

# 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.

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 pasteurizzato) 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 prodotti **a base di latte pasteurizzato** o trattato termicamente. Leggi sempre le indicazioni di consumo riportate sulle etichette e in negozio.

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