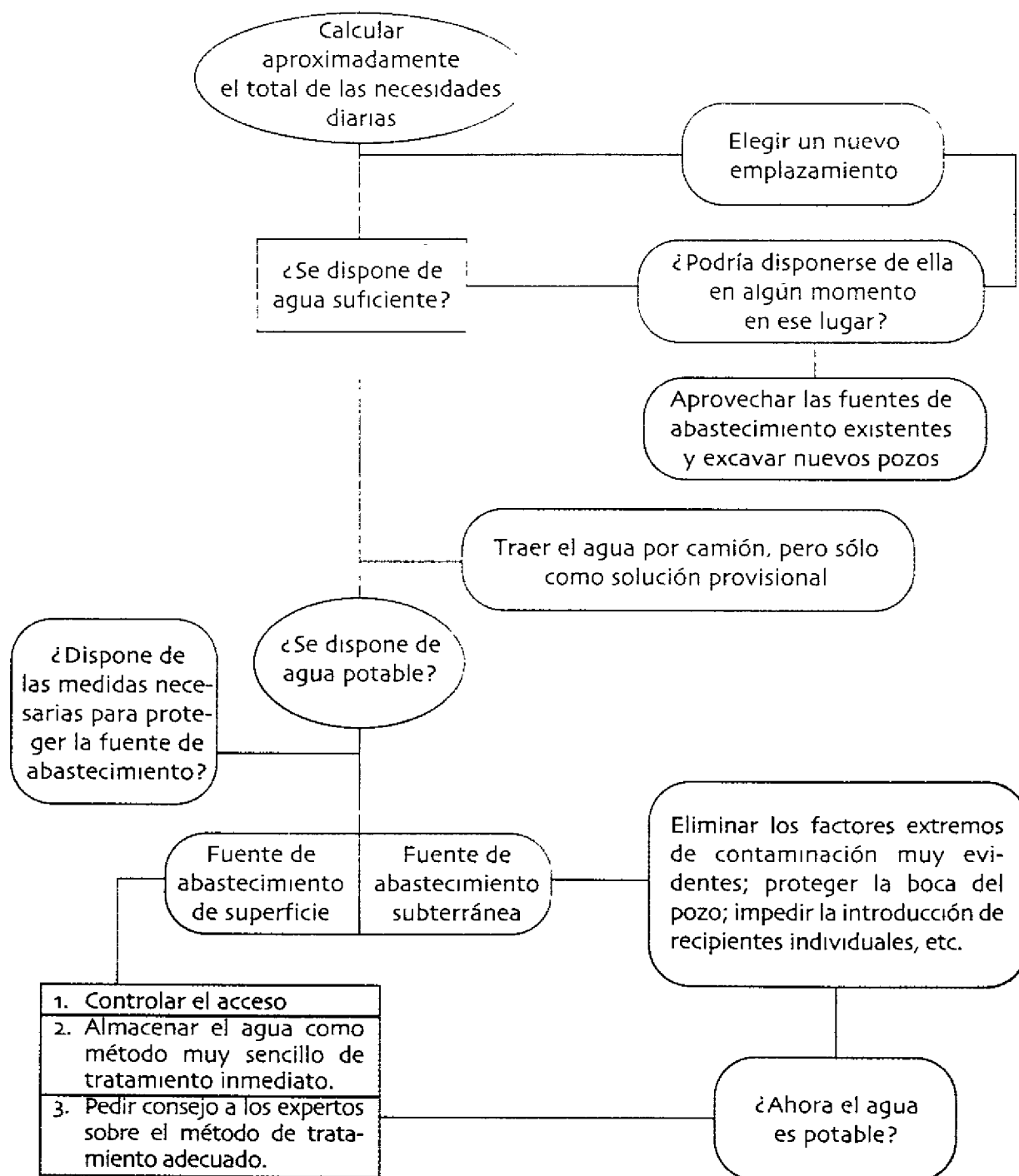


CONSIDERACIONES DE CARÁCTER GENERAL SOBRE LAS FUENTES DE ABASTECIMIENTO DE AGUA

FUENTES DE ABASTECIMIENTO	TRATAMIENTO	EXTRACCIÓN	DISTRIBUCIÓN	OBSERVACIONES
Lluvia	Innecesario	Sencilla: Puede recogerse de tejados adecuados	Recogida individual	Estacional, probablemente no baste para responder a la demanda total.
Agua subterránea				
Manantiales	Innecesario	Sencilla Acceso controlado.	Recogida individual o mediante depósitos de almacenamiento, puede hacerse también a través de un sistema de tuberías.	El rendimiento puede variar según las estaciones.
Pozo profundo (capa frática profunda) Es probable que cada pozo pueda abastecer a muchas personas.	Innecesario	Bomba manual si es posible, bomba de motor si es necesario	Como en el caso de los manantiales.	
Pozo poco profundo (capa frática poco profunda) Es probable que los pozos sean numerosos, a menudo excavados por los propios refugiados.	Innecesario si está bien situado, construido y mantenido.	Bomba manual o a mano con recipiente.	Recogida individual	Como en el caso de los manantiales
Aguas de superficie				
Corriente (por ejemplo, arroyo, río)	A menudo necesario: sedimentación/filtración, cloración.	Acceso controlado. Bomba de motor para llevar el agua al lugar de tratamiento y almacenamiento.	Como en el caso de los manantiales.	El rendimiento varía a menudo según las estaciones
Estancada (por ejemplo, embalse, lago)	Casi siempre necesario: como en el caso anterior.	Como en el caso anterior.	Como en el caso de los manantiales.	

CONSIDERACIONES GENERALES PARA EL ABASTECIMIENTO DE AGUA EN UNA SITUACIÓN DE EMERGENCIA



Suministros de alimentos

ALIMENTACIÓN

Debe evaluarse, tan pronto como sea posible, el número de damnificados y su estado de salud. El control permanente del estado de nutrición permite adaptar los distintos programas de forma que reflejen los cambios producidos en la situación.

Es esencial coordinar el programa o programas de alimentación con los servicios sanitarios y otros servicios colectivos.

La asistencia debe responder a las necesidades alimentarias de los damnificados y resultar aceptable para ellos desde el punto de vista cultural. Los alimentos preparados a nivel local y con ingredientes locales son preferibles a los alimentos especiales importados. Debe prestarse especial atención a los planes de alimentación infantil.

Algunos grupos de damnificados son más propensos a la desnutrición que otros. Entre ellos se encuentran los niños, las mujeres embarazadas y lactantes, los enfermos y las personas de edad avanzada. Es necesario tomar medidas especiales para descubrir a las personas desnutridas y vulnerables y para satisfacer sus necesidades adicionales. Cuando los damnificados hayan sufrido ya una carencia alimentaria prolongada, muchos de ellos se encontrarán desnutridos en el momento de la primera evaluación de su estado de salud y de sus necesidades.

Si los damnificados sufren ya las consecuencias de una carencia alimentaria grave, deben tomarse medidas inmediatas para proporcionarles cualquier tipo de alimentos que puedan encontrarse en el mercado local y que resulten aceptables para ellos. Lo más urgente será satisfacer las necesidades de proteínas.



La cantidad y la calidad de los alimentos suministrados deben satisfacer las necesidades de calorías y de proteínas. Una ración de supervivencia debe proporcionar al menos 1.500 cal, mientras que para la manutención a largo plazo se necesitan

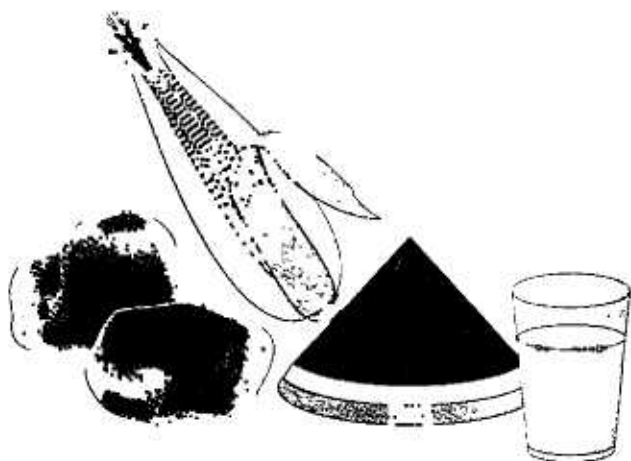


más de 2.500 calorías (y 50 g de proteínas). Los adultos activos pueden necesitar una cantidad de calorías considerablemente mayor. Aunque existe una diferencia considerable entre las necesidades de un niño y las de un adulto activo, se recomienda enfáticamente proporcionar una ración idéntica a todos los damnificados sin distinción. Una ración diaria que proporcione calorías y proteínas suficientes debe constar aproximadamente de:

- Un alimento principal que proporcione la mayor parte de las calorías y las proteínas requeridas, por ejemplo, unos 350-400 g de cereales.
- Un alimento rico en calorías, por ejemplo, unos 20-40 g de aceite.
- Un alimento rico en proteínas, por ejemplo, 50 g de frijoles.

Según las necesidades culturales y de nutrición, deben proporcionarse otros artículos, tales como verduras, azúcar, especias, condimentos, fruta, té y leche. Sin embargo, los alimentos básicos deben considerarse como absolutamente prioritarios. Vale más disponer de una ración compuesta de unos pocos productos cuyo abastecimiento esté asegurado que de una ración completa, parte de cuyos componentes pueden no llegar.

Deben también satisfacer las necesidades de vitaminas y minerales y el mejor modo de conseguirlos es el proporcionar a los damnificados una dieta variada.





Organización de la respuesta alimentaria

La clave del éxito de las operaciones radica en una buena organización y una buena planificación. El dispositivo logístico debe ser tal que garantice el abastecimiento de alimentos suficientes a su debido tiempo. Es necesario disponer de un almacenamiento seguro y adecuado, y los alimentos deben estar protegidos contra los daños producidos por los insectos, los roedores y la lluvia, tanto en el almacén como en casa. Los damnificados deben poder disponer de las ollas y utensilios de cocina necesarios.

Debe presentarse especial atención al abastecimiento de combustible para cocinar. Este es a menudo un grave problema, y la falta de combustible puede acarrear rápidamente la destrucción de la vegetación dentro del emplazamiento y en sus alrededores, causando daños permanentes en el medio ambiente y ocasionando fricciones con la población local. Así pues, puede ser necesario tomar medidas especiales para garantizar el abastecimiento de combustible para cocinar.

A título indicativo, una familia que prepare la comida en una sencilla estufa de leña necesita, aproximadamente, unos 5 kg de leña por día. Es posible que pueda utilizarse la tecnología local para modificar los tipos existentes de cocinas de madera o de carbón con el fin de aumentar el rendimiento del combustible utilizado. En algunas regiones, las cocinas de energía solar pueden ser una solución apropiada al menos para las necesidades colectivas. Actualmente se están construyendo diversos aparatos sencillos de este tipo.





Alimentos cocinados

Este tipo de distribución exige contar con cocinas centralizadas bien dotadas de utensilios, agua y combustible. Generalmente los damnificados comen juntos en un recinto reservado para este fin aunque, en algunas circunstancias las familias pueden llevarse la comida a sus alojamientos. Deben servirse al menos dos comidas por día, y hay que tener en cuenta que es difícil organizar de modo eficaz la distribución de alimentos cocinados para un gran número de personas. En lo que respecta a la ración general, debe evitarse recurrir a la distribución, mientras no se disponga de suficientes utensilios y combustible para cocinar.



CARACTERÍSTICAS DE LOS ALIMENTOS



TIPO DE ALIMENTO	CONTENIDO ENERGÉTICO APROX. POR 100 gr	CONTENIDO PROTEÍNICÓ APROX. POR 100 gr	VITAMINAS Y MINERALES	OBSERVACIONES
Cereales en grano (arroz, maíz, sorgo, avena, etc.)	350 cal	8-12 gr	Contienen vitamina B y hierro cuya cantidad se reduce, sin embargo, al moler el grano; es decir, cuanto más blanca sea la harina, mayor será la pérdida de vitamina.	Son la fuente principal de calorías y de proteínas en la mayor parte de las dietas
Legumbres/semillas oleaginosas (frijoles, arvejas, soja, cacahuets, etc.)	350/500-700 cal. Suministra calorías en forma condensada pero a un costo relativamente elevado, y requiere un almacenamiento cuidadoso.	20-25 gr. Algunas semillas contienen hasta 40% de proteínas, por ejemplo, la soja.	Varias vitaminas del tipo B. La mayoría contiene cantidades considerables de hierro y de calcio.	Las legumbres son especialmente útiles cuando se consumen con cereales, ya que las proteínas de las unas y los otros se complementan entre sí.
Tubérculos y raíces	75-100 cal. En forma de harina contiene 300-350 cal.	Contenido proteínico muy bajo.	Contenido variable pero generalmente bajo.	Por su volumen y bajo contenido proteínico no se recomiendan como alimentos básicos en las situaciones de urgencia
Vegetales y frutas	Bajo contenido calórico.	Bajo contenido proteínico.	Fuente importante de vitaminas. Cantidades variables de vitaminas B y C. Las hojas verde oscuro o de pigmentación amarilla o roja indican por lo general que contienen compuestos de vitamina A.	
Carne, leche y productos lácteos, huevos, etc.	150-550 cal	Varía por lo general entre 10 y 20 gr. excepto en el caso de la leche líquida, que contiene,	Fuente importante de vitamina B. La leche entera y los huevos son también una fuente importante de vitamina A. La leche y los huevos contienen cantidades significativas de calcio.	Suelen consumirse en cantidades muy pequeñas en tiempos normales. El cuerpo humano las asimilaría más fácilmente que las proteínas de origen vegetal, por consiguiente son útiles en pequeñas cantidades para mejorar la calidad de la dieta y hacerla más apetitosa
Pescado seco	300 cal	63 gr	Fuente importante de calcio y hierro. Contiene vitamina B.	Una fuente concentrada de proteínas para aquellos a quienes les guste, por consiguiente es necesario asegurarse de su aceptabilidad antes de utilizarlo.
Aceites y grasas	900 cal, es decir, la fuente más concentrada de calorías.	Nulo	Fuente rica en vitamina A, con excepción del tocino y otras grasas animales y aceites vegetales.	Modo útil de aumentar el contenido energético sin aumentar el volumen de la dieta. Mejora el sabor y facilita la preparación de los alimentos.

Saneamiento Ambiental

Guía para el Manejo de
Alojamientos Temporales

Se deben eliminar de la forma más adecuada los desechos sólidos y las aguas residuales como acción preventiva sobre la salud, anticipando la aparición de criaderos de insectos y de roedores.

Para una correcta manipulación de los alimentos, es necesario aplicar medidas de higiene adecuadas así como una buena limpieza de toda la zona del alojamiento.

Este control permitirá evitar y/o reducir la presencia de enfermedades y sus posibles efectos sobre la población del alojamiento.

Generalmente se considera que el saneamiento ambiental abarca los siguientes aspectos: el abastecimiento de agua potable, la eliminación de los excrementos humanos, de las aguas residuales y de las basuras, la lucha contra los insectos y los roedores, la manipulación de los alimentos con las debidas garantías de higiene y el sistema de desagüe del emplazamiento. Todos estos servicios, así como la presentación de cuidados sanitarios, están estrechamente interrelacionados y deben considerarse en conjunto

La clave para reducir los riesgos sanitarios consiste en establecer un sistema aceptable y práctico de eliminación de los excrementos humanos. Este sistema debe organizarse de acuerdo con los damnificados, deben resultar culturalmente adecuado, aun cuando las circunstancias hagan necesario un plan especial de educación sanitaria y el sistema debe reunir las condiciones necesarias para que los damnificados lo utilicen realmente.

Son además los propios damnificados quienes, en la medida de lo posible, deben hacerse cargo del funcionamiento de los servicios. No obstante, será necesario ejercer algún tipo de control, puesto que la eficacia de los servicios dependerá, en gran medida, de que el mantenimiento y la revisión de los mismos se lleven a cabo con regularidad y minuciosidad.



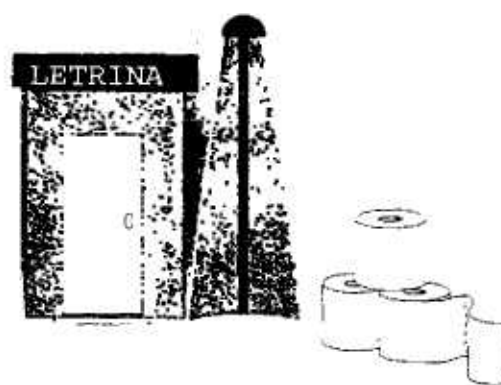


Medidas

- Fijar unos lugares específicos para la defecación e impedir la contaminación de los suministros de agua
- Establecer un sistema apropiado para la eliminación de los excrementos
- Establecer servicios eficaces para la eliminación de las basuras y de las aguas residuales, para la lucha contra los insectos y los roedores, la recogida de los cadáveres, contra el polvo allí donde sea preciso, para la prevención y la lucha contra los incendios
- Establecer un sistema de inspección y de información para todos los servicios ambientales y de saneamiento, vinculado a la inspección sanitaria
- Proporcionar una determinada educación en materia de saneamiento y servicios ambientales, como parte de la educación general sobre salud pública.

Eliminación de los excrementos

- Deben tomarse medidas inmediatas para circunscribir a unos lugares concretos la evacuación de los excrementos e impedir la contaminación del suministro de agua.
- Deben tenerse cuidadosamente en cuenta los factores culturales y físicos.
- Es posible que al principio sea necesario utilizar letrinas de zanja pero en la mayoría de los casos resultan mucho más aconsejables las letrinas unifamiliares.
- Es preciso que las letrinas puedan también utilizarse por la noche y que los usuarios dispongan de lo necesario para su adecuada limpieza anal.



ASPECTOS A CONSIDERAR PARA LA ELIMINACIÓN DE LOS EXCREMENTOS

