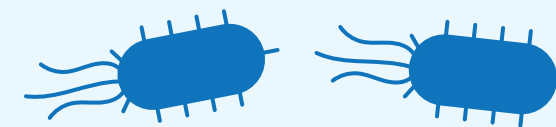


# Proteggi il tuo bambino dalle Infezioni da STEC



Le infezioni da *Escherichia coli* produttore di Shiga tossina (STEC) sono rare ma possono causare malattie anche gravi nei bambini piccoli.

Si manifestano con diarrea (spesso con sangue), crampi addominali e vomito. Tu puoi far molto per prevenire l'infezione nei bambini!! Segui questi semplici passi per ridurre il rischio:

1

**Lava sempre le mani** con acqua calda e sapone dopo aver usato il bagno o cambiato pannolini. Controlla che anche i bambini piccoli si lavino le mani spesso e correttamente!

2

**Cuoci bene tutti i cibi** soprattutto quelli a base di carne bovina macinata (polpette, hamburger). Assicurati che il cuore del prodotto non rimanga rosato e sia ben cotto. **Evita cotture al sangue**



3

Se acquisti **latte crudo** (non pastorizzato) ricordati di seguire le indicazioni d'uso e di farlo **bollire prima del consumo**

4

Se acquisti **formaggi e latticini**, prediligi per il tuo bambino i prodotti **a base di latte pastorizzato** o trattato termicamente



5

Segui le indicazioni in etichetta per la preparazione e consumo degli alimenti. **Lava frutta e verdura**. Non far consumare ai bambini l'impasto crudo di biscotti e torte prima della cottura

6

Quando cucini **separa carni crude e verdure crude** dagli altri alimenti pronti per il consumo

7

**Lava taglieri, coltelli, utensili**, piani di lavoro subito dopo aver maneggiato cibi crudi



8

Se qualcuno in famiglia ha mal di pancia... è bene evitare che cucini. **Dopo ogni scarica usa guanti e candeggina domestica** per sanificare sanitari e altre superfici



9

Gite all'aperto e il contatto con gli animali sono sempre occasione di benessere e crescita. Ricordati però di **lavare bene le mani e cambiare le scarpe** dopo essere entrato in contatto con gli animali e il loro ambiente. Controlla che anche i bambini facciano lo stesso



10

Piscine e piscinette a casa e al mare migliorano il benessere dei bambini se l'**acqua è sicura, pulita e sempre fresca**

**Per maggiori informazioni rivolgiti al tuo pediatra**