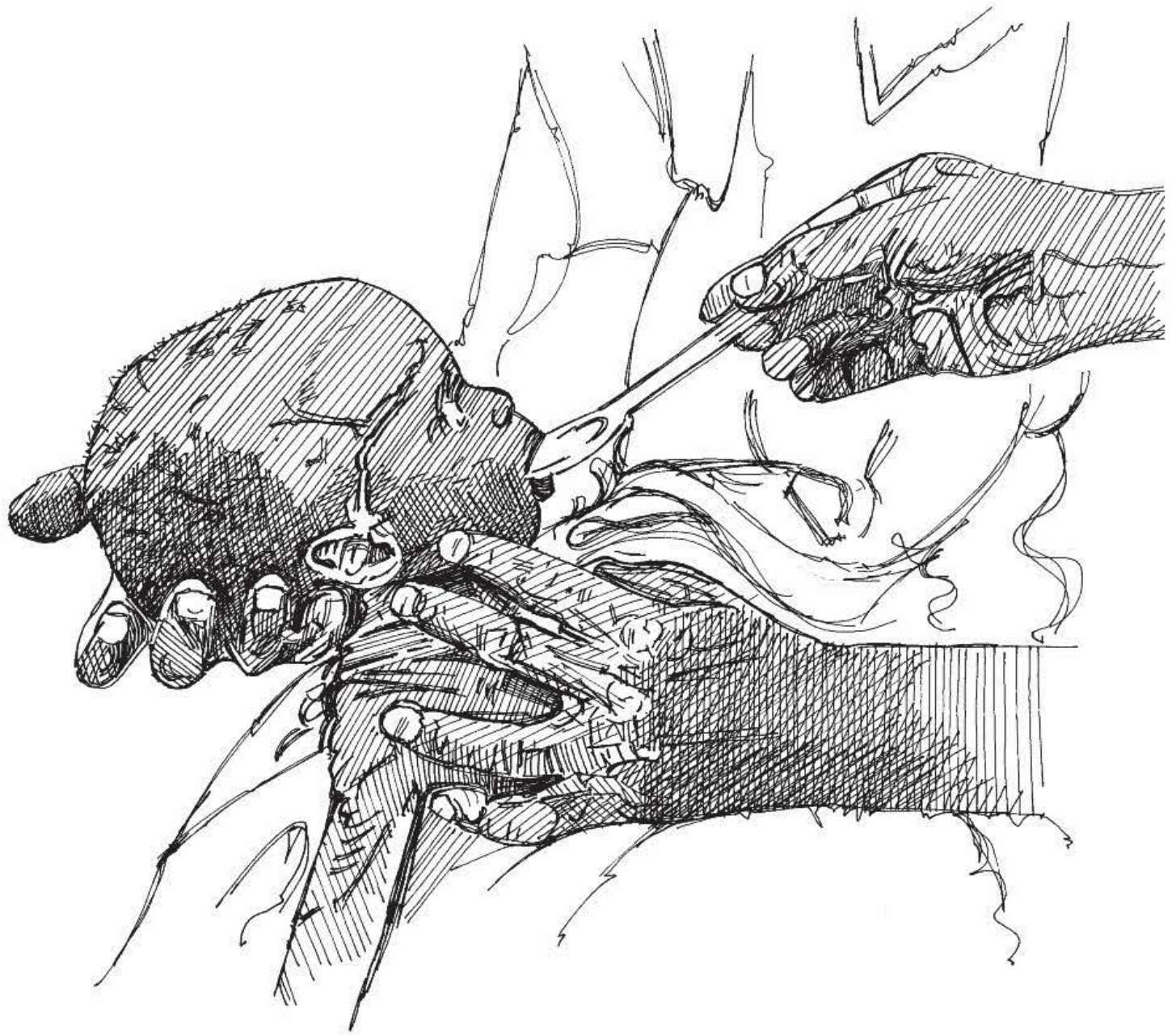


# Preparar y administrar solución de rehidratación oral (SRO)



**Solución casera de azúcar y sal:** 8 cucharaditas de azúcar + media cucharadita de sal. Mezclar en 1 litro (o 5 tazas) de agua. **Bolsita de SRO:** Mezclar con 1 litro de agua segura.



*¡Los niños con diarrea necesitan rehidratación, deles SRO!*

## El cólera puede prevenirse mediante:

- Beber agua potable, agua que haya sido hervida por lo menos un minuto.
- Mantener el agua en un recipiente limpio con tapa.
- Comer alimentos calientes y cocinados.
- En tiempos de epidemia, evite comer mariscos, pescado y alimentos crudos (las frutas y verduras pueden estar contaminadas). No coma frutas o verduras que no haya pelado usted mismo.
- Lávese las manos con jabón o cenizas después de usar la letrina y antes de comer.
- Los preparadores de alimentos deben lavarse las manos antes de tocar o preparar alimentos.
- Proteja la comida de las moscas.

