

# Usa agua de calidad bacteriológica

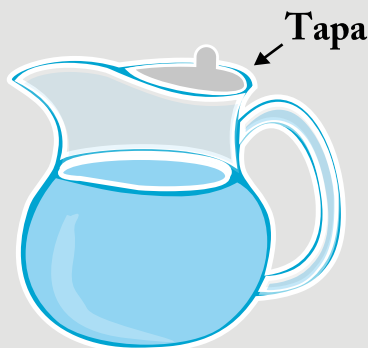
Si en tu comunidad no cuentas con agua potable, aplica estas medidas para conservar tu salud

1



Para beber o cocinar (incluyendo salsas), utiliza sólo agua desinfectada con una gota de plata coloidal, o dos gotas de cloro, por litro y déjala reposar durante media hora o hiévela por tres minutos.

2



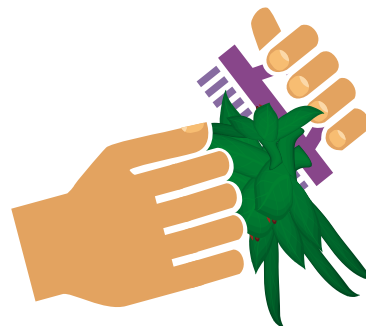
El agua hervida o desinfectada deposítala en recipientes limpios de preferencia con tapa y de poco volumen, donde puedas servir directamente sin introducir las manos, tazas o cucharones.

3



Recuerda que todos debemos lavarnos las manos antes de comer o preparar alimentos y después de ir al baño.

4



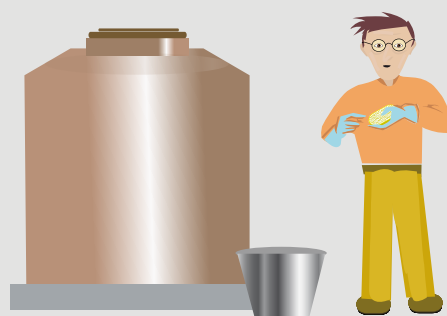
Lava con agua limpia frutas y verduras frótandolas, en especial las hojas de lechuga, cilantro, perejil, pápalo y col.

5



Lava y desinfecta los depósitos de almacenamiento de agua por lo menos cada 6 meses.

6



Recuerda mantenerlos con tapa.