

ESTAÇÃO
DAS CHUVAS

.....

**Vigilância,
Promoção e
Atenção à Saúde
em períodos de
chuvas
intensas**



Rio
PREFEITURA

SAÚDE





SAÚDE



ESTAÇÃO DAS CHUVAS

Na cidade do Rio de Janeiro, a Estação das Chuvas compreende o período entre os meses de dezembro e abril, quando a umidade é alta e a temperatura máxima fica em torno de 30°C.

Neste período, eleva-se a possibilidade de transmissão de doenças infecciosas veiculadas pela água, doenças transmitidas por vetores e acidentes com animais peçonhentos.

Considerando essas questões, elaboramos este guia com o objetivo de orientar a população sobre os principais riscos à saúde relacionados ao período de chuvas intensas e como se proteger.

Superintendência de Vigilância em Saúde
Arte: Ascom/SMS-Rio

Confira as principais medidas para **proteção específica**



Evite ingerir água de consumo NÃO TRATADA ou contaminada por água da chuva.



Toda a água de consumo ou para o preparo de alimentos deve ser fervida por, no mínimo, 5 minutos, ou adicionar duas gotas de hipoclorito de sódio 2,5% por litro de água, aguardando 30 minutos para o uso. Não utilize produtos de procedência e concentração desconhecidos (exemplo: cloro em garrafa 'pet').



Faça a limpeza do reservatório de água (caixa d'água, cisterna) a cada seis meses.



Lave as mãos com frequência, sobretudo antes de manipular alimentos, das refeições e após ir ao banheiro.



Evite entrar em contato direto com a água de enchentes, sem barreiras de proteção para a pele (exemplo: calçados e roupas impermeáveis fechados).



Mantenha alimentos devidamente acondicionados em latas ou recipientes fechados, fora do alcance de roedores, insetos e outros animais.



Prepare alimentos com água própria para o consumo humano (filtrada e/ou fervida).

ALIMENTOS COMO: legumes, verduras, frutas, carnes, ovos, grãos e cereais que tiverem contato com água de enchente devem ser inutilizados. No caso de alimentos enlatados, esses também devem ser descartados quando as latas estiverem amassadas, enferrujadas ou semiabertas.

Como tratar a água para consumo

Desinfecção e tratamento da água com hipoclorito de sódio



Filtre ou coe a água com filtro doméstico, coador de papel ou pano limpo.



Aplique 2 gotas de hipoclorito de sódio a 2,5% a cada 1 litro de água.



Aguarde 30 minutos para poder consumir a água.



Consuma a água no mesmo dia.

Desinfecção e tratamento da água sem hipoclorito de sódio



Filtre ou coe a água com filtro doméstico, coador de papel ou pano limpo.



Ferva a água durante 5 minutos.



Aguarde 30 minutos para poder consumir a água.



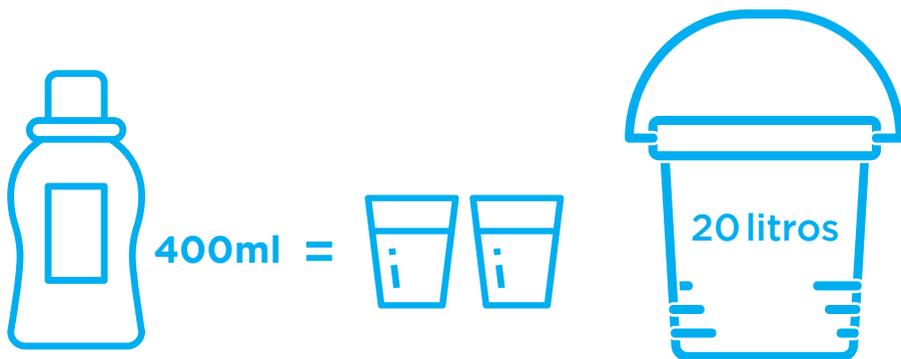
Este procedimento permite a oxigenação da água, melhorando seu sabor.

Limpeza e desinfecção do ambiente exposto à água de enchente

A lama residual das enchentes tem alto poder infectante e, nestas ocasiões, fica aderida aos móveis, paredes, chão, objetos e roupas atingidas. Após o recuo da água, é importante providenciar a limpeza e a desinfecção dos ambientes, usando calça comprida, luvas, botas de borrachas ou outro tipo de proteção para pernas e braços (como sacos plásticos duplos).

UTILIZE PARA A LIMPEZA

Escova, sabão e água limpa, desinfetando em seguida 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.

Limpeza da caixa d'água ou cisterna

- Feche o registro da água e esvazie o reservatório.
- Quando o reservatório estiver quase vazio, feche a saída e utilize a água que restou para a limpeza, de forma que os detritos não desçam pelo cano.
- Esfregue as paredes e o fundo do reservatório utilizando panos e escova macia ou esponja. Nunca use sabão, detergente ou outros produtos.
- Retire a água suja que restou da limpeza usando balde e panos, deixando a caixa totalmente limpa.
- Deixe entrar água no reservatório até encher e acrescente 1 litro de água sanitária (2,0% ou 2,5%) para cada 1.000 litros de água.
- Aguarde duas horas para a desinfecção do reservatório.
- Esvazie o reservatório novamente para que a água com hipoclorito limpe e desinfete as tubulações. Essa água não deve ser consumida.
- Tampe o reservatório para que não entrem pequenos animais ou insetos.
- Anote a data da limpeza do lado de fora do reservatório e repita o processo a cada seis meses.
- Abra a entrada de água.
- Mantenha o reservatório sempre protegido e tampado, para evitar o acesso de insetos, roedores e outros pequenos animais.

Fique atento à poluição da água!

A água de enchente é suja, pois se mistura ao esgoto, lixo, produtos químicos e uma série de outras impurezas, podendo transmitir ou aumentar o risco de transmissão de doenças como:

GASTROENTERITES AGUDAS – A ingestão de água ou alimentos contaminados pode provocar inflamações do trato gastrointestinal que resultam em diarreia e outros sintomas.

LEPTOSPIROSE – É a doença mais comum em épocas de enchente, transmitida pela urina do rato. A bactéria responsável pela doença penetra no corpo através da pele e mucosas (íntegras ou com ferimentos). **Atenção:** o risco de contaminação é grande em contato com a lama, portanto, tenha cuidado durante a limpeza da residência. Use sempre luvas, botas ou sacos plásticos nas mãos e nos pés.

HEPATITE A – É causada pelo vírus da Hepatite A, e a transmissão se dá por meio de ingestão de alimentos e água contaminados.

TÉTANO ACIDENTAL – É provocado por uma bactéria presente em objetos de metal, madeira, vidro ou solo contaminados, que penetra na pele quando há um ferimento. A melhor forma de proteção é a vacinação. Mantenha seu esquema vacinal atualizado.

FEBRE TIFOIDE – É causada pela bactéria *Salmonella typhi*, transmitida pela ingestão de alimentos ou água contaminados, contato com pessoas doentes ou moscas contaminadas.

DENGUE, CHIKUNGUNYA E ZIKA – Transmitidas pela picada do mosquito *Aedes aegypti*, também conhecido como “mosquito da Dengue”. Em épocas de calor e chuvas, todo cuidado é pouco para não deixar água parada em casa. O pneu que ficou esquecido no quintal, o vaso de planta na varanda ou, até mesmo, a calha de escoamento de água no telhado podem ser locais propícios para a proliferação do mosquito.

Acidentes com animais peçonhentos

Embora aconteçam durante todo o ano, a chegada do período de calor e chuvas pode aumentar a probabilidade de ocorrência de acidentes com animais peçonhentos. Neste período, animais como escorpiões, cobras e aranhas procuram lugares secos para se abrigarem, podendo ser encontrados nas proximidades das casas, jardins e parques, tanto em áreas urbanas, quanto rurais.

Cuidados em casa para evitar acidentes:

- Entrar com cuidado em locais que ficaram fechados por muito tempo;
- Bater nos colchões antes de usá-los;
- Sacudir cuidadosamente roupas, sapatos, toalhas e lençóis que ficaram no imóvel no período em que ele permaneceu fechado;
- Afastar as camas das paredes e evitar pendurar roupas fora dos armários;
- Vedar frestas e buracos em paredes e assoalhos;
- Limpar o interior e os arredores da casa usando luvas, botas e calças compridas;
- Evitar o acúmulo de lixo, entulhos e materiais de construção próximo à casa;
- Evitar colocar as mãos em buracos ou frestas;
- Caso encontre algum animal peçonhento dentro de casa, afaste-se dele sem assustá-lo e ligue para a Central de Atendimento do Cidadão pelo telefone 1746.

Cuidados fora de casa para evitar acidentes:

- Verificar cuidadosamente a área em volta do local onde pretende se sentar, fazer um piquenique ou descansar;
- Usar sempre calça comprida e botas em locais com mato alto;
- Evitar deixar as portas do carro abertas, principalmente ao anoitecer, próximo a matas e na beira de estradas;
- Evitar pegar animais peçonhentos com as mãos, mesmo que eles pareçam mortos;
- Manter limpos os locais próximos a residências, calçadas, jardins, quintais, paióis e celeiros.

Informações úteis

Cartilha de Orientação à População no Período de Alerta de Chuvas Intensas – Ministério da Saúde. http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartilha_orientacao_populacao_chuvas_intensas.pdf

COMO NOTIFICAR

(2ª a 6ª, das 8h às 18h)

Telefones: 3971-1804 • 3971-3040
2976-1660 • 3971-1708 • 3971-1710

E-mail: cievs.rio@gmail.com
cvegda.rio@gmail.com

Informações no site
www.prefeitura.rio/web/sms





SAÚDE

