

7 consejos para evitar riesgos sanitarios durante este temporal

Expertos señalan que acceder a agua limpia es fundamental. Lo mejor es conocer cómo almacenarla correctamente como medida preventiva.

Actualidad
cronica@estrellaconce.cl

Los efectos de los sistemas frontales suelen traer como consecuencia interrupciones en el servicio de agua potable y cuando el agua de lluvia colapsa el alcantarillado, lo que ingresa a las calles y hogares no es agua limpia; es una mezcla contaminada con aguas servidas que pueden transportar bacterias, virus y parásitos peligrosos para la salud.

Natalia Sánchez, especialista en inocuidad alimentaria y académica de la Universidad Andrés Bello, señala que la prevención y el manejo higiénico estricto son las herramientas más efectivas para evitar enfermedades gastrointestinales y asegurar la inocuidad de lo que consumimos, además entrega algunos tips para que el almacenamiento de agua en el hogar sea seguro y evite riesgos sanitarios adicionales en medio de una emergencia climática.

1) Si es estrictamente necesario ingresar a zonas inundadas o limpiar el barro contaminado, se debe usar siempre protección impermeable, como botas plásticas y guantes de goma. Al terminar, las manos deben lavarse prolijamente con agua segura y jabón por al menos 20 segundos.

2) Para las superficies del hogar que tocan el agua servida, la desinfección debe ser profunda. La recomendación es lavar primero para retirar el lodo y luego aplicar una solución de cloro doméstico, de una cucharada de cloro por cada litro de



EN LA GRAN MAYORÍA DE LOS CASOS, LAS AGUAS PRESENTES EN UNA INUNDACIÓN NO ESTÁN LIMPIAS.

48

horas pueden durar los alimentos congelados en un refrigerador sin acceso a electricidad.

agua, dejando secar y ventilar muy bien.

3) El agua de alcantarillado también puede contaminar los alimentos. La norma general es estricta en cuanto a que todo alimento fresco, abierto o envasado en materiales permeables (como cajas de cartón, bolsas plásticas comunes o frascos con tapa de rosca) que haya tomado contacto con el agua de la inundación debe ser eliminado inmediatamente.

4) Para proteger los alimentos dentro del refrigerador, mantenga las puertas cerradas. Un refrigerador cerrado a la temperatura de unas 4 horas, mientras que un congelador lleno puede hacerlo hasta por

20

segundos, como mínimo debe durar el lavado de manos tras una exposición a inundación.

48 horas. Transcurrido ese tiempo, los alimentos perecederos como carnes, lácteos o comidas preparadas que pierdan el frío deben desecharse.

5) Si la red de agua potable está bajo sospecha o se abastece de pozos inundados, se debe priorizar el agua embotellada. De no contar con ella, existen métodos de emergencia para potabilizarla: Hervir el agua y mantener un hervor vigoroso durante 3 minutos completos antes de consumirla o proceder a cloración manual: Agregar de 2 a 3 gotas de cloro doméstico tradicional (sin aroma) por cada litro de agua clara, mezclando bien y dejándola reposar por 30 minutos.

6) Si se decide guardar previamente agua, el primer paso, señala la especialista, es seleccionar bien el recipiente donde se guardará. No cualquier envase cumple esa función. Quedan descartados los bidones que en algún momento contuvieron detergentes, productos de limpieza u otros químicos, ya que sus residuos son muy difíciles de eliminar por completo, incluso cuando el envase se ve limpio a simple vista.

7) Si el almacenamiento de agua se extiende por más de 24 horas, o cuando el agua proviene de un pozo y no de la red pública, la especialista recomienda hervirla antes de consumirla. Al alcanzar los 100 grados Celsius durante varios minutos se eliminan por completo los patógenos bacterianos presentes en el agua, sin excepciones ni margen de error. "Es por lejos mucho mejor que aplicarle un químico", explica la académica de la Universidad Andrés Bello. ☺