



**Procedimientos Recomendados
para la Planificación y la
Recuperación Después
de un Desastre**





Como hemos visto en situaciones de emergencia recientes (inundaciones, tornados, tormentas de invierno u otros desastres), es posible que usted no pueda obtener los recursos necesarios durante un período de tiempo después de un evento. Es posible que no tenga acceso a comida, agua o a electricidad durante días, o incluso semanas.

Al tomarse un poco de tiempo para prepararse ahora, usted puede proporcionarle provisiones almacenadas en caso de emergencia a toda su familia. Usted debería prepararse para poder pasar por lo menos 48-72 horas sin ayuda.

Esta guía también contiene información en cuanto a lo que se debe hacer en caso de que haya otros eventos de emergencia. Por favor tómese el tiempo de leerla y comience las preparaciones para usted y su familia.

Índice

Calidad del Agua	• 3
Agua para beber y cocinar	• 3
Desinfectando pozos privados	
Tratamiento con cloro	• 4
Preparaciones para el tratamiento con cloro (Asegúrese de que el pozo esté bien construido)	• 4
Procedimientos del tratamiento con cloro	• 5
Cómo tratar el suministro de agua con cloro	• 6
Procedimientos de seguimiento	• 7
Los tanques sépticos y la inundación	• 8
Seguridad de los Alimentos	• 9
Alimentos refrigerados o congelados	• 9
Entrando a un Área Inundada	• 10
Ingreso a casas o Edificios	• 11
Cortocircuitos y escapes de gas	• 11
La electrocución es uno de los principales asesinos	• 11
Daños en las estructuras	• 12
Cómo bombear el agua afuera del sótano	• 13
Limpieza	• 13
Moho	• 14
Salud e Higiene General	• 15
Proteja a sus hijos de los peligros de las inundaciones	• 15
Soluciones a base de blanqueador para desinfectar después de la inundación	• 16
Vacunas	• 16
Mosquitos	• 17
Desechando la basura	• 17
Los peligros de las aguas estancadas	• 18
Recursos	• 19

Calidad del Agua



Las condiciones de inundación representan serias amenazas para la calidad del agua. Esté atento a los anuncios públicos con respecto a qué tan potable son las fuentes de agua de su comunidad. El agua que viene de pozos privados, los cuales se han inundado se debe examinar para conocer la pureza bacteriológica; y quizás se debe desinfectar una vez que se retire el agua restante después de la inundación. El agua que viene de tales pozos se debe considerar como **NO SEGURA PARA BEBER** hasta que un laboratorio con licencia haya demostrado lo contrario. El hecho de que el agua sea turbia o de que haya cambios en el sabor u olor, son señales de posible contaminación. Si hay alguna indicación de que el agua de una inundación ha penetrado las fuentes de agua, aun si no hay cambios perceptibles en el sabor u olor, obtenga un kit para llevar a cabo pruebas de muestras del agua proporcionadas por el Laboratorio del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska llamando al (402) 471-3935. Puede que estos kits también estén disponibles en los departamentos de salud de la ciudad o del condado, o en las Oficinas de Recursos Generales del Condado (County Extension Offices).

Agua para beber y cocinar

Si sospecha que su agua corriente fue contaminada, beba solamente agua hervida, embotellada comercialmente o tratada, hasta que ésta sea evaluada y considerada como potable. La contaminación bacteriológica puede ocurrir de nuevo después de una inundación, así que lleve a cabo otra evaluación del agua uno o dos meses después de la primera evaluación.

A continuación se enumeran algunas pautas generales con respecto al agua para beber y cocinar.

- No use el agua contaminada para lavar platos, cepillarse los dientes, lavar y preparar la comida o para hacer hielo.
- Hervir el agua a un hervor intenso por lo menos 1 minuto matará la mayoría de las bacterias y los organismos peligrosos.
- Lave los recipientes que se usan para guardar agua con una solución de blanqueador antes de usarlos. Siempre tenga mucho cuidado con los recipientes temporales ya que es posible que algunos de ellos tengan sustancias químicas residuales que pueden contaminar aún más el agua que se guarda en ellos.
- El agua se puede tratar con pastillas de cloro o yodo, o añadiendo seis gotas (1/8 de una cucharadita) de blanqueador sin perfume o regular a cada galón de agua. Mezcle la solución cuidadosamente, y déjela reposar por lo menos 30 minutos. (Este tratamiento no matará los organismos parásitos.) Se puede filtrar el agua más turbia usando un trapo limpio antes de desinfectar o hervir el agua, pero debe ser dos veces la cantidad inicial de desinfectante. Guarde el agua desinfectada en recipientes limpios y cubiertos. Se notará un sabor particular a cloro después del tratamiento; este sabor no le hará daño, sino que indica que se ha usado suficiente desinfectante para tratar el agua.

Desinfectando pozos privados– tratamiento con cloro (“Shock Chlorination”)

Si las evaluaciones para detectar la presencia de coliforme o de otra contaminación bacteriológica han salido positivas, se puede llevar a cabo un procedimiento que es simple y relativamente de bajo costo para tratar el agua con cloro conocido como “Shock chlorination”. Para llevar a cabo el proceso de Shock chlorination, se agrega una gran cantidad de solución de cloro a todo el sistema de suministro y distribución de agua para eliminar cualquier bacteria y organismos que produzcan enfermedades.

Preparaciones para el tratamiento con cloro “Shock Chlorination” (Asegúrese de que el pozo esté bien construido)

- Antes de llevar a cabo el tratamiento con cloro, es importante inspeccionar la integridad o condición de la fuente del suministro de agua.

El pozo debe ser construido de tal manera que prevenga el ingreso de animales, insectos, desechos o agua de la superficie. La envoltura debe ser sellada en el área de la boca del pozo para prevenir el ingreso de contaminantes. Los pozos de agua privados deben cumplir con los estándares mínimos de Nebraska con respecto a su construcción. Las preguntas en cuanto a la construcción de pozos de agua se deben dirigir al Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska al (402) 471-0598.

- Si los residentes o dueños del hogar no tienen conocimiento de los procesos mecánicos de su sistema de suministro de agua, deben contactar a un profesional capacitado para que pueda llevar a cabo el trabajo.

Es muy importante advertir a todas las personas que usen el sistema de suministro de agua que se está desinfectando, y que el agua no es potable en ese momento.



Procedimientos del tratamiento con cloro “Shock Chlorination”

Cómo mezclar una solución de cloro

El cloro es un desinfectante universal que es muy tóxico para las bacterias, en concentraciones de 200 miligramos por litro o más. Para llevar a cabo el proceso “Shock Chlorinating” en un pozo, se debe añadir una solución de cloro al suministro de agua hasta que llegue a un nivel de concentración de 200 miligramos por litro y después dejar circular el agua para desinfectar todas las partes del sistema de agua.

El cloro viene disponible en varias formas. Las formas más comunes que se usan para desinfectar un pozo son el cloro granular o “seco”, y las soluciones líquidas o “hipocloritos”, conocidos generalmente como blanqueadores comunes. El cloro granular contiene un nivel de cloro del 65 por ciento (hipoclorito de calcio en una solución) como ingredientes para matar a las bacterias. Los blanqueadores comunes contienen una solución de 5.25 por ciento de hipoclorito de sodio aproximadamente como ingredientes para matar a las bacterias. Cuando se usan de manera apropiada, las dos tienen la misma eficacia para desinfectar los pozos de agua privados.

Para crear una solución efectiva, añada blanqueador o cloro granular a 5 galones de agua en un recipiente limpio y no metálico. Ver el cuadro a continuación para saber las cantidades específicas que se deben añadir.

Cuadro. Cantidad de blanqueador que se necesita para desinfectar un pozo de agua privado.
(para cada 10 pies de profundidad del agua en un pozo).

Diámetro del pozo	Cantidad de gránulos de cloro	Cantidad de blanqueador para lavandería
2–8 pulgadas	1 onza	1 pinta
10–14 pulgadas	3 onzas	3 pintas
16–20 pulgadas	7 onzas	7 pintas
22–26 pulgadas	12 onzas	12 pintas
28–30 pulgadas	16 onzas	16 pintas
36 pulgadas	24 onzas	24 pintas

1 pinta: 0,47 litros

Cómo tratar el suministro de agua con cloro

Cómo agregar la solución

Vierta la solución de cloro directamente al pozo, salpicando generosamente la bomba, la envoltura y la tubería del pozo lo más posible al igual que los otros equipos. Sujete una manguera a una llave que esté cerca y use la manguera para lavar la parte interior del pozo cuidadosamente. Deje la manguera abierta por lo menos una hora o hasta que se pueda detectar un olor fuerte a cloro.

Ahora, abra todas las llaves (todas las llaves dentro y fuera de la casa, las llaves de agua, etc.) en el sistema. Deje que corran todas las llaves hasta que huela a cloro, y luego ciérrelas. Esto asegurará que el agua con cloro llegue a todas las partes del sistema de suministro de agua.

Una vez que el agua del pozo se haya tratado con cloro y que haya circulado completamente, se debe dejar permanecer en el sistema por lo menos 24 horas. Selle el pozo de nuevo y espere un día completo antes de comenzar a “drenar” el sistema.

Después de las 24 horas, drene el sistema para quitar el cloro residual del suministro de agua. Para hacer esto, abra una llave de afuera (llave externa o hidrante) y usando una manguera haga que el agua se drene a un campo abierto, una zanja u otra área baja. No la drene al sistema séptico ubicado cerca de la casa, ya que el cloro matará las bacterias que son esenciales para el proceso de descomponer los desechos en el tanque séptico.

El cloro también le hará daño al césped y a los arbustos, por lo tanto evite drenar el agua con cloro a estas áreas.

Deje que el agua corra hasta que ya no pueda oler el cloro. Abra las llaves de agua de adentro, teniendo cuidado que no pasen más de aproximadamente 100 galones de agua con cloro por los desagües y eventualmente al tanque séptico. Espere una hora más o menos y luego deje correr el agua otra vez para asegurarse de que haya desaparecido el olor a cloro. Su suministro de agua debe estar completamente libre del cloro residual antes de que se evalúe de nuevo, ya que el residuo de cloro interferiría con el análisis de pureza bacteriológica.

Procedimientos de seguimiento

En los casos serios de contaminación bacteriológica con coliforme, puede que sea necesario más de un tratamiento con cloro. Siempre evalúe su suministro de agua de nuevo después del proceso de shock clorination, antes de usarla



para beber o cocinar. Los kits de laboratorio están disponibles en el Laboratorio del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska en 3701 South 14th, Lincoln, Nebraska 68502 o al llamar al (402) 471-3935. Puede que los kits también estén disponibles en los departamentos de salud locales y en algunas oficinas de recursos generales del condado (County Extension Offices).

Tome muestras de una llave de adentro, habiendo quitado previamente aireadores y los filtros, si es posible. Las muestras no se deben tomar de las tuberías de agua que pasan por un descalcificador u otro aparato de tratamiento. En la mayoría de los casos, la llave de agua fría en el fregadero de la cocina es “no descalcificado” o agua “dura”. Las muestras de agua se deben tomar en un día de la semana y deben ser entregadas o enviadas al laboratorio dentro de las 30 horas para que se puedan analizar apropiadamente.

La recurrente contaminación por coliforme puede indicar que hay un problema con la estructura o ubicación de su pozo (por ejemplo, un pozo que termina en un hoyo, y por lo tanto está expuesto al agua de escorrentía de áreas bajas). Contacte al Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska al (402) 471-0598 o a un profesional en perforación de pozos para sugerencias en cuanto a su sistema de suministro de agua privado en particular.

También se debe llevar a cabo un tratamiento con cloro siempre que se hagan reparaciones o modificaciones al sistema de suministro de agua.

Cuando reciba resultados del Laboratorio del Departamento de Salud y Servicios Humanos indicando que el agua es segura bacteriológicamente, el suministro de agua se puede volver a usar completo. Se recomienda que el agua sea evaluada de nuevo después de uno o dos meses ya que la contaminación bacteriológica puede recurrir después de una inundación.

Problemas persistentes o difíciles



Si las nuevas evaluaciones indican que hay bacterias presentes, se debe repetir el proceso del tratamiento con cloro. Si las bacterias coliforme permanecen después

de llevarse a cabo varios tratamientos, se presume que hay una fuente directa de la contaminación (fuente puntual). Ésta podría incluir un pozo abandonado cercano; el hecho que la envoltura no se haya sellado bien; una capa o conducto de ventilación del pozo que está desgastado; el agua de escorrentía; o la contaminación por un sistema para la eliminación de desechos cercano a la planta. Esta fuente de contaminación se debe encontrar y corregir, o se debe instalar un nuevo sistema de suministro de agua. En algunos casos, es necesario el continuo tratamiento con cloro para suministrar agua potable.

Los tanques sépticos y la inundación

Los tanques sépticos no se deben bombear durante los períodos con altos niveles freáticos o de inundación. Si un tanque séptico se bombea, puede desbordarse dada la presión hidrostática del agua subterránea. Esto puede causar daño a las conexiones de tubería del sistema del tanque séptico. Si su sistema no funciona, usted debería usar un sistema de baño portátil, o baños públicos de ser posible. El área de drenaje del sistema del tanque séptico necesita un poco de tiempo para secarse y volver a funcionar.

Seguridad de los Alimentos



Bote cualquier comida que haya tenido contacto con el agua de la inundación, exceptuando las comidas enlatadas comerciales. Aquellos alimentos comerciales enlatados que no hayan sufrido daño pueden ser aún consumidos si se remueve la etiqueta, se lava la lata lo más cuidadosamente posible y se desinfecta utilizando una solución de una taza de blanqueador por 5 galones de agua. Estas latas pueden volver a ser marcadas utilizando un marcador permanente. Las comidas de tapa rosca (twist-off), tales como los refrescos, jugos, etc., deben desecharse, ya que estas tapas no evitan el acceso del agua proveniente de la inundación.

Alimentos refrigerados o congelados

Si su refrigerador o congelador no estuvo expuesto al agua proveniente de la inundación, puede que se pueda recuperar algunos o todos los alimentos. Los alimentos en un congelador casi lleno se pueden seguir consumiendo hasta después de dos días sin electricidad si no se abre la puerta. Revise bien para cerciorarse de que los alimentos no estén vencidos ni dañados. Si ha descongelado parcialmente carne, puerco, pescado o mariscos, no los debe volver a congelar. Cualquier fruta o verdura que esté dura al tocarla puede volverse a congelar. Cualquier comida que haya sido expuesta a temperatura ambiente durante más de dos horas, o cualquier alimento que no huela bien o que tenga un color o textura fuera de lo normal, se debe desechar. Una regla general que siempre se debe seguir es la de “cuando haya duda, para la basura”.

Si su refrigerador o congelador va a estar desconectado por bastante tiempo:

- separe sus alimentos congelados y guárdelos en los congeladores de los congeladores de sus amigos si ellos sí tienen electricidad;
- busque espacio en algún congelador de alguna tienda, iglesia, escuela o congelador comercial que tenga servicio eléctrico; o
- utilice hielo seco-25 libras (11.25 kilos) de hielo seco hace que un congelador de 10 pies cúbicos mantenga una temperatura bajo cero durante tres o cuatro días. (Tenga mucho cuidado cuando manipule hielo seco, ya que congela todo lo que toca. Utilice guantes secos y gruesos para no hacerse daño).

La comida descongelada generalmente se puede comer o congelar de nuevo sólo si continúa estando a temperaturas frías, o si contiene cristales de hielo. Para estar seguro, recuerde “cuando haya duda, para la basura”. Deseche cualquier alimento que haya estado expuesto a temperatura ambiente durante dos horas o más, y cualquier alimento que huela extraño, o que tenga un color o textura fuera de lo normal

Su refrigerador mantendrá alimentos fríos durante más o menos 4 horas sin electricidad. Añada bloques de hielo o hielo seco a su refrigerador si no va a tener electricidad durante más de 4 horas. El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos tiene una línea directa para la seguridad de los alimentos, la cual es manejada por profesionales en economía del hogar, los cuales pueden responder sus preguntas sobre la seguridad de sus alimentos durante una inundación. El número es 1-800-535-4555. Esta línea directa opera de lunes a viernes, desde las 10 am hasta las 4 pm, hora Este.

Entrando a un Área Inundada

Espere a que las autoridades declaren que la zona de inundación está fuera de peligro antes de regresar al área. Use botas de caucho gruesas y altas sin huecos ni cortadas, guantes de caucho o de cuero seco y un casco de protección cuando ingrese a un área de inundación. Tenga cuidado en todo momento con cables eléctricos caídos que se encuentren parcial o totalmente sumergidos en el agua; aquellos son extremadamente peligrosos y se debe estar siempre al menos a 50 pies (15 metros) de ellos. Guarde una distancia mínima de 10 pies (3 metros) de cualquier cable o poste de energía que no se haya quebrado o que no esté bajo el agua. NUNCA fume en un área inundada; el agua estancada puede contener químicos inflamables.

Tenga cuidado con escombros varios causados por la inundación (vidrios rotos, metales, maderas, etc.) en el piso.

Ingreso a Casas o Edificios

Las casas o los edificios que todavía están llenos de agua proveniente de la inundación son muy peligrosos y se debe tomar extrema precaución en caso de ingresar a ellos. Antes de entrar a una casa o a un edificio en un área inundada, usted debe:

- preguntar a las compañías de gas y electricidad para ver si la electricidad y el gas han sido desconectados y así prevenir choques eléctricos, incendios o explosiones. Intente regresar a su hogar durante el día para no tener que utilizar luces. Utilice linternas de batería en vez de velas, linternas a base de gas o antorchas. Si huele gas o piensa que puede haber un escape de gas, apague la válvula principal de gas o llame al proveedor de gas para apagar el suministro.
- caminar alrededor del perímetro, buscando señales de daño a las estructuras, derrumbes, deslizamientos o desbordamientos. **NO INGRESE** al edificio si no parece tener una estructura estable.

Cortocircuitos y escapes de gas

Tenga mucho cuidado con dos de los peores peligros en un hogar inundado-los escapes de gas y los cortocircuitos eléctricos. Si huele gas, apague la válvula principal, abra las ventanas y salga inmediatamente de la casa. **NO PRENDA** las luces ni algún suiche que pueda crear alguna chispa. Contacte a su compañía de gas local o a la policía o departamento de incendio y **NO REINGRESE** a la casa hasta que le digan que es seguro hacerlo.

La electrocución es uno de los principales asesinos



Su sistema de electricidad también puede haber sufrido daños. Si hay cables pelados o chispas, o si siente algún olor a quemado pero no ve ningún fuego, apague el interruptor

inmediatamente parándose en un taburete de madera y utilizando un palo de madera o plástico. La corriente eléctrica atraviesa el agua, así que tenga cuidado con los cables de luz caídos o sumergidos en el agua estancada. El área puede contener también vidrio o fragmentos de metal.

Es recomendable consultar a la compañía de servicios públicos en cuanto a la utilización de equipos eléctricos, incluyendo generadores de electricidad. NO CONECTE los generadores a los circuitos eléctricos de su hogar sin los aparatos automáticos de interrupción adecuados. Si un generador se está utilizando cuando se vuelve a prender la electricidad, esto puede representar un alto riesgo de incendio.

Todos los equipos eléctricos y electrodomésticos deben estar completamente secos antes de volverlos a utilizar. Si es posible, haga que un electricista cualificado los revise antes de usarlos. NO opere ningún equipo a base de gas dentro de la casa, para evitar escapes de monóxido de carbono; lo mismo para las estufas de campamento. El humo producido por el carbón es especialmente peligroso.

Ya sea que utilice un sistema de calefacción a base de gas, electricidad o madera, asegúrese de que haya sido inspeccionado por un electricista cualificado antes de utilizarlo de nuevo. Si tales sistemas se han mojado, reemplace el motor del ventilador, los interruptores y los controles. Los conductos de calefacción y de retorno deben ser limpiados o reemplazados. Reemplace los filtros y el aislamiento dentro del calentador o del calentador de agua.

Aunque no haya daño eléctrico aparente, sea extremadamente cuidadoso. No ingrese a ningún cuarto donde las tomas eléctricas estén bajo el agua o donde haya cables colgando dentro del agua. Bajo condiciones de inundación, los depósitos de barro o impurezas del agua pueden causar cortocircuitos, así que un campo eléctrico podría existir en aguas estancadas, inclusive si el interruptor principal del circuito está apagado.

Daños en las Estructuras

Determine si su casa ha sufrido algún daño estructural. ¿Están sueltas algunas de las láminas del piso o tienen algún hueco? ¿Están hundidas algunas partes del techo o piso? ¿Se ha movido alguna escalera, o los techos o paredes están inclinados? Probablemente necesitará ayuda profesional para tomar esta decisión.

Cómo bombear el agua afuera del sótano

Si el sótano de su casa se ha inundado, cerciórese de interrumpir la electricidad antes de entrar. No bombee toda el agua al mismo tiempo; intente bombear más o menos un tercio de la cantidad total cada día. Si se bombea el agua demasiado rápido, puede que las paredes se hundan hacia adentro y los pisos hacia arriba debido al escape de presión. Después de haber sacado el agua, cualquier depósito de tierra que haya dejado la inundación debe ser limpiado con una pala o con una escoba. Las paredes y el piso del sótano deben limpiarse con una manguera y luego lavarse con una solución de dos tercios de taza de blanqueador por dos galones de agua. Cuando utilice la solución de blanqueador, abra las ventanas del sótano para permitir que haya bastante circulación de aire.

Limpieza

Las paredes, las superficies sólidas del piso y muchas otras superficies deben ser limpiadas con jabón y agua y ser desinfectadas con una solución de una taza de limpiador por 5 galones de agua. Debe tener particular cuidado al desinfectar completamente las superficies que puedan estar en contacto con los alimentos, como los mostradores de la cocina, los gabinetes de la alacena, los refrigeradores, etc. Las áreas donde juegan los niños más pequeños también deben limpiarse cuidadosamente. Limpie toda la ropa en agua caliente, o lávela en seco.

Si ha habido reflujo del desagüe en su casa, use botas de caucho y guantes resistentes al agua mientras limpia. Deseche materiales contaminados del hogar que no puedan ser desinfectados, tales como los objetos que cubren la pared, tela, alfombras y los paneles de yeso.

Moho

Los artículos que se mojaron y que permanecieron húmedos por 48 horas o más pueden causar el crecimiento de moho, por lo tanto este es un efecto secundario común después de las inundaciones. La clave para prevenir o limpiar el aumento del moho es mantener los materiales secos; así que aunque que la prevención no sea una opción durante la inundación, una vez que el agua haya sido removida, puede empezar a secar el área. Las aspiradoras con líquidos y los deshumidificadores son herramientas para ayudarle a secar los materiales rápidamente.

Antes de comenzar con la limpieza, evalúe el tamaño del área que está contaminada con moho. Dependiendo del tamaño, puede que el área deba ser aislada con el objetivo de prevenir que las esporas se esparzan en el ambiente. Para que haya aislamiento, puede colgar unas telas de polietileno desde el techo hasta el piso, bloqueando la ventilación y manteniendo una presión negativa. Las áreas que estén más contaminadas pueden requerir pasos adicionales.

La limpieza de materiales en caso de una situación de moho, es similar a la guía mencionada en las páginas anteriores para la limpieza luego de que se hayan retirado las aguas y que no haya más inundación. Sin embargo, algunos materiales porosos (como por ejemplo los paneles de las paredes, las alfombras y los objetos tapizados) que han permanecido húmedos por un largo periodo de tiempo, es posible que sean irre recuperables. Determine cuáles son los objetos que deben ser desechados y quítelos del área. En aquellas superficies que deben ser limpiadas y recuperadas, debe quitarse todo el moho que sea posible antes de ser desinfectadas. La mejor manera de hacer esto es con una aspiradora HEPA (High Efficiency Particulate Air). Una vez que el moho haya sido quitado físicamente, pueden desinfectarse las superficies de acuerdo con la sección de limpieza que aparece en las páginas anteriores.

Para información más detallada sobre cómo limpiar superficies con moho, vea “Mold Remediation in Schools and Commercial Buildings” (Eliminación de Moho en Escuelas y Edificios Comerciales), en la publicación de la EPA en: http://www.epa.gov/mold/mold_remediation.html o llame al programa NDHHS Indoor Air Quality (Calidad del aire en espacios interiores) al 402-471-8320.

Salud e Higiene General

Uno de los resultados de una inundación es el retraso en la higiene básica durante el periodo de emergencia. Es de suma importancia que recuerde practicar higiene básica. Debe lavarse las manos con jabón y agua que haya sido hervida o desinfectada:

- antes de preparar o consumir alimentos;
- después de utilizar el baño;
- después de participar en actividades de limpieza relacionadas con la inundación; y
- después de manipular objetos contaminados con agua proveniente de la inundación o con aguas de desagüe.

El agua proveniente de las inundaciones puede contener materia fecal de los sistemas de desagües desbordados, al igual que derivados del sector agrícola e industrial. Aunque de por sí, el contacto de la piel con el agua de una inundación no tiene ningún riesgo serio



para la salud, sí existe el riesgo de contraer enfermedades al ingerir algo contaminado. Si tiene alguna herida abierta o alguna infección que pueda estar expuesta al agua proveniente de la inundación, manténgala tan limpia como pueda lavándola bien con jabón para controlar la infección. Si una herida sigue roja, inflamada o con pus, busque atención médica inmediatamente.

Además, los padres deben ayudar a que los niños no contraigan enfermedades transmitidas a través del agua. No deje que sus niños jueguen en áreas afectadas por la inundación, lave las manos de los niños frecuentemente (especialmente antes de comer), y no deje que los niños jueguen con juguetes contaminados de agua proveniente de la inundación que no hayan sido desinfectados. Puede desinfectar los juguetes utilizando una solución de una taza de blanqueador en 5 galones de agua.

Proteja a sus hijos de los peligros de las inundaciones

Es importante que los niños no ingresen en áreas afectadas por las inundaciones. Durante las operaciones de limpieza y recuperación, existen muchos peligros, como por ejemplo ahogarse, estar en contacto con maquinarias pesadas que están realizando la limpieza de residuos o las enfermedades transmitidas por el agua. Lave las manos de los niños frecuentemente; sobre todo antes de comer. No se les debe permitir a los niños jugar en el agua proveniente de la inundación o con juguetes que no han sido desinfectados correctamente.

Los juguetes pueden ser desinfectados con una solución de una octava parte de una taza de blanqueador por dos galones de agua.

Soluciones a base de blanqueador para desinfectar después de la inundación

El cuadro a continuación es una tabla de guía para usar al desinfectar objetos o áreas afectados por aguas provenientes de inundaciones:

Propósito:	Solución:
Desinfección de alimentos enlatados	1 taza de blanqueador por 5 galones de agua
Desinfección del refrigerador/congelador	1/2 taza de blanqueador por un galón de agua
Desinfección de paredes y pisos del sótano	2/3 de taza de blanqueador por un galón de agua
Desinfección de paredes y pisos de la casa	1/2 taza de blanqueador por un galón de agua
Desinfección de juguetes	1/8 de taza de blanqueador por 2 galones de agua

Vacunas

Las epidemias de enfermedades contagiosas después de una inundación no son usuales. Sin embargo, los índices de enfermedades que estaban presentes antes de una



inundación pueden aumentar debido a una higiene reducida y al hacinamiento de personas en un mismo lugar a causa del desplazamiento. El aumento de enfermedades infecciosas no presentes en la

comunidad antes de la inundación usualmente no es un problema. Si usted tiene una herida punzante o una herida contaminada de materia fecal, tierra o saliva, consulte a un médico o al departamento de salud para determinar si necesita una vacuna antitetánica según su historial. Las recomendaciones específicas en cuanto a las vacunas deben ser remitidas al Programa de Vacunas del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska al (402) 471-6423.

Mosquitos

La gran cantidad de agua estancada que queda después de una inundación aumenta la presencia de mosquitos.

La mayoría de estos mosquitos serán una plaga, pero no transmitirán enfermedades. A medida que transcurre el verano, aumentará la proporción de especies de mosquitos portadores de enfermedades. Usted debe protegerse de los mosquitos usando mallas para mosquitos en la casa, poniéndose ropa de mangas largas y pantalones largos, y usando repelentes que contengan un repelente de mosquitos aprobado. El CDC recomienda DEET, Picaridin, aceite de limón y eucaliptus y IR3535. DEET es un repelente común contra insectos que se encuentra en muchos productos repelentes. Los productos que contienen DEET están disponibles en tiendas o en los departamentos de salud locales y estatales.

Después de la inundación, no se olvide de drenar toda el agua estancada que todavía queda en recipientes alrededor de su hogar, ésta es una medida eficaz de controlar las cantidades de mosquitos en las próximas semanas. Las autoridades de salud locales, estatales y federales estarán monitoreando activamente la situación para controlar el contagio de enfermedades transmisibles a través de mosquitos. Se pueden obtener



recomendaciones para el control e inspección de mosquitos u otros insectos, llamando al Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska al (402) 471-1374.

Desechando la basura

Una inundación sin duda hará que sean más difíciles los esfuerzos para desechar la basura. Deseche cualquier alimento y cualquier otra cosa que podría podrirse o dañarse inmediatamente. No deje que la basura se acumule; la acumulación de basura causará otro riesgo para la salud atrayendo animales e insectos. Contacte a las personas que recogen la basura en su área para organizar la hora de recolección de basura, el lugar, etc.

Los peligros de las aguas estancadas

Si usted entra en contacto con masas de agua en movimiento, corre el riesgo de ahogarse sin importar su habilidad para nadar. El agua estancada de poca profundidad puede ser mortal, y peligrosa para los niños más pequeños. Los autos u otros vehículos no proporcionan una protección adecuada para transitar en aguas provenientes de la inundación. Los autos pueden ser arrastrados o dañados. **NO CONDUZCA POR ÁREAS INUNDADAS**; la mayoría de la gente se ahoga dentro de los vehículos. **NO CONDUZCA** alrededor de obstáculos en la carretera, o barricadas de tráfico – las carreteras o puentes pueden ser llevados por la corriente.

Aunque las agencias gubernamentales a todo nivel y muchas organizaciones de ayuda para desastres colaboran para reducir los riesgos de las inundaciones, la primera responsabilidad siempre recae sobre el individuo. Cada uno tiene la responsabilidad de proteger nuestros hogares y familias lo más que pueda. Si planeamos por anticipado, tomamos precauciones prudentes, y seguimos prácticas básicas de salud pública, cada uno de nosotros puede hacer su parte para minimizar los efectos de los desastres.



Recursos

La siguiente lista de agencias gubernamentales, Organizaciones de Ayuda para Desastres y números telefónicos pueden ser contactados para los esfuerzos de recuperación de desastres.

Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska

301 Centennial Mall South
P.O. Box 95026
Lincoln, Nebraska 68509–5026
(402) 471–2541

Oficinas distritales

Oficina en Omaha
1801 North 73rd Street
Omaha, Nebraska 68114
Teléfono: (402) 595–2123
Celular: (402) 679 –7214

Oficina en Grand Island
116 South Pine
Grand Island, Nebraska 68801
Teléfono: (308) 385 – 5180
Celular: (308) 390– 0336

Oficina en Gering
1600 10th Street
Gering, Nebraska 69341
Teléfono: (308) 436– 6948
Celular: (308) 631-2475

Oficina en Norfolk
304 North 5th Street, Suite C
Norfolk, Nebraska 68701
Teléfono: (402) 370–3284
Celular: (402) 649 –5263

Oficina en North Platte
200 South Silber
North Platte, Nebraska 69101
Teléfono: (308) 535 – 8132
Celular: (308) 530–3329

Departamentos de Salud Pública

Central District Health Department

Departamento de Salud Central del Distrito
1137 South Locust Street
Grand Island, Nebraska 68801
Celular: (308) 385-5175 x178;
Línea gratuita: (877) 216-9092 Fax: (308) 385-5181
(Condados de Hall, Hamilton y Merrick)

Dakota County Health Department

Departamento de Salud del Condado de Dakota
1601 Broadway Street, Box 155
Dakota City, Nebraska 68731
Teléfono: (402) 987-2164; Celular: (712) 223-1204
Fax: (402) 987-2163

Douglas County Health Department

Departamento de Salud del Condado de Douglas
1819 Farnam Street, Room 401
Omaha, Nebraska 68183
Teléfono: (402) 444-7471; Fax: (402) 444-6267

East Central District Health Department

Departamento Distrital de Salud Central del Este
2282 East 32nd Avenue
Columbus, Nebraska 68601
Teléfono: (402) 563-9224 x 210;
Celular: (402) 910-5340 Fax: (402) 564-0611
(Condado de Boone, Colfax, Nance y Platte)

Elkhorn Logan Valley Public Health Department

Departamento de Salud Pública Elkhorn Logan Valley
2104 21st Circle, Box 779
Wisner, Nebraska 68791
Teléfono: (402) 529-2233; Celular: (402) 841-8110
Línea gratis: (877) 379-4400; Fax: (402) 529-2211
(Condados de Burt, Cuming, Madison y Stanton)

Four Corners Health Department

Departamento de Salud Four Corners
2101 N. Lincoln Avenue
York, Nebraska 68467
Teléfono: (402) 362-2621; Celular: (402) 440-5045
Línea gratis: (877) 337-3573; Fax: (402) 362-2687
(Condados de Butler, Polk, Seward y York)

Lincoln-Lancaster County Health Department

Departamento de Salud de Lincoln-Condado de Lancaster
3140 N Street
Lincoln, Nebraska 68510
Teléfono: (402) 441-8000;
Celular: (402) 440-5462; Fax: (402) 441-6229

Loup Basin Public Health Department

Departamento Público Loup Basin
295 North 8th Avenue, Box 995
Burwell, Nebraska 68823
Teléfono: (308) 346-5795; Celular: (308) 214-1066
Línea gratis (866) 522-5795; Fax: (308) 346-9106
(Condados de Blaine, Custer, Garfield, Greeley, Howard,
Loup, Sherman, Valley y Wheeler)

Continuación, Departamentos de Salud Pública

North Central District Health Department & Clinic

Departamento Distrital de Salud y Clínica Central del Norte
422 East Douglas Street
O'Neill, Nebraska 68763
Teléfono: (402) 336-2406;
Línea gratis: (877) 336-2406;
Celular: (402) 340-3086; Fax: (402) 336-1768
(Condados de Antelope, Boyd, Brown, Cherry, Holt, Keya Paha, Knox, Pierce, y Rock)

Northeast Nebraska Public Health Department

Departamento de Salud Pública del noroeste de Nebraska
215 N. Pearl Street
Wayne, Nebraska 68787
Teléfono: (402) 375-2200; Fax: (402) 375-2201
(Condados de Cedar, Dixon, Thurston, y Wayne)

Panhandle Public Health Department

Departamento de Salud Pública del Panhandle
808 Box Butte Avenue, Box 337
Hemingford, Nebraska 69348
Teléfono: (308) 487-3600;
Celular: (308) 760-2415; Fax: (308) 487-3682
(Condados de Banner, Box Butte, Cheyenne, Dawes, Deuel, Garden, Kimball, Morrill, Sheridan, y Sioux)

Public Health Solutions

995 East Highway 33, Suite 1
Crete, Nebraska 68333
Teléfono: (402) 826-3880;
Línea gratis: (888) 310-0565
Celular: (402) 730-4829; Fax: (402) 826-4101
(Condados de Fillmore, Gage, Jefferson, Saline, y Thayer)

Sarpy/Cass Department of Health and Wellness

Departamento de Salud y Bienestar de Sarpy/Cass
701 Olson Drive, Suite 101
Papillion, Nebraska 68046
Teléfono: (402) 339-4334; Celular: (402) 681-6888
Línea gratis: (800) 645-0134; Fax: (402) 339-4235
(Condados de Cass y Sarpy)

Scotts Bluff County Health Department

Departamento de Salud del Condado de Scotts Bluff
1825 10th Street
Gering, Nebraska 69341-2445
Teléfono: (308) 436-6636; Celular: (308) 631-6074
Fax: (308) 436-6638

South Heartland District Health Department

Departamento de Salud Distrital South Heartland
606 N. Minnesota Ave., Suite 2
Hastings, Nebraska 68901-5256
Teléfono: (402) 462-6211;
Línea gratis: (877) 238-7595; Fax: (402) 462-6219
(Condados de Adams, Clay, Nuckolls, y Webster)

Continuación, Departamentos de Salud Pública

Sandhills District Health Department & Clinic

Departamento de Salud Distrital Sandhills y Clínica

55 East River Road #24, Box 784

Ogallala, Nebraska 69153

Teléfono: (308) 284-6054; Celular: (308) 289-1915

Fax: (308) 284-4833

(Condado de Arthur, Arthur, Condado de Grant/Hyannis,
Condado de Hooker/Mullen, Keith County/Ogallala,
Condado de Thomas/ Thedford)

Southeast District Health Department

Departamento de Salud Distrital del Sureste

601 J Street

Auburn, Nebraska 68305

Teléfono: (402) 274 – 3993;

Línea gratis: (877) 777– 0424;

Celular: (402) 274 – 8158; Fax: (402) 274– 3967

(Condados de Johnson, Nemaha, Otoe, Pawnee, y
Richardson)

Southwest Nebraska Public Health Department

Departamento de Salud Pública de Nebraska del Suroeste

Department 322 Norris Avenue, Suite 8

McCook, Nebraska 69001

Teléfono: (308) 345 – 4223;

Línea gratis: (888) 345– 4223;

Celular: (308) 340– 2642; Fax: (308) 345 – 4289

(Condados de Chase, Dundy, Frontier, Furnas, Hayes,
Hitchcock, Perkins, y Red Willow)

Three Rivers Public Health Department

Departamento de Salud Pública Three Rivers

33 West 4th Street

Fremont, Nebraska 68025

Teléfono: (402) 727– 5396;

Línea gratis: (866) 727– 5396;

Celular: (402) 676 –5396; Fax: (402) 727–5399

(Condados de Dodge, Saunders, y Washington)

Two Rivers Public Health Department

Departamento de Salud Pública Two Rivers

701 4th Avenue, Suite 1

Holdrege, Nebraska 68949

Teléfono: (308) 995–4778;

Línea gratis: (888) 669 –7154;

Celular: (308) 991– 6313; Fax: (308) 995 – 4073

(Condados de Buffalo, Dawson, Franklin, Gosper, Harlan,
Kearney y Phelps)

West Central District Health Department

Departamento de Salud Distrital Central del Oeste

Box 648

North Platte, Nebraska 69101

Teléfono: (308) 696 –1201;

Celular: (308) 520 –0158; Fax: (308) 696 –1204

(Condados de Arthur, Grant, Hooker, Keith, Lincoln,
Logan, McPherson, y Thomas)



Department of Health & Human Services

DHHS

N E B R A S K A



TSU 7/11

PHA-PAM-5-S (24505) 7/11