

Prevención de las Náuseas y la Diarrea - Serie de correos electrónicos



A continuación, encontrará contenido e imágenes redactados previamente que se pueden utilizar en una campaña de correo electrónico para ayudar a educar a los empleados sobre cómo prevenir las náuseas y la diarrea. No dude en compartir esto con sus empleados; También puede incluir información sobre cualquier servicio de telesalud (si está disponible) y otras características del plan de salud.

correo electrónico 1



Náuseas y Diarrea: factores de riesgo y prevención

Todos conocemos los signos y síntomas de las náuseas y la diarrea; primero puede perder el apetito o sentir que está a punto de enfermarse. Puede sentirse mareado y aturdido, o tener calambres estomacales; incluso puede empezar a sudar frío. Esto puede ser una señal de que algo siniestro ha entrado en su cuerpo: ¡bacterias! ¡Virus! ¡Incluso los parásitos! Pero, ¿de dónde vienen estas cosas? Es posible que haya organismos nocivos al acecho en la comida y el agua, que viajen a su cuerpo y lo enfermen. Entonces, ¿qué puede hacer usted al respecto?

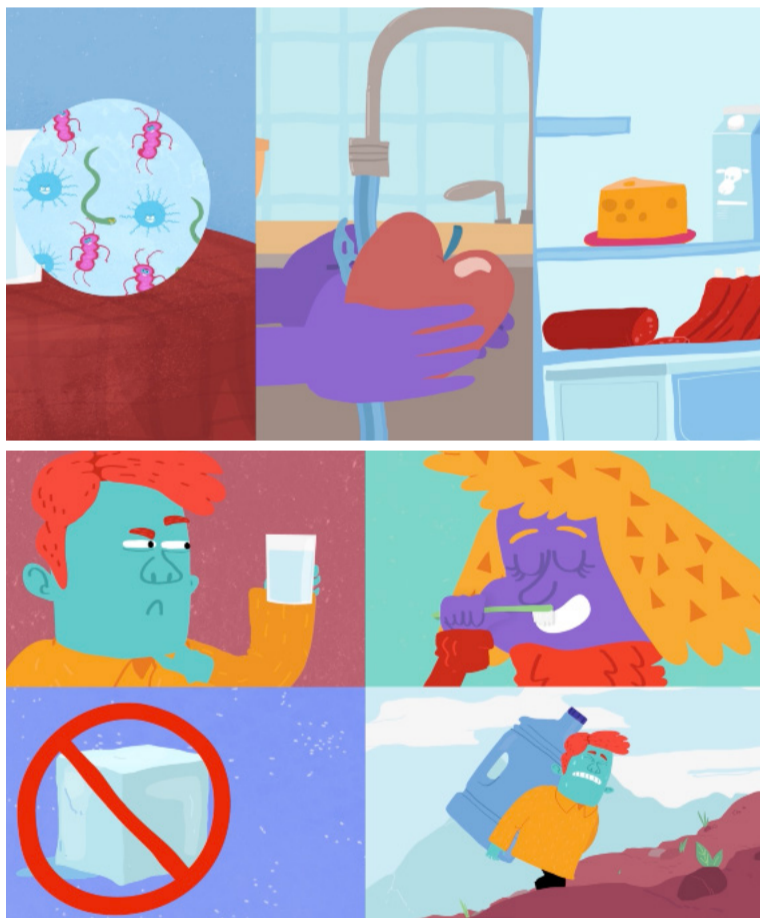
Durante los próximos días, le proporcionaremos información sobre cómo protegerse evitando las enfermedades transmitidas por los alimentos y el agua. Mientras tanto, lo invitamos a ver este video para conocer las causas, los factores de riesgo y la prevención:

www.geb.com/employee-benefits/health/health-resource-centre/health-kits/nausea-diarrhoea-spanish

Esta campaña es presentada por la Red de Beneficios para Empleados de Generali **geb.com**

La información no está diseñada para brindar asesoramiento médico. Las personas deben consultar a su propio profesional de la salud para obtener orientación sobre todos los asuntos de salud.

correo electrónico 2



Prevenir las Náuseas y la Diarrea

Para prevenir las Náuseas y la Diarrea causadas por enfermedades transmitidas por los alimentos:

- Lávese siempre las manos con agua limpia y jabón antes de comer o preparar alimentos
- Lave las frutas y verduras con agua limpia antes de comerlas y cocinarlas.
- Mantenga la carne y los productos lácteos refrigerados hasta que esté listo para consumirlos / cocinarlos
- Tenga en cuenta las fechas de vencimiento de los alimentos
- Revise los alimentos visualmente y por el olfato para detectar cualquier olor sospechoso.
- Mantenga siempre los alimentos crudos separados de otros alimentos para evitar la contaminación cruzada.
- Para matar las bacterias, los alimentos deben cocinarse bien
- No olvide desinfectar periódicamente las superficies y el equipo de trabajo

Las enfermedades transmitidas por el agua también se pueden transmitir a través del agua potable. El agua del grifo no es potable en muchos países, por lo que si no está seguro de la calidad del agua, tome las precauciones adecuadas:

- Use agua embotellada para cepillarse los dientes
- Manténgase alejado de los cubitos de hielo
- Siempre lleve suficiente agua limpia cuando viaje

Esta campaña es presentada por la Red de Beneficios para Empleados de Generali **geb.com**

La información no está diseñada para brindar asesoramiento médico. Las personas deben consultar a su propio profesional de la salud para obtener orientación sobre todos los asuntos de salud.