

# CUIDADOS BÁSICOS EM SITUAÇÃO DE ENCHENTES



05. Deixe entrar água na caixa até encher e acrescente 1 litro de hipoclorito de sódio (2,5%) para cada 1.000 litros de água. Na falta de hipoclorito de sódio, poderá ser utilizada água sanitária que contenha apenas hipoclorito de sódio (NaClO) e água (H<sub>2</sub>O).
06. Aguarde por duas horas para desinfecção do reservatório.
07. Esvazie a caixa d'água novamente para que a água com hipoclorito limpe e desinfete as tubulações. Esta água não deve ser utilizada para consumo humano, apenas para limpeza de pisos e calçadas.
08. Tampe a caixa d'água para que não entrem pequenos animais, ratos ou insetos.
09. Anote a data da limpeza do lado de fora da caixa.
10. Finalmente abra a entrada de água.

## ATENÇÃO

Se você ficar doente, procure a unidade de saúde e lembre-se de contar para o médico o seu contato com a água de enchente.

## NÃO SE AUTOMEDIQUE

### Principais riscos à saúde causados pelas enchentes:

Leptospirose, hepatite A, diarreias, doenças respiratórias, tétano acidental, febre tifóide, cólera, acidentes com animais peçonhentos e transtornos psicossociais.

## Ao retornar para casa

- Só retorne após liberação pela Defesa Civil ou órgão equivalente.
- Inspeção a residência e volte a habitá-la somente depois de se assegurar que não há risco de desabamento.
- Retire a sujeira deixada pela enchente.
- Dê um destino adequado aos animais mortos.
- Não deixe as crianças sozinhas. Não as exponha a imagens dolorosas, violentas ou repetidas, do evento.
- Evite atravessar rios ou lugares inundados a pé, em animais ou veículos sem o apoio de pessoal especializado.
- Evite atravessar pontes que podem estar danificadas.
- Busque orientação antes de reconstruir sua casa para evitar sofrer novas perdas por enchentes.

**Tabela 1. Água para consumo humano**

A água para consumo humano deve ser filtrada (com filtro doméstico, coador de papel ou pano limpo), e, posteriormente, fervida. A fervura da água elimina bactérias, vírus e parasitas; por isso, é o método preferencial para tratamento da água de consumo humano. Caso não seja possível ferver, obter água de uma fonte que não tenha sido contaminada por esgoto e realizar a filtração (com filtro doméstico, coador de papel ou pano limpo) e posterior tratamento com hipoclorito de sódio (2,5%).

Água	Hipoclorito de sódio (2,5%)	Modo de higienização
1 litro	2 gotas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Para cada litro de água para consumo humano, adicionar duas gotas de hipoclorito de sódio (2,5%);</li> <li>• Deixar repousar por 15 minutos.</li> </ul>
20 litros	1 colher das de chá	
200 litros	1 colher das de sopa	
1.000 litros	2 copinhos de café (descartável)	

**Tabela 2. Recipientes para armazenamento de água, embalagens de alimentos e utensílios domésticos**

Água	Hipoclorito de sódio (2,5%)	
1 litro (5 xícaras das de chá)	2 colher das de sopa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A água para higiene dos recipientes de armazenamento de água, embalagens de alimentos e utensílios domésticos deve ser filtrada (com filtro doméstico, coador de papel ou pano limpo) e passar por um posterior tratamento com hipoclorito;</li> <li>• Lavar o recipiente com água e sabão e enxaguar;</li> <li>• Misturar 2 colheres das de sopa de hipoclorito de sódio (2,5%) ou água sanitária (2,0 a 2,5%) com 1 litro de água e jogar no recipiente.</li> <li>• Cobrir o recipiente e agitar a solução para que entre em contato com toda a superfície interna;</li> <li>• Deixar o recipiente coberto por 15 minutos;</li> <li>• Enxaguar com a água para consumo humano (Tabela 1).</li> <li>• Se for utilizar água sanitária, esta deve conter APENAS hipoclorito de sódio (NaClO) e água (H<sub>2</sub>O).</li> </ul>

**Tabela 3. Frutas, verduras e legumes**

Água	Hipoclorito de sódio (2,5%)	
1 litro (5 xícaras das de chá)	1 colher da de sopa	<p>Obs.: Frutas, verduras e legumes que entraram em contato com a água da enchente devem ser descartadas. As demais devem seguir as orientações abaixo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selecionar, retirando as folhas, parte e unidades deterioradas;</li> <li>• Lavar em água corrente os vegetais folhosos, folha a folha, e as frutas e legumes um a um;</li> <li>• Colocar de molho por 10 minutos em água clorada (1 colher das de sopa de hipoclorito de sódio [2,5%] ou água sanitária – 2,0 a 2,5% – para 1 litro de água);</li> <li>• Enxaguar em água corrente os vegetais folhosos, folha a folha, as frutas e legumes um a um;</li> <li>• Deixar secar naturalmente;</li> <li>• Se for utilizar água sanitária, esta deve conter APENAS hipoclorito de sódio (NaClO) e água (H<sub>2</sub>O).</li> </ul>

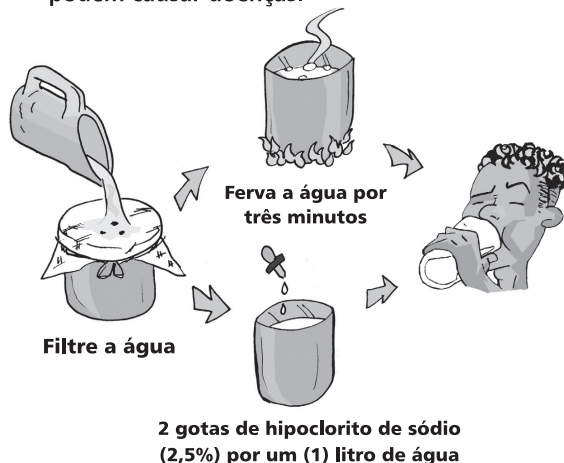
**Tabela 4. Pisos, paredes e bancadas que entraram em contato com a água da enchente**

Água	Hipoclorito de sódio (2,5%)	
20 litros	2 xícaras das de chá/copo americano (400 ml)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Depois de remover a lama e lavar o local, desinfete a área;</li> <li>• Faça uma solução com 20 litros de água com 2 xícaras das de chá de hipoclorito de sódio (2,5%) ou água sanitária (2,0 a 2,5%);</li> <li>• Umedeça panos nessa solução para limpar pisos, paredes e bancadas.</li> </ul>

[www.saude.gov.br/svs](http://www.saude.gov.br/svs)

## Água para consumo humano

- Sempre filtre e ferva a água antes de beber. Isso elimina vírus, bactérias ou parasitas que podem causar doenças.

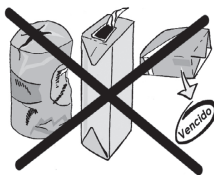


### ATENÇÃO

Todo recipiente utilizado para guardar água deve ser limpo conforme mostra a Tabela 2.

## Na hora de comer

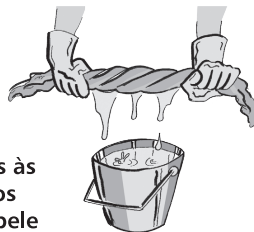
Alimentos que tiveram contato direto com água da enchente não devem ser consumidos. Alimentos cujas embalagens já estavam abertas e que entraram em contato com água da enchente também devem ser descartados.



Alimentos industrializados e embalados em vidro, lata, a vácuo e em caixa tipo "longa vida", que se encontram fechados e sem sinais de alteração, devem ter suas embalagens higienizadas conforme mostra a Tabela de Procedimento de Higienização com hipoclorito de sódio a 2,5%, item 3. Nesta situação, deve-se preparar somente a quantidade a ser consumida. Esses alimentos devem ser consumidos em até 2 horas se mantidos em temperatura ambiente.

## Quando a água começa a baixar

- Antes de começar a limpeza, coloque calça comprida, botas e luvas! Caso não tenha botas e luvas, proteja-se com sacos plásticos amarrados às pernas, pés, mãos e braços para evitar o contato da pele com a água contaminada.
- Será necessário retirar a lama e desinfetar o local. Lave o chão, paredes e objetos com água sanitária (Tabela 4).



## Como evitar a presença de ratos

- A urina de rato pode transmitir doenças como a leptospirose.
- Mantenha os alimentos guardados em recipientes bem fechados, resistentes e distantes do chão.
- Mantenha a cozinha limpa e sem restos de alimentos.
- Retire as sobras de alimento ou ração dos animais domésticos antes de anoitecer.
- Evite o acúmulo de entulhos e objetos sem uso no quintal e dentro da cozinha.
- Mantenha os terrenos baldios e margens dos rios limpos e capinados.
- Guarde o lixo em sacos plásticos bem fechados e em locais altos até a coleta ocorrer.

## Cuidados para evitar o tétano acidental

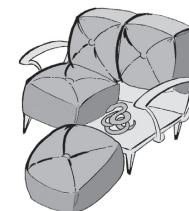
O tétano acidental é uma doença infecciosa não-contagiosa. É causado pela contaminação de ferimentos por bactéria encontrada no solo, em objetos de metal (mesmo que não esteja enferrujado), madeira, vidro, etc. Numa situação de enchente é

preciso estar atento e evitar acidentes que facilitem essa contaminação. A melhor e mais segura forma de prevenção e proteção é por meio da vacinação, disponível no posto de saúde. Se você não se lembra se foi vacinado, procure o serviço de saúde mais próximo e vacine-se.

## Cuidado com serpentes, aranhas ou escorpiões

Nas enchentes não é só a água que traz riscos à sua saúde.

Em situação de enchente, animais peçonhentos como serpentes, aranhas e escorpiões são uma ameaça e você deve estar atento para prevenir picadas.



Os animais peçonhentos invadem as casas, aumentando os riscos de acidentes, principalmente em áreas verdes ou próximas a matagais.

Entre com cuidado em casa e bata colchões, roupas, sapatos, toalhas. Não coloque a mão em buracos ou frestas. Caso encontre um animal peçonhento, afaste-se e entre em contato com o Centro de Zoonoses ou Corpo de Bombeiros.

## Limpeza da caixa d'água passo-a-passo

1. Feche o registro da água e esvazie a caixa d'água, abrindo as torneiras e dando descargas.
2. Quando a caixa estiver quase vazia, feche a saída e utilize a água que restou para a limpeza da caixa e para que a sujeira não desça pelo cano.
3. Esfregue as paredes e o fundo da caixa utilizando panos e escova macia ou esponja. **Nunca use sabão, detergente ou outros produtos.**
4. Retire a água suja que restou da limpeza, usando balde e panos, deixando a caixa totalmente limpa.

