



ASOCIACIÓN DE
ENFERMERÍA COMUNITARIA

RECOMENDACIONES EN SALUD PÚBLICA TRAS INUNDACIONES

MANEJO DEL AGUA

Las inundaciones pueden propagar enfermedades como fiebre tifoidea, cólera, leptospirosis, hepatitis, malaria, dengue y fiebre del Nilo Occidental. Aunque NO son enfermedades endémicas, si que es interesante saber cómo prevenir infecciones en casa:

- Lávate las manos antes de cocinar o comer.
- Lava bien frutas y verduras con agua potable.
- Mantén limpia la cocina.
- Cocina bien los alimentos y guárdalos a una temperatura segura.

Los **manipuladores de alimentos** deben informar si están enfermos y no deben manipular alimentos en caso de fiebre, diarrea, resfriado, tos o infecciones en la piel. También deben usar **equipo de protección** al cocinar.

Cada persona necesita al menos **5 litros de agua potable al día**, y **20 litros para actividades diarias** como cocinar y lavarse. Después de una inundación, consulta si el agua del grifo es segura y asegúrate de tener un plan de emergencia si no lo es.

Anima a las mujeres a **amamantar a sus bebés** si la calidad del agua es incierta. Usa agua no potable solo para limpiar y lavar ropa, y etiqueta esa agua adecuadamente.




Para **desinfectar el agua potable**, hiévela y deja que se enfríe sola (sin añadir hielo). Si no puedes hervir el agua, usa compuestos químicos como cloro o yodo, pero ten en cuenta que estos no eliminan ciertos parásitos como Cryptosporidium.

Para **prevenir infecciones**, las personas en riesgo deben:

- Usar ropa protectora (botas, guantes, gafas, delantales, mascarillas).
- Cubrir heridas con apósitos impermeables.
- **Evitar** o **señalar** el acceso a aguas contaminadas (piscinas, estanques, ríos).
- Lavarse o ducharse después de exponerse a orina o tierra/agua contaminada.
- Lavar y limpiar bien las heridas.
- Evitar salpicaduras de orina y aerosoles, y no tocar animales enfermos o muertos.
- Mantener buenas prácticas de higiene al cuidar o manipular animales.
- Desinfectar áreas contaminadas cuando sea posible (como establos y mataderos).
- Beber agua potable tratada con cloro.



Es fundamental prepararse para inundaciones mediante la creación de un kit de emergencia, la seguridad eléctrica, el manejo adecuado de suministros y la atención a las órdenes de evacuación, asegurando así la protección de la familia y el hogar ante posibles riesgos.

	Para ayudar de manera específica a personas y grupos concretos por la ubicación: https://ayudaterreta.com
	Para voluntari@s sanitari@s: Registro voluntarios DANA - Voluntariado - portemasdx
	Para voluntari@s ciudadan@s: @plataformadevoluntariat
	Ayuda económica a través de nuestra plataforma: https://www.enfermeriacomunitaria.org/web/donacion-aec
	Para puntos de recogida en toda España: @puntosporladana
	Para ayuda directa a todo tipo de protectoras: @faadaorg

BIBLIOGRAFÍA:

1. Wisner B, Adams J, editors. Environmental health in emergencies and disasters: a practical guide. Geneva: World Health Organization; 2002.
2. Harvey P, Baghri S, Reed B. Emergency sanitation: assessment and programme design. WEDC, Loughborough University; 2002.
3. Bruton HD. State health official recommendations for disposal of dead animals in Floyd's aftermath. North Carolina Department of Health and Human Services, 7/29/03. www.dhhs.state.nc.us/pressrel/9-22-99a.htm
4. National Centre for Disease Control. Public Health Guidelines For Flood Events. Delhi: Ministry of Health and Family Government of India; 2019.
5. A Ohi C, Tapsen S. Flooding and human health. BMJ. 2000; 11;321(7270):1167–1168.
6. Dirección General de Salud Pública. Recomendaciones de Salud Pública tras una inundación. Valencia: Generalitat Valenciana; 2024.
7. CDCespanol. Spanish Homepage [Internet]. Cdc.gov. 2024 [citado el 4 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/Spanish/>
8. Plaza-Moreno E. ¿Cómo proteger la salud pública después de una inundación? [Internet]. Blog Urgencias y Emergencias. 2024. Disponibles en: https://www.urgenciasyemergen.com/como-proteger-la-salud-publica-despues-de-una-inundacion/#Recomendaciones_de_salud_publica_y_limpieza_tras_la_DANA