



UNIVERSIDAD NACIONAL DE
ENTRE RÍOS
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
ALIMENTACION

Teléfono: 0345-4231440 int 1473

Fax: 0345 - 4231442

e-mail: eppia@fcal.uner.edu.ar

www.fcal.uner.edu.ar

EPPIA

PROYECTO DE EXTENSIÓN
UNIVERSITARIA
"EDUCANDO PARA
PROMOVER LA INOCUIDAD
ALIMENTARIA"

PREVENCIÓN CONTRA EL SUH



SINDROME UREMICO
HEMOLITICO

FUENTES DE CONTAGIO

1 Carne mal cocida.

2 Jugo de carne cruda.

3 Leche y jugos envasados no pasteurizados.

4 Aguas contaminadas.

5 Contacto directo con animales de campo.

6 A través de manos, superficies y utensilios no bien higienizados.

¿COMO PREVENIR EL SUH?

1  Lávese bien las manos con agua y jabón antes de comer o de procesar los alimentos y luego de ir al baño o tocar carne cruda. Cuide que sus hijos también lo hagan.

2  **Cuide y exija que las hamburguesas estén bien cocidas, dado que las mismas son la principal fuente de contaminación en los niños.**

3  Cocine muy bien las carnes –especialmente la carne picada– hasta que pierdan el color rosado.

4  No use el mismo cuchillo o superficies (tablas, mesadas) con el que cortó carne cruda para cortar otros alimentos, sin antes lavarlo bien con agua y detergente.

5  **Evite siempre el contacto de la carne cruda con otros alimentos.**

6  Las frutas y verduras crudas deben lavarse cuidadosamente.

7  **El agua de uso y consumo debe ser potable.** Ante la duda agregarle 2 gotas de lavandina por cada litro de agua o bien hervirla durante 5 minutos.

8  Consuma leche y otros lácteos pasteurizados y bien conservados en frío.

9  Conserve los alimentos frescos y cocidos en la heladera.

10  No bañe a los niños en aguas contaminadas. Cuide que las piletas de natación privadas y públicas tengan agua adecuadamente clorada.

ANTE CUALQUIER DUDA
CONSULTE A SU PEDIATRA



ASOCIACIÓN DE LUCHA CONTRA EL SÍNDROME URÉMICO HEMOLÍTICO
MONTEVIDEO 665, 5º PISO OFICINA 510 (C.P. 1019), BS. AS., ARGENTINA | TEL/FAX: (011) 4371-1438 | info@lusuh.org.ar | www.lusuh.org.ar