

# SES-MG faz alerta sobre cuidados com a saúde durante o período chuvoso

01 de Dezembro de 2017 , 18:27

Atualizado em 14 de Dezembro de 2017 , 15:40

A [Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais \(SES-MG\)](#) alerta a população para os cuidados necessários à proteção da saúde e vida das pessoas durante o período chuvoso, quando ocorrem eventos adversos, tais como: chuvas intensas e/ou prolongadas, inundação (enchentes e enxurradas), deslizamento, alagamento, granizo, vendaval, descarga atmosférica, dentre outros.

Na ocorrência das chuvas, aumentam os riscos de aparecimento de doenças como: leptospirose, hepatites infecciosas, diarreias agudas, febre tifoide, dengue, chikungunya, zika, doenças dermatológicas e respiratórias infecciosas, e acidentes por animais peçonhentos devendo ser redobrados os cuidados gerais com a água e os alimentos consumidos, com a higiene pessoal e do ambiente, com o destino das fezes e do lixo.

**Veja também no "Blog da Saúde MG":**

- [SERVAS e Cruz Vermelha recebem doações para cidades atingidas pela chuva](#)

## **CUIDADOS COM A ÁGUA PARA USO DOMÉSTICO E CONSUMO HUMANO:**

- A água usada para beber, para uso pessoal e para fazer comida deve ser tratada, antes do seu uso, da seguinte maneira:
- Filtrar ou coar a água com filtro doméstico, coador de papel ou pano limpo.
- **APLICAR 2 (DUAS) GOTAS DE HIPOCLORITO DE SÓDIO A 2,5%, A CADA 1 (UM) LITRO DE ÁGUA.**
- Deve-se aguardar 30 minutos para poder consumir a água.

Na falta do Hipoclorito, é necessário filtrar e ferver a água a ser consumida: Filtrar ou coar a água com filtro doméstico, coador de papel ou pano limpo. Ferver a água que você vai utilizar para consumo durante 5 minutos. Logo após, "bata" a água, passando o líquido de uma vasilha limpa para outra vasilha limpa. Este procedimento de "bater" a água fervida permite a sua oxigenação, melhorando o seu sabor.

**Atenção!** Lavar sempre as mãos e braços antes mexer com água, separar e utilizar uma vasilha limpa para armazenar água tratada para beber. A água tratada com hipoclorito de sódio a 2,5% deve ser consumida no mesmo dia.

## **LIMPEZA E DESINFECÇÃO DO RESERVATÓRIO DE ÁGUA (CAIXA D'ÁGUA):**

A caixa d'água deve ser lavada e desinfetada, seguindo as instruções para limpeza e desinfecção:

- Fechar o registro (ou boia), impedindo a entrada de água na caixa. Remova toda a água da caixa. Depois lavar o fundo e as paredes com escova e água. Não use sabão, detergente ou outros produtos. Use luvas e botas ou sacos plásticos duplos nas mãos e pés. Retirar a água e resíduos da escovação com panos, deixando a caixa totalmente limpa.
- Encher a caixa com água limpa, acrescentando 1 (um) litro de água sanitária (hipoclorito de sódio a 2,5%) para cada 1000 (um mil) litros de água do reservatório. Deixar agir por duas horas para desinfecção do reservatório e canalizações;
- Passado tempo determinado para desinfecção fechar a entrada de água na caixa (registro ou boia), esvaziar a caixa novamente com a mistura desinfetante (abrir torneiras e ativar a descarga). Encher finalmente a caixa com a água para poder ser utilizada.
- Anote do lado de fora da caixa d'água a data da limpeza, repetir o procedimento de limpeza e desinfecção a cada seis meses, mantendo-a sempre protegida e tampada para evitar acesso de

mosquito e outros insetos, roedores e outros pequenos animais.

### **CUIDADOS COM OS ALIMENTOS:**

1. Manter os alimentos devidamente acondicionados, em latas ou recipientes fechados, fora do alcance de roedores, insetos e outros animais.
2. Lavar frequentemente as mãos com água tratada antes de manipular os alimentos.
3. Alimentos em estado natural que tiveram contato com as águas de enchente devem ser inutilizados, pois sofrem transformações quando em contato com as águas da enchente e se contaminam facilmente.
4. Alimentos enlatados devem ser descartados quando as latas estiverem amassadas, enferrujadas ou semiabertas (inutilizar).
5. Alimentos que não devem ser aceitos em caso de doações: sobra de alimentos, leite e derivados não pasteurizados, alimentos perecíveis, ou com prazo de validade vencido.

### **DESINFECÇÃO DOS IMÓVEIS**

Evitar o contato da pele com água e lama de enchentes:

Usar sacos plásticos duplos nas mãos e pés ou luvas e botas. Quando o contato da água for inevitável, a única forma de reduzir os riscos à saúde é permanecer o menor tempo possível em contato com estas águas. Com a ocorrência de algum sintoma da enfermidade, relatar ao médico sobre o contato com águas de enchente ou lama.

### **Limpeza da lama residual das enchentes:**

Se a enchente inundar as residências, após as águas baixarem, será necessário lavar e desinfetar o chão, paredes, objetos caseiros e roupas atingidas. Recomenda-se retirar a lama (protegido com luvas e botas de borracha ou sacos plásticos duplos), pois esta lama tem alto poder infectante e nestas ocasiões fica aderida aos móveis, paredes e chão. Lavar o local com água e sabão, desinfetando a seguir com a solução de água sanitária (hipoclorito de sódio a 2,5%) na seguinte proporção:

- 400 ml ou dois copos “Lagoinha” (Tipo Americano) de água sanitária (hipoclorito de sódio a 2,5%) para 20 litros de água. Utilize esta solução para desinfecção de pisos, paredes e outras superfícies. Deixe secar.

### **EM ÁREAS SUJEITAS A INUNDAÇÕES (ENCHENTES E ENXURRADAS) E ALAGAMENTOS**

Em área de risco tenha sempre de fácil acesso os documentos pessoais e receita médica utilizada, para carregar em caso de emergência se for necessário buscar abrigo seguro, possibilitar a identificação e o atendimento pessoal e da família.

### **Quando começar a chover forte, fique atento!**

Em caso de emergência e contate a Polícia Militar (Disque 190), o Corpo de Bombeiros (Disque 193) e a Defesa Civil do seu município. Mantenha-se informado. Aos primeiros sinais de perigo:

1. Desligue aparelhos elétricos das tomadas e, se possível, a chave geral e feche os registros de água e gás.
2. Procure abrigo em local seguro, alto e seco, ou no ponto de refúgio de seu bairro.
3. Não retorne à área de risco até a liberação pelas autoridades competentes.
4. Não caminhe, brinque, atravesse ou dirija em locais alagados (ruas, pontes, estradas e outros). Evite viajar durante chuvas fortes.
5. Não fique dentro da água (piscina, cachoeira, represa, rios, e outros), evitando riscos frente à descarga atmosférica ou inundações.
6. Não fique em campo aberto, nem próximo de árvores ou postes.

7. Seja solidário. Ajude quem necessitar, sem se expor ao risco.

*Por Jornalismo SES-MG*

[Enviar para impressão](#)