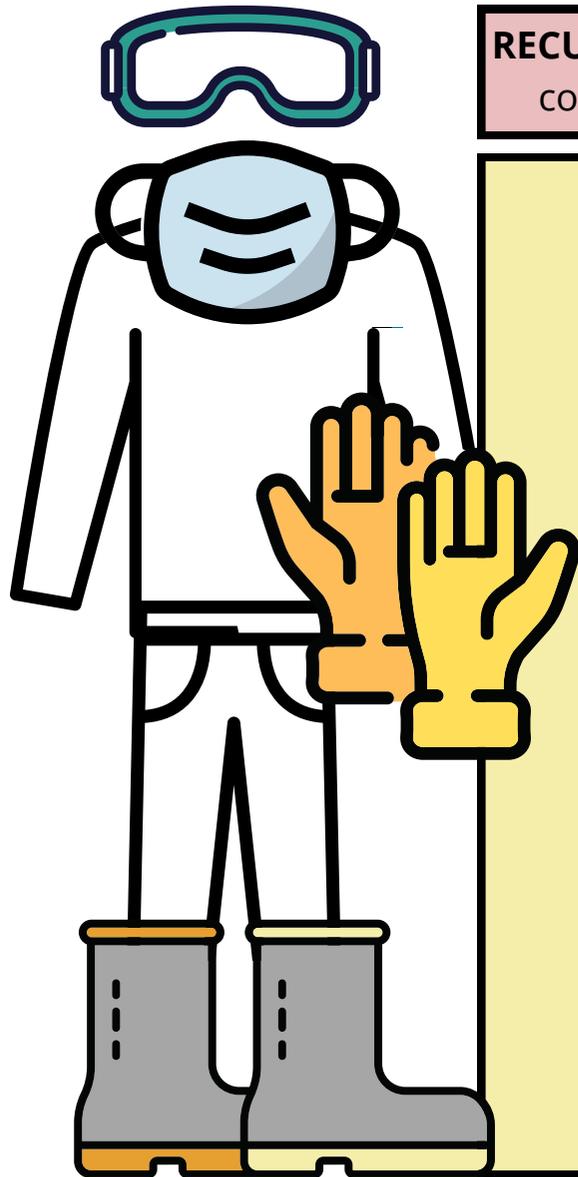


RECOMENDACIONES DE SALUD PÚBLICA DURANTE LAS TAREAS DE LIMPIEZA

para la población y voluntarios de la inundación por la DANA



RECUERDA: niños, embarazadas y personas con problemas respiratorios, como asma, o con el sistema inmunitario debilitado no deben participar en las tareas de limpieza

Gafas de protección ocular frente a salpicaduras y casco si se van a manejar cargas por encima de la cabeza o entrar en estructuras

Mascarilla (preferiblemente FFP2) para protección de boca de salpicaduras y parcialmente de inhalar partículas en ambientes con polvo o residuos

Guantes de trabajo impermeables y resistentes a productos químicos, para proteger las manos de posibles heridas y del contacto con agua contaminada

Ropa resistente, pantalones impermeables y largos, así como camisetas de manga larga. Si es posible, chaleco reflectante

Botas impermeables de suela gruesa y caña alta para protección de pies y riesgo de cortes (tipo pesca)



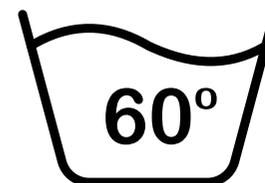
Pequeño **kit para cura de heridas** (tijera, desinfectante, gasas, esparadrapo) que debe utilizarse de inmediato en caso de alguna lesión cutánea



Beber **agua embotellada**



Higiene de manos **con agua y jabón y en su defecto gel hidroalcohólico**
Una vez finalizado el trabajo debe realizarse un lavado enérgico con **agua y jabón** de todas las zonas expuestas



Si sospechamos que nuestra **ropa** ha sido contaminada, debemos quitarla una vez estemos en un lugar seguro y **lavarla a más de 60°**

RECOMENDACIONES DE SALUD PÚBLICA DURANTE LAS TAREAS DE LIMPIEZA

para la población y voluntarios de la inundación por la DANA

Más información:



Recomendaciones para el voluntariado que ayuda en Valencia

Los entornos de trabajo en situaciones de catástrofe son complejos y devastadores.

En el caso de una riada como la sucedida en la Comunidad Valenciana hay que tener en cuenta que estamos trabajando en un entorno de aguas residuales que pueden contener: productos que pueden ser potencialmente tóxicos, residuos que estén depositados en el suelo, agentes infecciosos y proliferación de vectores.

Sigue las indicaciones de quien esté al mando.

Lleva un pequeño kit para cura de heridas.

Es importante moverse con precaución, ya que en zonas inundadas no se ven alcantarillas abiertas, socavones u objetos que pueden dañar.

Puede volver la electricidad en cualquier momento.

Asegúrate de que están cortados el gas y la electricidad antes de trabajar en un área.

Ante cualquier síntoma anormal en la salud debemos buscar ayuda sanitaria y recordemos actuar bajo las indicaciones de los organismos oficiales.

- 1 Utiliza unas medidas de protección básicas: botas de pesca, guantes de trabajo impermeables, ropa resistente, mascarillas, gafas de protección.
- 2 Lleva agua embotellada y comida.
- 3 No entrar en estructuras dañadas o derruidas que no han sido aseguradas.
- 4 Comunicar inmediatamente a las autoridades responsables de la zona el hallazgo de personas perdidas o fallecidas.
- 5 Tras el trabajo, lávate con agua y jabón todas las zonas expuestas y lava la ropa.

www.semes.org

RIESGOS TRAS INUNDACIONES PRECAUCIÓN ENFERMEDADES INFECCIOSAS Y ACCIDENTES



1 Vehículos

Los coches eléctricos pueden incendiarse. Los vehículos pueden desplazarse y caerse encima de la gente. Los vidrios y la chapa son altamente cortantes.

2 Gases tóxicos

Después de una inundación, se pueden liberar gases tóxicos de productos químicos almacenados y metano. Evita acceder a lugares inundados no ventilados.

Abre ventanas cuando accedas a limpiar.

3 Generadores

No uses un generador en espacios cerrados como garajes o sótanos. Utiliza siempre el generador al aire libre y alejado de puertas y ventanas para evitar intoxicación por monóxido de carbono (CO). El generador debe estar seco para evitar descargas. Antes de poner más gasolina en el generador, apágalo y déjalo enfriar.

4 Equipamiento

- Usa botas altas de goma para evitar el contacto con el agua y protegerte de accidentes.
- Usa ropa que cubra brazos y piernas y repelentes de mosquitos para evitar su picadura.
- Protégete con mascarillas FFP2, usa guantes de trabajo de goma. Utiliza gafas protectoras. Cámbiate de ropa tras lavarte.

5 Evita infecciones

- Lávate las manos y usa gel hidroalcohólico a menudo. Consume solo agua embotellada. No comas alimentos que hayan estado en contacto con el agua estancada.
- Evita el contacto directo con la piel con objetos sumergidos. Si te cortas o pinchas, lava y desinfecta inmediatamente la herida.
- En caso de encontrar algún cadáver de un animal, no lo toques y avisa para su retirada.
- Mantén alejadas las basuras y residuos orgánicos.
- Ventila, limpia, desinfecta y seca todos los espacios cerrados para evitar la proliferación de moho. Cuando llegues a casa, lava toda tu ropa con agua a 60° mínimo.

6 Signos de alerta

Si te sientes mareado, aléjate del lugar donde estás y avisa a otras personas para que se alejen. Ante signos de intoxicación respiratoria o digestiva tras la exposición al agua, debes acudir a un centro sanitario de inmediato.

RECOMENDACIONES DE SALUD PÚBLICA DURANTE LAS TAREAS DE LIMPIEZA

para la población y voluntarios de la inundación por la DANA

Más información:

Salud pública tras la DANA

RECOMENDACIONES DE LIMPIEZA

- Evitar que participen personas con problemas respiratorios, inmunodeprimidas, niños y embarazadas.
- Usar ropa de manga larga, pantalón largo, mascarilla, protector ocular y guantes.
- Lavarse las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico tras retirarse los guantes.
- Lavar con agua caliente y detergente la ropa contaminada con aguas residuales.
- Ventilar las estancias y desinfectar suelos y paredes. Retirar mobiliario mojado.



Salud pública tras la DANA

RECOMENDACIONES DE ALIMENTACIÓN

- Consumir agua según indicaciones locales y optar por agua embotellada en caso de duda.
- No consumir alimentos en contacto con agua de inundación, excepto latas de conserva limpiadas.
- Desechar alimentos húmedos que no puedan limpiarse y secarse completamente en 48 horas.
- Mantener basura y restos orgánicos separados del contacto humano y de otros objetos.
- Seguir las recomendaciones de las entidades locales para garantizar la seguridad alimentaria.



Salud pública tras la DANA

RECOMENDACIONES DE SEGURIDAD

- Desconectar electricidad y gas para evitar riesgos de incendio o explosión durante y después de las labores de limpieza.
- Situar los generadores a una distancia mínima de 5 metros de puertas, ventanas y rejillas de ventilación para no acumular gases perjudiciales.
- No encender vehículos dentro de garajes cerrados, aunque la puerta esté abierta, para prevenir intoxicación por monóxido de carbono.
- Mantener el motor del equipo de lavado a presión en exteriores, lejos de puertas y ventanas, para evitar la acumulación de gases.



Fuente: Ministerio de Sanidad

<https://www.sanidad.gob.es/gabinete/notasPrensa.do?id=6550>

RECOMENDACIONES DE SALUD PÚBLICA DURANTE LAS TAREAS DE LIMPIEZA

para la población y voluntarios de la inundación por la DANA

Más información:



Dirección General de Salud Pública
Subdirección General de Seguridad Alimentaria,
Laboratorios de Salud Pública y Sanidad Ambiental
C/ Misser Masó, 31-33 - 46010 Valencia
012/960 866 000
dgsa@gva.es - www.gva.es

Recomendaciones de Salud Pública tras una inundación

Al margen de las implicaciones inmediatas, las inundaciones pueden tener una influencia negativa en la salud a medio plazo por lo que se deben tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

A.- Los niños, las mujeres embarazadas y las personas con problemas respiratorios, como asma, o con el sistema inmunitario debilitado no deben participar en las tareas de limpieza.

B.- En el proceso de limpieza se deben tener en cuenta las siguientes consideraciones:

- 1 -Cortar el gas y la electricidad
- 2- Protegerse nariz,boca y ojos, usar pantalones y camisas de manga larga, guantes protectores y botas de goma
- 3- Abrir las ventanas y puertas para ventilar
- 4- Retirar todos los enseres mojados, el agua estancada, lodo y barro
- 5.- Limpiar las paredes y suelos y desinfectar (Ej: Lejía).
- 6- En el caso de encontrar cadáveres de animales deben manipularse lo menos posible, usando el equipo de protección correcto. Evite el contacto con los fluidos corporales y siga las instrucciones del ayuntamiento para deshacerse de ellos.

C.- Siga las recomendaciones de su Ayuntamiento en cuanto al suministro y consumo del agua.

D.- Intoxicaciones por monóxido de carbono (CO):

- No utilice generadores portátiles que funcionen con gasolina o diésel, propano o equipos para quemar carbón y otros dispositivos en el interior de la vivienda. Use los generadores a una distancia de al menos 5 metros de cualquier puerta, ventana o rejilla de ventilación.

- Si usa una máquina de lavado a presión, asegúrese de que el motor quede fuera y a una distancia de al menos 5 metros de las puertas, ventanas o rejillas de ventilación. No deje encendido el motor de su vehículo dentro de un garaje que esté junto a la casa, ni siquiera con el portón abierto.

E.- Conservar ciertos elementos que estuvieron sumergidos en agua puede ser insalubre. En general, los materiales que están húmedos y no pueden limpiarse y secarse por completo en el plazo de 24 a 48 horas deben desecharse, ya que pueden seguir siendo una fuente de proliferación de microorganismos y presencia de moho. Si el moho es abundante protéjase nariz, boca y ojos y use guantes

F.- Las basuras, así como cualquier tipo de residuo orgánico generado deben ser mantenidos aislados de tal forma que no puedan contaminar a otras personas, suelos, agua, etc.

G.- No ingiera ningún alimento que pueda haber estado en contacto directo con el agua de la inundación, salvo latas y envases impermeables, que se deberán secar durante al menos 1 hora antes de abrirlos o guardarlos. Siga siempre las instrucciones de conservación del etiquetado.

Fuente: Generalitat Valenciana

<https://www.san.gva.es/documents/d/portal-del-paciente/doc-20241101-wa0012->

RECOMENDACIONES DE SALUD PÚBLICA DURANTE LAS TAREAS DE LIMPIEZA

para la población y voluntarios de la inundación por la DANA

Más información:



Urgencias y Emergencias®

¿CÓMO PROTEGER LA SALUD PÚBLICA DESPUÉS DE UNA INUNDACIÓN?

Elena Plaza Moreno - Urgencias y Emergencias®
www.urgenciasyemergen.com

The graphic features a black background with a white grid pattern. On the left, there is a white circular logo with a red heart and a pulse line, and the text 'Urgencias y Emergencias®'. Below the logo, the main title '¿CÓMO PROTEGER LA SALUD PÚBLICA DESPUÉS DE UNA INUNDACIÓN?' is written in large, bold, white capital letters. Underneath the title, the author's name 'Elena Plaza Moreno - Urgencias y Emergencias®' and the website 'www.urgenciasyemergen.com' are listed in a smaller white font. On the right side of the graphic, there is a photograph showing several cars parked on a street, completely covered in thick, brown mud. The cars are of various colors, including black, white, and light blue. The background of the photograph shows a brick building and a clear sky.

Fuente: Urgencias y Emergencias

<https://www.urgenciasyemergen.com/como-proteger-la-salud-publica-despues-de-una-inundacion/>

RECOMENDACIONES DE SALUD PÚBLICA DURANTE LAS TAREAS DE LIMPIEZA

para la población y voluntarios de la inundación por la DANA

Más información:



The screenshot shows the top navigation bar of the CDC website with the logo and the word 'Inundaciones'. Below the navigation bar, the date '13 DE AGOSTO DEL 2024' and the language 'ENGLISH (US)' are visible. The main heading is 'Directrices de seguridad: Aguas de inundación'. A section titled 'PUNTOS CLAVE' contains two bullet points: 'Nunca maneje en áreas inundadas. ¡Dé la vuelta, no se ahogue!' and 'No se meta en el agua de inundación. Puede contener muchas cosas que pueden lesionarlo o enfermarlo.'

queridos de las

Tenga en cuenta que las aguas de inundación podrían contener aguas residuales, y que comer o beber cualquier cosa que esté contaminada por estas aguas puede causar una enfermedad diarreica, como una infección por *E. coli* o por *Salmonella*. Para protegerse y proteger a su familia:

- [Lávese las manos](#) después de estar en contacto con agua de inundación. También, asegúrese de lavarles las manos a los niños con agua y jabón a menudo, y siempre antes de las comidas.
- No permita que los niños jueguen en áreas donde haya agua de inundación.
- No les permita jugar con juguetes que hayan sido contaminados por el agua de inundación y no se hayan [desinfectado](#).
- No se bañe en agua que podría estar contaminada con desechos cloacales o sustancias químicas tóxicas. Esto incluye el agua de los ríos, arroyos o lagos que estén contaminados con agua de inundación.

Protéjase de las mordeduras de animales y las picaduras de insectos.

Las aguas de inundación pueden desplazar a los animales, incluidos los insectos y reptiles. Para protegerse y proteger a su familia, esté atento y evite el contacto.

Para obtener más información, consulte: [Protéjase contra los peligros relacionados con los animales y los insectos después de un desastre](#)

RECOMENDACIONES DE SALUD PÚBLICA DURANTE LAS TAREAS DE LIMPIEZA

para la población y voluntarios de la inundación por la DANA

Más información:

Primeros auxilios de heridas después de un desastre natural



El riesgo de lesiones es alto durante un huracán y otros desastres naturales, así como después de que estos han pasado. Las aguas de inundación y el agua estancada traen varios riesgos, como enfermedades infecciosas, daños por sustancias químicas y lesiones. La administración rápida de primeros auxilios puede ayudar a sanar heridas pequeñas y prevenir infecciones.

Toma las siguientes medidas para protegerte y proteger a tu familia:

-  Evita el contacto con aguas de inundación si tienes una herida abierta.
-  Mantén las heridas abiertas lo más limpias posible lavándolas cuidadosamente con agua limpia y jabón.
-  Cubre las heridas abiertas y limpias con vendajes a prueba de agua para reducir la probabilidad de infección.
-  Busca atención médica de inmediato si una herida se pone roja, se inflama o tiene secreciones, o si tienes otros signos de infección como fiebre, mayor dolor, dificultad para respirar, palpitaciones o sientes confusión o aturdimiento.

Cómo tratar las heridas menores:

- Lávate cuidadosamente las manos con agua limpia y jabón si es posible.
- Evita tocar la herida con los dedos mientras la estás tratando (si es posible, usa guantes desechables).
- Retira la ropa y accesorios que estén cerca de la herida.
- Aplica presión directa sobre cualquier herida que sangre para controlar la hemorragia.
- Limpia la herida cuando ya no esté sangrando.
 - Examina la herida para ver si hay suciedad u objetos extraños.
 - Moja la herida cuidadosamente con agua embotellada o agua limpia de la llave (es preferible usar solución salina si está disponible).
 - Limpia cuidadosamente alrededor de la herida con agua limpia y jabón.
 - Seca la herida con palmaditas, sin frotar, y cúbrela con una venda adhesiva o un paño limpio seco.
- No cubras las heridas, mordeduras o heridas punzantes que no hayan sido limpiadas. Las heridas que no se han limpiado correctamente pueden retener bacterias y causar infecciones.
- Si es posible, proporciona medicamentos para calmar el dolor.
- Revisa la herida cada 24 horas.

Busca atención médica tan pronto como sea posible si:

- hay un objeto extraño (tierra, madera, metal u otro tipo de objeto) enterrado en la herida;
- la herida fue provocada por la mordedura de un animal;
- la herida fue causada por un objeto punzante sucio;
- la herida está infectada (hay dolor, hinchazón, enrojecimiento, supuración o te da fiebre);
- tienes signos de septicemia como confusión o desorientación, dificultad para respirar, palpitaciones, fiebre o escalofríos, mucho dolor o malestar, o piel fría, húmeda o sudorosa.

Si tienes heridas, debe hacerse una evaluación que determine si necesitas una vacuna contra el tétanos. Si tienes una herida punzante o una herida contaminada con materia fecal, tierra o saliva, pídele a un profesional de la salud que determine, con base en tu expediente médico, si necesitas una vacuna de refuerzo contra el tétanos.



Más información:
<https://www.cdc.gov/es/disasters/woundcare.html>

CS285676-B 28 octubre 2017 03.28563

Fuente: CDC https://www.cdc.gov/disasters/00_images/woundcare/wound-care-spanish-508.pdf

RECOMENDACIONES DE SALUD PÚBLICA DURANTE LAS TAREAS DE LIMPIEZA

para la población y voluntarios de la inundación por la DANA

Más información: Limpieza con solución de lejía (bleach) para eliminar el moho

CDC Desastres naturales

EXPLORAR TEMAS

25 DE ABRIL DEL 2024 ENGLISH (US)

Cómo limpiar y desinfectar de manera segura con blanqueador con cloro (*bleach*)

PUNTOS CLAVE

- Es importante limpiar y desinfectar la casa después de una emergencia para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades.
- Tome medidas para limpiar y desinfectar de manera segura con blanqueador con cloro (*bleach*) después de un desastre natural.

Crecimiento de moho en superficies sólidas

Ejemplos: pisos, estufas (cocinas), fregaderos, lavamanos, ciertos juguetes, mesones, cubiertos, platos y herramientas.

Cantidad de blanqueador con cloro	<ul style="list-style-type: none">• 1 taza (8 onzas o 240 mililitros)
Cantidad de agua	<ul style="list-style-type: none">• 1 galón (3.8 litros)
Pasos para la limpieza	<ul style="list-style-type: none">• Mezcle 1 taza (240 mililitros) de blanqueador con cloro en 1 galón de agua.• Lave las superficies con la solución de blanqueador con cloro.• Si las superficies son ásperas, restriéguelas con un cepillo de cerda dura.• Enjuague las superficies con agua limpia.• Déjelas secarse al aire.

Fuente: CDC <https://www.cdc.gov/natural-disasters/es/safety/como-limpiar-y-desinfectar-de-manera-segura-con-blanqueador-con-cloro-bleach.html>