

5

PLAN DE DESECHOS E HIGIENE



Un plan de desechos e higiene resulta esencial para mantener condiciones de vida saludables durante las catástrofes. Los estudios demuestran que es probable que los daños en las infraestructuras de alcantarillado y aguas de alcantarillado demoren mucho más en recuperarse que otros tipos de infraestructuras, como las de suministro de agua potable.

PASOS INICIALES SENCILLOS

- Higiene personal
- Manejo de desechos del grupo familiar y de mascotas
- Manejo de la basura del grupo familiar
- Lavado de ropa durante una catástrofe
- Consideraciones de privacidad
- Consideraciones sobre el sistema séptico



HIGIENE PERSONAL



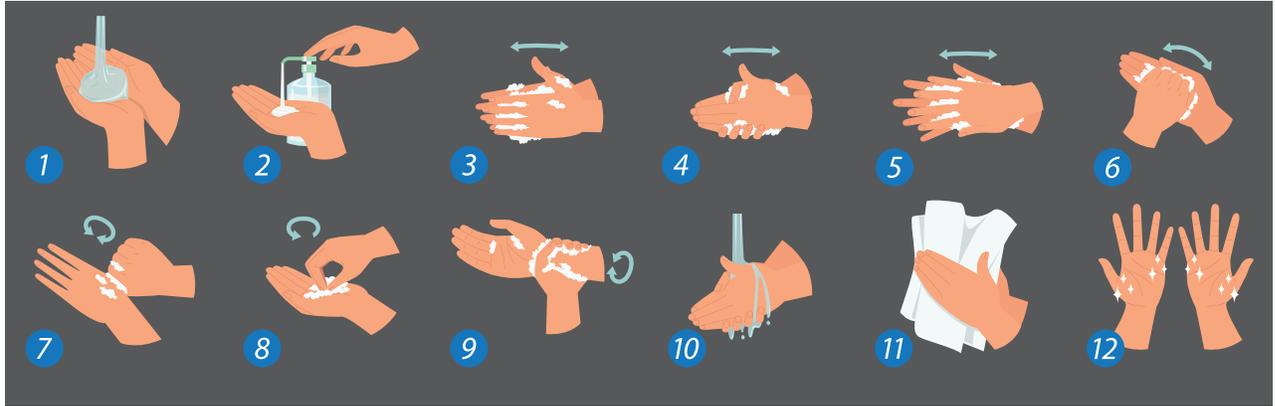
CONSIDERACIONES DE SEGURIDAD

- No se bañe con agua que pueda estar contaminada con aguas de alcantarillado o productos químicos tóxicos, ni en arroyos o lagos contaminados por aguas de inundaciones, aguas de alcantarillado de desechos humanos o desechos de animales.
- No deben bañarse varias personas con la misma agua.
- Si tiene un pozo de agua potable, escuche a las autoridades de salud locales para que le brinden recomendaciones sobre el uso del agua del pozo para ducharse y bañarse.
- Si se ha producido una inundación importante o sospecha que el pozo pudiera estar contaminado, póngase en contacto con el departamento de salud local, estatal o tribal para obtener asesoramiento específico sobre las pruebas y la desinfección de pozos.
- Utilice solo agua limpia para cepillarse los dientes; el agua del grifo puede estar contaminada después de una catástrofe.

Durante las catástrofes prolongadas, en las que cabe la posibilidad de que no se disponga de plomería interior, se debe mantener el cuerpo limpio para evitar infecciones e irritaciones cutáneas. A continuación, se incluyen algunas opciones a corto plazo para ayudar a conservar el agua:

- Toallitas para bebés u otras toallitas de higiene personal.
- Champú seco.
- Gel desinfectante para las manos a base de alcohol.
- Combinación de lejía y agua: agregue 1/8 de cucharadita de lejía por galón de agua, remueva y deje reposar durante 30 minutos.

Lávese las manos con regularidad para evitar la propagación de gérmenes.



MANEJO DE DESECHOS DEL GRUPO FAMILIAR Y DE MASCOTAS



CONSIDERACIONES DE SEGURIDAD

- Lávese siempre bien las manos después de manipular bolsas de desechos humanos y de mascotas.
- Guarde los desechos en bolsas dobles, separados del resto de la basura y alejados del agua y los alimentos.
- Mantenga el jardín limpio de excrementos de animales para limitar las infecciones y las enfermedades.
- No utilice flotadores de piscina como asiento para su sistema de dos cubetas. Acumulan bacterias.
- Etiquete cada cubeta para que todos los miembros del grupo familiar sepan qué desechos van en cada cubeta.

A pesar de lo bien que mantenga el espacio y su cuerpo limpios después de una catástrofe, los desechos humanos pueden enfermarlos a usted y a los demás. Los métodos de manipulación de desechos deben ser sencillos, económicos y capaces de proteger la salud pública limitando la exposición a los desechos. Existen dos métodos para tratar los desechos humanos: Los inodoros de pozo y el sistema de dos cubetas.



1. Inodoro de pozo

También conocido como letrina, un inodoro de pozo es simplemente un agujero en el suelo que recoge los desechos humanos (tanto orina como excrementos) en caso de emergencia. Es ideal para áreas más rurales con amplios espacios abiertos, pero también puede utilizarse en áreas urbanas si se siguen unas pautas de ubicación. Solo necesita una pala para cavar el agujero.

2. Sistema de dos cubetas



Este método requiere cubetas de 5 galones y bolsas de plástico resistentes. Prevea que se produzcan 5 galones de desechos por persona y por semana para saber cuántas cubetas necesitará. Este método resulta ideal para áreas urbanas densas con espacios abiertos limitados y situadas con una capa freática alta. Asegúrese de etiquetar una cubeta para el orín y otra para los excrementos. Separar el orín reduce el volumen y el olor, y hace que el contenido sea más seguro y fácil de almacenar y eliminar.

CÓMO ELIMINAR LOS DESECHOS

Asegúrese de almacenar y eliminar los desechos correctamente para evitar la propagación de enfermedades como la hepatitis A, el E. coli y el C. diff.

En el caso del orín:

- Si es posible, agregue agua a la cubeta para diluir el contenido.
- Vierta sobre el césped, el jardín o el suelo.
- Coloque papel higiénico en la cubeta de los excrementos.

En el caso de los excrementos:

- Cada vez que la use, cúbrala con virutas de corteza, tierra, etc. para ayudar a secar los desechos.
- No llene la cubeta con desechos hasta más de la mitad.
- Guarde los desechos en bolsas dobles, separados del resto de la basura y alejados del agua y los alimentos.
- Asegure los desechos de mascotas, moscas, ratas, etc.

En el caso de los desechos de productos menstruales:

- Los tampones y las compresas desechables deben depositarse en una bolsa de basura separada.
- Si se utiliza una copa menstrual, el contenido puede verterse en un inodoro de pozo o en la cubeta de los excrementos.

Visite www.rdpo.net/emergency-toilet para obtener más información.

MANEJO DE LA BASURA DEL GRUPO FAMILIAR



CONSIDERACIONES DE SEGURIDAD

- No queme plástico, espuma de poliestireno ni otros artículos que liberen toxinas al quemarse.
- Tenga en cuenta las condiciones de sequedad y queme la basura solo en lugares adecuados.
- Cuando entierre la basura, cave un agujero de al menos 4 pies de profundidad y cúbralo con al menos 18 pulgadas de tierra para evitar la infestación de insectos y animales.

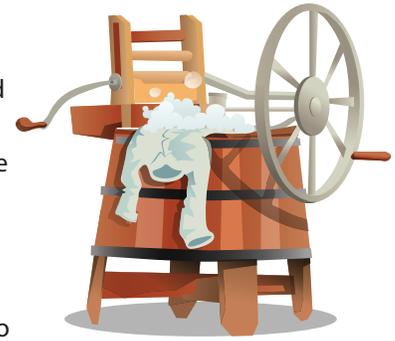
Trabaje para reducir todos los desechos del grupo familiar como práctica cotidiana. De ese modo, no será tan difícil cuando se produzca una catástrofe. Estas son las mejores formas de desechar de la basura del grupo familiar:

- Separe y composte los desechos alimentarios.
- Reduzca el volumen aplastando latas y cajas.
- Compacte según resulte posible.
- Separe y queme la basura si puede.
- Si puede, entierre el papel y la basura compostable en pozos poco profundos. Entierre la basura lo más lejos posible de su vivienda y tenga cuidado con las capas freáticas altas.
- Cubra la basura con tierra, cenizas, cal o bórax para ayudar a controlar los olores.



LAVADO DE ROPA DURANTE UNA CATÁSTROFE

Las catástrofes pueden hacer que se quede sin electricidad y sin la comodidad de los electrodomésticos modernos, como lavadoras y secadoras. Aunque normalmente se pueden llevar prendas exteriores durante varios días antes de lavarlas, cambiar o lavar las prendas interiores, especialmente la ropa interior, ayuda a limitar las infecciones y las irritaciones. A continuación, se indican cuatro formas alternativas de lavar la ropa:



- Método de tabla de lavar:** se trata de frotar el tejido contra sí mismo con las manos o con una tabla de lavar antigua. Es una forma lenta pero confiable de lavar pequeñas cantidades de ropa. 
- Método de la cubeta y el émbolo:** coloque la ropa sucia, el agua y el detergente en una cubeta con un agujero en la tapa para el émbolo. El émbolo se utiliza para agitar la ropa. Puede comprar un modelo de diseño comercial, pero también funciona un émbolo desinfectado de calidad con unos cuantos agujeros perforados en la parte superior de la cúpula de goma. 
- Método de cápsula de lavado:** una cápsula de lavado es una lavadora portátil no eléctrica que se asemeja a una centrifugadora de ensaladas y lava cargas pequeñas y ligeras de ropa. Un galón de agua lavará una sola carga. El agua se drena por la parte inferior y se agrega agua limpia por la parte superior. 
- Método del marinero:** los marineros solían llenar una bolsa de basura negra muy resistente con ropa sucia, agua y jabón. La bolsa negra se valía del sol para calentar el agua y el movimiento del barco agitaba la ropa. Este método puede adaptarse presionando suavemente la bolsa para agitar las prendas. Es un método práctico para lavar artículos grandes como edredones, mantas o sacos de dormir que no caben en cubetas de 5 galones. 



Cuando termine, vierta el agua sobrante en el césped, el jardín o el suelo.

CONSIDERACIONES DE PRIVACIDAD

La creación de espacios privados no siempre es algo en lo que pensamos cuando se trata de planificar una emergencia o catástrofe, pero el acceso a la privacidad puede tener un enorme impacto en la salud y seguridad de las personas después de una catástrofe. La privacidad constituye una consideración importante en situaciones como bañarse y usar el baño, amamantar, cambiarse de ropa y colgar prendas para que se sequen cuando no se cuenta con una secadora.

- Incluya una pantalla o una lona en los preparativos para crear un manto de privacidad donde sea necesario.
- Planifique e incluya en su kit de emergencia el material de enfermería que pudiera necesitar.

CONSIDERACIONES SOBRE EL SISTEMA SÉPTICO

Debe saber dónde se encuentra el sistema séptico y en qué consiste antes de que se produzca una emergencia. También es una buena idea saberlo con fines de mantenimiento. En el condado, puede haber un registro de dónde se instalaron los sistemas sépticos.

A menos que haya una bomba, todos los tanques poseen un tubo de entrada y otro de salida. El nivel normal de las aguas de alcantarillado se sitúa en el nivel de la tubería de salida. La mayoría de las veces, se puede ver esta tubería cuando se abre el acceso al tanque. NO entre en el tanque.

Señales de que el sistema funciona:

- El suministro de agua funciona.
- Cuenta con electricidad (algunos sistemas requieren energía eléctrica para una bomba).
- Se puede tirar de la cadena de los inodoros y los lavabos se drenan correctamente.

Señales de que el sistema no funciona:

- Se ha movido tierra alrededor del sistema séptico.
- Existen zonas anormales húmedas o blandas en el jardín.
- Se perciben olores de alcantarillado.
- El agua o las aguas de alcantarillado se atascan en el sanitario de la planta baja o en los drenajes del suelo.

Si el nivel de su fosa séptica es alto, es posible que las aguas de alcantarillado no salgan de la fosa. Si el nivel es bajo, es posible que la fosa en sí se encuentre en mal estado o que las tuberías entre la casa y la fosa estén dañadas. Normalmente, se puede examinar el nivel de la fosa cuando se cuenta con acceso al punto de inspección en el nivel del suelo.

Si tiene problemas con la fosa séptica:

- Limite el uso de agua en la vivienda y utilice el sistema de dos cubetas o la opción de inodoro de pozo hasta que se realicen las reparaciones.
- Mantenga a las personas y las mascotas alejadas del sistema séptico hasta que vuelva a estar en servicio.
- Recorra únicamente a un profesional autorizado para reparar o sustituir el sistema séptico.
- Si las aguas de alcantarillado permanecen bajo tierra y no se desbordan, no debería haber problemas con el uso continuo. Evite toda situación en la que pudiera producirse exposición o contacto con los desechos.

Consideraciones sobre desechos e higiene:

- Utilice guantes sin látex para eliminar los desechos.
- Consulte a su comunidad de propietarios (HOA, por sus siglas en inglés), administrador de la propiedad o vivienda multifamiliar si hay lugares previamente identificados para los inodoros de pozo.
- Conozca dónde se encuentran los servicios subterráneos para evitar chocar con una línea de servicios que pudiera dañar su sistema o demorar el retorno al servicio.

