



LAVARNOS LAS MANOS
CON AGUA Y CON JABÓN LUEGO
DE HACER USO DEL SANITARIO
PROTEGE NUESTRA SALUD.

Cuando la letrina tiene instalado un tubo de ventilación que evita los malos olores y la presencia de insectos, se llama letrina mejorada o ventilada. No es recomendable construirla en terrenos de alto nivel freático¹. Tampoco se recomienda instalarla sobre aguas superficiales. Se recomienda que la base del pozo se encuentre separada del nivel del agua al menos en 1.5 metros.

Letrina de zanja o de emergencia

Cuando no se cuenta con una letrina sanitaria, se puede usar una letrina de zanja en el patio de la casa.

Para construirla se excava un hoyo de 1.50 m de largo por 50 cm de ancho y 40 cm de profundidad. La tierra de la excavación se amontona para poder usarla posteriormente. Después de cada deposición se coloca encima una capa de tierra y una capa de cal sucesivamente después de cada uso, hasta que se llena el hoyo.

Recomendaciones para el uso y mantenimiento de los sistemas de disposición de excretas

- ▶ El material del bacinete debe ser de fácil limpieza. Así mismo, deben mantenerse aseados los pisos, paredes y alrededores.
- ▶ La distancia mínima entre la letrina y la vivienda será de 5 m.
- ▶ Las letrinas deben estar localizadas como mínimo a 20 m ó 30 m de cualquier fuente de agua para beber.
- ▶ Las letrinas no deben utilizarse para almacenar ningún tipo de materiales u objetos. Se debe evitar igualmente que los animales domésticos penetren o duerman dentro de la caseta.
- ▶ La letrina y su caseta se deben utilizar solamente para la deposición de excretas y orina.

¹ Nivel Freático: Es el nivel del agua en el terreno natural.

- ▶ Se debe evitar que en el foso de la letrina caiga agua lluvia, aguas grises o de lavado, cenizas o algún desinfectante.
- ▶ Las letrinas deben disponer de un tubo de ventilación con una malla para evitar el ingreso de roedores.
- ▶ Se recomienda el uso de tapas herméticas o antimoscas para el bacinete.
- ▶ El tamaño y la posición de la letrina deben facilitar su uso por parte de los niños y las niñas.
- ▶ En el caso de que varias familias usen una misma letrina, se deben establecer los horarios de limpieza y asignar los responsables del mantenimiento.
- ▶ El material de limpieza anal o papel higiénico debe depositarse en un recipiente con tapa y evitar que los animales domésticos tengan acceso a él.
- ▶ La caseta debe mantenerse limpia, libre de otros desechos, tener puerta y estar siempre cerrada.



MANEJO Y DISPOSICIÓN DE AGUAS GRISES O DE LAVADO Y AGUAS RESIDUALES

Definición de aguas grises o de lavado

Las aguas grises o de lavado son las aguas sucias que quedan después de lavar la ropa o los alimentos, asear la vivienda, hacer el aseo personal, bañar animales o realizar otras tareas domésticas. En los sitios donde no existe alcantarillado y cuentan con letrinas como una forma de disponer de excretas, se pueden presentar problemas con las aguas grises, por lo que se debe tener especial cuidado con el escurrimiento de las mismas.

Estas aguas pueden contener microbios, materia orgánica, jabones, grasas y otros contaminantes que representan graves riesgos para la salud humana y para el medio ambiente. El principal problema que acarrearán es que se estancan y se convierten en criaderos de mosquitos. Por esta razón se deben canalizar y disponer adecuadamente para evitar su estancamiento. Una alternativa inmediata para este problema es la construcción de un pozo sumidero



EL MANEJO ADECUADO DE LAS AGUAS GRISES O DE LAVADO PREVIENE LAS ENFERMEDADES Y LA PRESENCIA DE VECTORES.

Pozo sumidero

El sumidero es un hueco excavado en el suelo. Puede ser redondo o cuadrado, y su tamaño varía de acuerdo con la consistencia del suelo y el número de personas que habiten en la casa.

Debe tener tapa de concreto por encima para que no entren ni se reproduzcan los mosquitos. El sumidero debe estar así mismo alejado por lo menos unos 30 m de cualquier pozo o nacimiento de agua.

Los sumideros se deben construir en terrenos secos y sin peligro de inundaciones, a 3 m de una tubería de abastecimiento de agua y mínimo a 3.50 m de una vivienda o sus dependencias.

Los sumideros deben mantenerse siempre cubiertos.

Si no existe un sistema municipal para la disposición de las aguas grises o de lavado se debe organizar un sistema comunal de eliminación de aguas.

Definición de aguas residuales

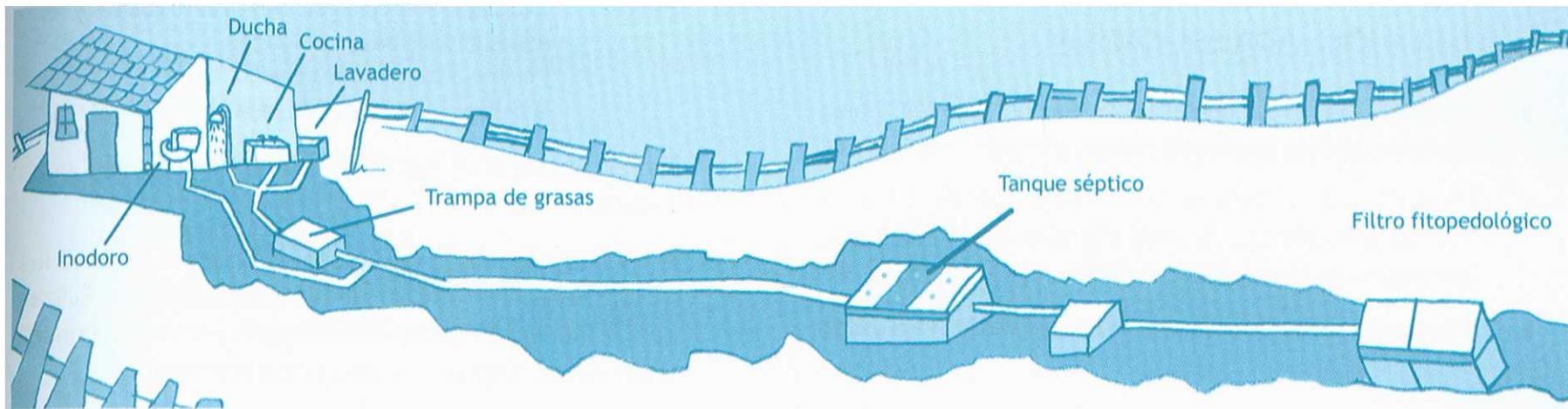
Las aguas residuales son aguas sucias que provienen principalmente de los inodoros e incluyen también aquellas que desechamos después de lavar la ropa, los alimentos, asear la vivienda, hacer el aseo personal, bañar los animales y realizar otras tareas.

Una forma de recoger las aguas residuales de varias casas es el alcantarillado. Por medio del alcantarillado evitamos el daño que nos causaría su evacuación inadecuada.

Otros sistemas de evacuación y tratamiento son los sistemas sépticos y el filtro fitopedológico, llamado también hidropónico de grava.

Los sistemas sépticos están compuestos de trampas de grasa, el tanque séptico, las cajas distribuidoras y los campos de oxidación y pozos de absorción.

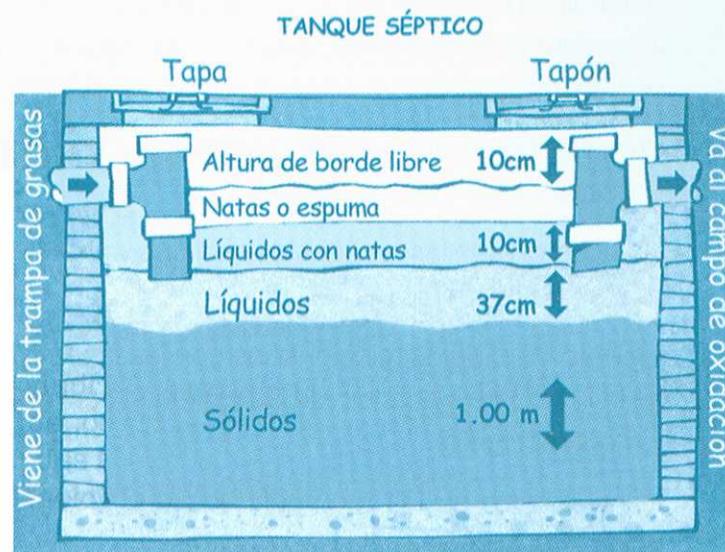




Se recomienda en los sistemas sépticos utilizar el agua en forma prudente para evitar que se saturen, lo mismo que evitar arrojar tapas o basuras que puedan obstruir el sistema.

Al hacer la limpieza del pozo no se debe extraer la totalidad del lodo, ni se debe lavar o desinfectar.

Es preciso igualmente inspeccionar una vez al año el tanque séptico y los pozos y campos de oxidación para observar su funcionamiento.



1. PRESENTACIÓN E INICIACIÓN DE LA JORNADA EDUCATIVA

- Revise que estén presentes todos los participantes, teniendo como base la planilla de registro utilizada en el Taller #1.
- Presente al grupo la agenda de trabajo. Llévela elaborada en una hoja para papelógrafo o entréguela a cada participante en una hoja tamaño carta.
- Explique a los participantes la metodología que va a utilizar.

2. CONTENIDO TÉCNICO

Paso 1: Exploración del concepto de excretas y su manejo en la vivienda

1. Pregunte a los participantes: ¿Qué son las excretas, qué peligros representan para la salud? y ¿Cómo prevenimos las enfermedades propiciadas por el manejo inadecuado de las excretas? Escriba las respuestas en el papelógrafo.
2. Pregunte cómo evacuan las excretas en cada uno de los hogares y si existe alcantarillado.
3. De acuerdo con las respuestas explique y amplíe los conceptos de los participantes.
4. Elabore los dibujos relacionados con las tecnologías que se utilizan para el manejo de las excretas. Explique su uso y mantenimiento.
5. Haga énfasis en las recomendaciones para el manejo adecuado (puede elaborar carteleras).

Paso 2: Exploración del concepto de aguas residuales y las aguas grises o de lavado y su manejo en la vivienda según la problemática de la comunidad

1. Trabaje la actividad “Aguas que corren”, la cual encuentra descrita en el Momento 3.
2. Al finalizar el ejercicio de “Aguas que corren”, elabore los dibujos relacionados con las tecnologías que se utilizan para el manejo de las aguas residuales y las aguas grises o de lavado. Explique su uso y mantenimiento.
3. Recuerde utilizar los mensajes que se proponen al final del tema con el fin de generar y/o fortalecer hábitos higiénicos y ambientalmente saludables con respecto al manejo adecuado de las excretas y las aguas residuales y grises en las viviendas de las familias con las que trabaja el Agente comunitario.

3. ACTIVIDADES

Actividad 1: Rutas de contaminación

Objetivo Fomentar actitudes y prácticas adecuadas para el manejo de excretas.

Material Serie de dibujos, tarjetas de cartulina y cinta de enmascarar.

Tiempo 20 minutos.