

Saneamiento y Salud

LIBRARY
INTERNATIONAL REFERENCE CENTRE
FOR COMMUNITY WATER SUPPLY AND
SANITATION (IRC)



**¡Capacitemos y Movilicemos
la Organización Vecinal!**

304-91SA-11595

PRESENTACION

Estas guías técnicas sobre "Agua y Salud" y "Saneamiento y Salud" han sido preparadas para técnicos de saneamiento, con el propósito de orientar su trabajo como capacitadores de movilizados del Programa Movilización - Mujer - Supervivencia Infantil del UNICEF/ PERU.

Estas guías forman parte de un paquete educativo preparado por el Centro Panamericano de Ingeniería Sanitaria y Ciencias del Ambiente, en el marco de Convenio UNICEF/PMMS - CEPIS/HPE - OPS/OMS, para dar respuesta con soluciones prácticas y efectivas mediante aplicación de tecnología apropiada, al mejoramiento de la salud ambiental en los asentamientos urbano marginales de la Costa peruana.

¿Qué es el paquete educativo?

Es un conjunto de materiales de comunicación-aprendizaje para facilitar la educación sanitaria de grupos organizados de mujeres, para ampliar sus conocimientos e inclinar actitudes y prácticas favorables en materia de agua y saneamiento.

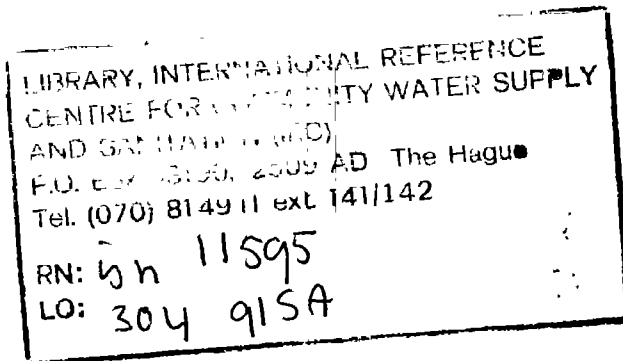
El paquete educativo consta de dos módulos de siete temas cada uno, los cuales deben usarse en el orden de prioridad que se estime conveniente según la necesidad de los barrios.

Los módulos y sus temas se presentan a continuación:

Módulo: Agua y Salud	Módulo: Saneamiento y Salud
<ol style="list-style-type: none">1. Agua y salud en el barrio.2. Soluciones sencillas y de bajo costo.3. Sólo el agua desinfectada evita enfermedades.4. Cuidemos la calidad del agua.5. Usar agua limpia es mejor para la salud.6. Organizados para alcanzar agua y salud.7. Mujeres, promotoras de salud y vida.	<ol style="list-style-type: none">1. La salud depende del ambiente en que vivimos.2. Higiene en la casa.3. Higiene personal.4. Higiene de los alimentos.5. Hagamos letrinas.6. Eliminemos higiénicamente la basura.7. Vivir en un ambiente sano.

¿Qué materiales contiene el paquete educativo?

- * Una guía técnica
- * Un rotafolio
- * Una guía de la madre
- * Una guía de la movilizadora



¿Cómo utilizar el paquete educativo?

Según el módulo seleccionado, "agua" o "saneamiento":

La Guía Técnica, sirve para orientar el contenido temático y procedimientos de aprendizaje de los talleres de capacitación, que los técnicos de saneamiento desarrollarán para las movilizadoras.

El Rotafolio, sirve para que la movilizadora trabaje con las madres cada tema apoyándose en la lámina respectiva.

La Guía de la Madre, entregada por la movilizadora a cada madre al finalizar el módulo, sirve para reforzar a través de sus láminas y mensajes, las ideas claves de cada tema.

La Guía de la Movilizadora, es el documento que contiene la teoría y las técnicas de aprendizaje que las movilizadoras utilizarán con las madres, para cada tema.

Partes de la Guía Técnica:

Cada uno de los temas se trata en dos páginas y contiene la siguiente información:

TEMA: Presenta el nombre de la situación que se va a trabajar con las movilizadoras.

PROBLEMA: Identifica las necesidades de la comunidad en relación al tema de trabajo y cómo afectan la salud de los pobladores.

OBJETIVOS: Ordena los resultados que se quiere alcanzar durante el desarrollo de la reunión.

INFORMACION BASICA: Contiene los conocimientos mínimos necesarios sobre el tema. Ayuda al técnico de saneamiento a orientar y completar las ideas o información que tienen las movilizadoras sobre el problema y sus posibles soluciones.

TECNICA: Incluye el procedimiento que indica cómo debe conducirse la reunión para lograr los objetivos. En cada tema se sugieren una o más técnicas apropiadas para motivar y lograr la capacitación participativa de las movilizadoras. Por ejemplo: trabajo en grupos, sociodramas, demostraciones, etc.

DIBUJO: Ilustra el problema y/o las soluciones en relación al tema de trabajo.

ACCIONES A PROMOVER: Indica las actividades que las movilizadoras deben promover en las comunidades donde trabajan para comprobar si se alcanzaron los objetivos propuestos.

RESUMEN: Sintetiza las ideas principales del tema trabajado. Este mismo resumen debe estar contenido en la Guía de la Movilizadora.

Recomendaciones a los técnicos de saneamiento

*Preparar cada reunión teniendo en cuenta el nivel educativo de las movilizadoras.

*Utilizar lenguaje sencillo.

*Promover el trato horizontal durante el Taller.

*Dosificar la información de cada tema de acuerdo a la realidad y necesidad existentes a la comunidad a trabajar.

TEMA 1: LA SALUD DEPENDE DEL AMBIENTE EN QUE VIVIMOS

PROBLEMA

El poblamiento masivo de zonas sin equipamiento urbano y servicios básicos en la Costa peruana, es una de las expresiones más dramáticas de la falta de planeamiento y desarrollo urbano a nivel nacional.

Por satisfacer las necesidades básicas de vivienda, se llega al deterioro gradual del ambiente ocupado. Características de esta situación son los basurales, fecalismo al aire libre, contaminación de los cursos de agua, malos hábitos de higiene personal, doméstica, comunitaria; de manipulación de alimentos y basuras.

Los efectos de este deterioro son las enfermedades tanto de origen patológico como social que se registran en los Centros de Salud de las zonas urbano marginales. La vida en un ambiente así deteriorado afecta especialmente a los niños en su desarrollo físico e intelectual.

OBJETIVOS

- Identificar los problemas de saneamiento de los barrios donde trabajan las movilizadoras y cómo afectan la salud de las familias, especialmente de los niños.
- Ayudar a las movilizadoras a realizar alguna actividad concreta en sus barrios que motive la participación vecinal en el módulo Saneamiento y Salud.

INFORMACION BASICA

- Saneamiento ambiental es vivir en un ambiente higiénico. En otras palabras, el ambiente en que se vive debe estar limpio, no contaminado porque las prácticas sociales como el alcoholismo, drogadicción, tabaquismo; e higiénicas como no lavarse las manos, fecalismo al aire libre, crear basurales, ponen en riesgo la salud individual y colectiva.
- El saneamiento ambiental involucra los siguientes aspectos:
 - * Saneamiento básico (agua potable y disposición higiénica de excretas).
 - * Higiene de la vivienda (aseo, orden, estructura, ventilación, iluminación, distribución de espacios).
 - * Higiene personal.
 - * Control y manejo higiénico de alimentos (carne, leche, productos agrícolas, bebidas; establecimientos de manejo de alimentos).
 - * Control de insectos y roedores.
 - * Higiene de la comunidad y sanidad Institucional (parques, jardines, calles, veredas; escuelas, hospitales, postas médicas, cárceles, asilos, locales públicos, hoteles, etc.).

Principales factores del mal saneamiento ambiental en los barrios urbano marginales que se tratarán en el módulo Saneamiento y Salud y las principales enfermedades asociadas:

Factores

- a) Deficiente higiene y diseño de la vivienda.
- b) Malos hábitos de higiene personal, especialmente de los niños.
- c) Malos hábitos en la manipulación de los alimentos a nivel doméstico y comunitario.
- d) Fecalismo al aire libre o disposición inadecuada de excretas.
- e) Inadecuada disposición y manipulación de basuras.

Enfermedades asociadas

- * Violencia social, física o verbal en las relaciones y comportamiento de la familia y entre vecinos, peleas por arrojo de basuras, por el agua, por lotes, agresión entre esposos, padres e hijos (Principales factores que influyen: a, b, d, e).
- * Enfermedades respiratorias: tuberculosis, bronquitis, intoxicación por gases (a, b, c, e).
- * Enfermedades por contacto: poliomielitis, difteria, sarampión, tos ferina, meningitis, viruela, varicela, neumonía, gripe, amigdalitis, sarna, tiña, anquilostomiasis, pie de atleta, otitis externa, herpes (a, b, c, d).
- * Enfermedades de transmisión oral: poliomielitis, cólera, salmonelosis, disentería bacilar, giardiasis, fiebre tifoidea, triquinosis (b, c, d, e), hepatitis, brucelosis, gastroenteritis, parasitosis (a, b, c, d, e), leptospirosis (b, c), brucelosis (c), lepra (a, b, c), teniasis (c, d, e), equinococosis (b, c, d), peste bubónica (a, c, e).
- * Para mejorar las condiciones de saneamiento ambiental en los barrios es necesario que participe toda la comunidad, pero para ello es necesario la capacitación y empezando con las organizaciones vecinales.

TECNICA: Trabajo de grupos y lluvia de ideas

- Se forman grupos para formular una definición sobre saneamiento ambiental.
- Luego de la discusión en la plenaria, se adopta una o más definiciones.
- En papelógrafo, con ayuda de "lluvia de ideas", el coordinador anota los factores del mal saneamiento ambiental y enfermedades asociadas, que la plenaria identifica en barrios que se originaron como muestra la lámina No. 2. (Reforzar con Información Básica)
- El coordinador con ayuda de la plenaria, asocia factores - enfermedades.
- Nuevamente en grupos se prepara un modelo de charla de motivación para dirigentes sobre la importancia de un buen saneamiento ambiental.
- Los modelos se presentan y discuten en plenaria.

"Si en el barrio, el saneamiento ambiental y los hábitos de higiene son malos . . . la salud física y social de los vecinos están en peligro.



ACCIONES A PROMOVER

- Llevar a cabo la charla de motivación sobre la importancia del saneamiento ambiental, preparada en el trabajo de grupos.
- Conseguir la participación organizada en el módulo Saneamiento y Salud

RESUMEN

La urgente necesidad de vivienda de las poblaciones migrantes, sumados a las deficiencias en el planeamiento y desarrollo urbano, han originado barrios con un mal saneamiento ambiental. Tal situación puede mejorar si la organización vecinal decide planificar su desarrollo urbano, capacitarse y aplicar tecnologías apropiadas.

TEMA 2: HIGIENE EN LA CASA

PROBLEMA

En los asentamientos urbano marginales existen muchas viviendas de un solo ambiente y para múltiples usos: dormitorio, cocina, trabajo, distracción, crianza de animales, comedor, estudio; siendo generalmente construidas con materiales frágiles, sin servicios básicos (agua, alcantarillado, disposición de basuras), con poca ventilación e iluminación. Esta situación favorece más rápidamente la transmisión de enfermedades cuando la familia no se organiza para la higiene y el orden de la vivienda.

OBJETIVOS

- Identificar las condiciones de construcción, distribución de ambientes funcionales, abrigo, ventilación, iluminación, higiene y orden de las viviendas de los asentamientos urbano marginales, que pueden facilitar la aparición de enfermedades.
- Identificar condiciones mínimas para que la vivienda contribuya a conservar la salud de la familia.
- Proponer acciones para mejorar el ambiente de las viviendas con medidas sencillas y de bajo costo.

INFORMACION BASICA

- El desarrollo de la vida familiar está directamente influenciado por las condiciones de la vivienda. La forma como está construida, el material utilizado, el uso y distribución del espacio físico, los servicios con los que cuenta, su higiene y orden, propiciarán, si están en deficientes condiciones, la aparición o transmisión de enfermedades.
- Los niños con problemas de desnutrición, mal nutrición, y que no gozan de todas sus vacunas, son los más afectados por estas condiciones de insalubridad. Por ello, existen altos índices de morbi-mortalidad de enfermedades respiratorias agudas, gastrointestinales, etc.
- Las mujeres también se ven afectadas en su salud cuando se ven obligadas a asumir sin apoyo familiar la limpieza y el orden de la casa.

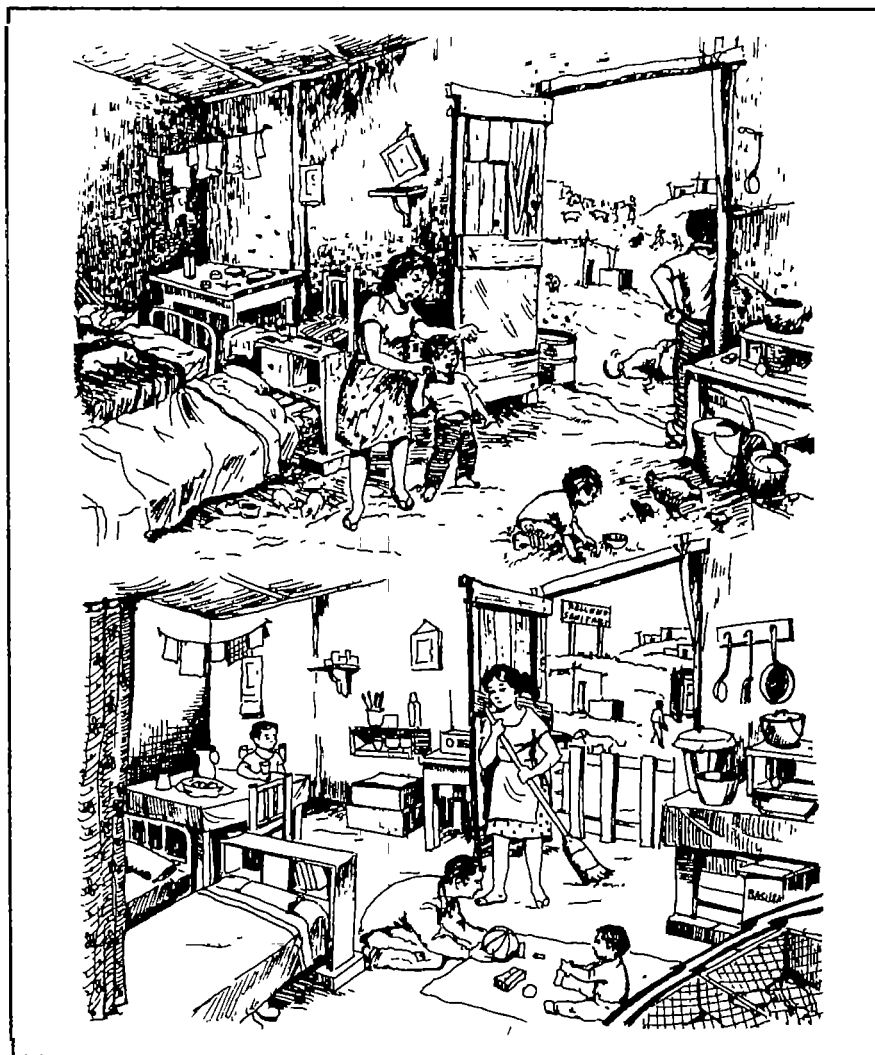
¿Cómo se pueden mejorar las viviendas?

- Con tecnologías sencillas se puede mejorar la estructura de la casa: pañeteo de las esteras, o utilizando materiales más seguros y resistentes que se dispongan en el lugar: quincha, madera, bloquetas de concreto, etc.
- Separar los ambientes de dormir de los ambientes para cocinar, comer, trabajar, jugar, etc.
- Mantener limpio el piso. Si éste es de tierra, apisonarlo.
- Tapar las grietas de las paredes para evitar el paso del viento, humedad y frío.
- Colocar una ventana cerca de la cocina para mejorar la ventilación, evitar la contaminación del aire y riesgos de intoxicación por gases. Levantar la cocina del suelo para prevenir accidentes y mejorar la higiene en la preparación de alimentos.
- Sacudir y tender diariamente las camas para evitar la presencia de animales.
- Construir corrales fuera de casa para mantener con limpieza los animales y evitar la contaminación a través de sus heces, orina, pelaje o saliva.
- Hacer repisas, asientos, estantes para decorar la casa y para guardar utensilios, alimentos y ropa con cajones, adobes, ladrillos, maderas. Pintarlos o cubrirlos con tela o papel para mejorar su presentación.
- Mantener muy limpia la casa y sus muebles. Guardar muy bien los alimentos y la ropa limpia.

TECNICA: Trabajo de grupos

- Se forman grupos para discutir, con la figura inferior de la lámina No. 3 cubierta:
- ★ Problemas de salud física y social relacionados a mala higiene de la vivienda.
- ★ Posibles mejoras.
- Se presentan las conclusiones en plenaria.
- En base a las conclusiones e Información Básica, el coordinador completa y refuerza ideas apoyado en la lámina No. 3 completa.

"Pobreza no significa suciedad. Para defendernos de las enfermedades... hagamos limpieza con apoyo familiar"



ACCIONES A PROMOVER

- Contactarse y coordinar con técnicos del Ministerio de Salud, Ministerio de Vivienda y Construcción, ININVI, SENCICO, Universidades, etc. para obtener información sobre tecnologías sencillas y económicas para mejorar las viviendas; y efectuar charlas y demostraciones en los barrios.

RESUMEN

La higiene de la vivienda es una de las barreras contra las enfermedades transmisibles y proporciona un ambiente de seguridad y tranquilidad. En un ambiente descuidado los niños y las mujeres son los más afectados, sin embargo las tareas de limpieza y orden no sólo dependen de la madre, sino también del apoyo y comprensión de toda la familia.

TEMA 3: HIGIENE PERSONAL

PROBLEMA

La higiene personal referida a la limpieza del cuerpo, el cabello, el vestido y la ropa de cama, es una de las barreras contra las enfermedades transmisibles. Sin embargo la falta de servicios básicos, las limitaciones culturales y económicas han dado lugar a prácticas restringidas de higiene personal que inciden directa y negativamente en la salud individual y colectiva.

OBJETIVOS

- Identificar los problemas que no permiten una adecuada higiene personal y cómo afecta a la salud la falta de buenas prácticas de higiene.
- Identificar buenos hábitos de higiene personal.
- Proponer acciones para promover en los barrios buenos hábitos de higiene.

INFORMACION BASICA

¿Por qué es importante la higiene?

En el ambiente existen microorganismos patógenos que sobreviven en el aire, suelo, agua, excretas, insectos, artrópodos, roedores, animales domésticos. Para muchos de estos microorganismos el ser humano es un huésped ideal; intestinos, piel, sangre, etc. les brindan buenas condiciones para su desarrollo y reproducción. En otros casos el ser humano se convierte en reservorio y portador.

Por sus actividades diarias el hombre está expuesto al ambiente y para evitar ser infestado y/o infectado dispone de la nutrición, la inmunización y la **higiene personal**.

Problemas para realizar una buena higiene personal

- Costo de los materiales de aseo: jabón, detergente, champú, papel higiénico, pasta dental.
- La falta de costumbre para la práctica y falta de conocimiento sobre la importancia de la higiene personal para la salud.
- Limitaciones de servicios: agua, electricidad, combustible para facilitar se realice la higiene de manera adecuada y frecuente.

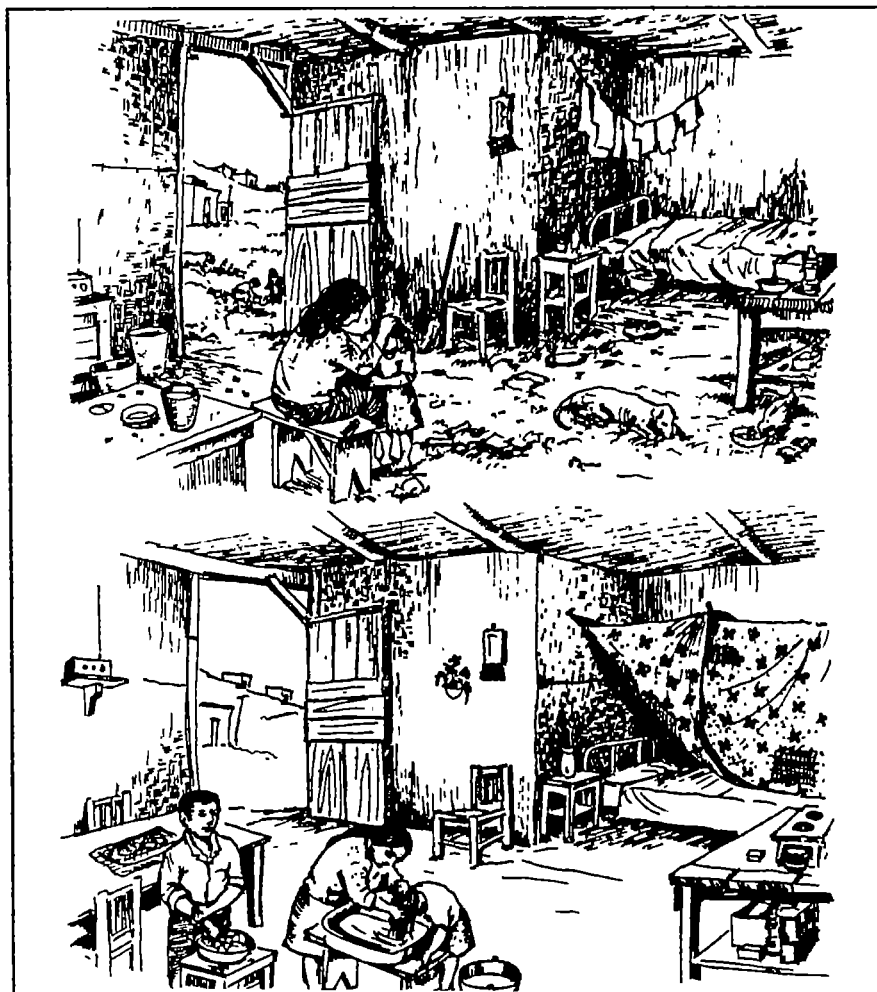
Buenos hábitos de higiene personal

- Lavar las manos con agua y jabón después de ir al baño, recoger basuras, cambiar los pañales de los bebés, y antes de coger y preparar los alimentos y de comer. Mantener las uñas cortas y limpias.
- Realizar la higiene íntima para evitar infecciones.
- Lavar el cabello, por lo menos una vez por semana. Mantenerlo libre de parásitos y peinado. Usar peines personales.
- Cepillar diariamente los dientes para evitar caries. De ser posible, siempre después de cada toma de alimentos.
- Bañarse por lo menos una vez a la semana.
- Usar ropa limpia y zapatos.
- Usar papel higiénico y arrojarlo a la letrina o inodoro después de su uso.
- Aseo higiénico de nariz, ojos y oídos.
- Uso de toallas personales.

TECNICA: Trabajo de grupos y sociodrama

- Se forman grupos.
- Cada uno discute las diferencias entre las dos figuras de la lámina No. 4, así como las relaciones de salud.
- Preparar un sociodrama a ser presentado en plenaria.
- La historia debe contener el problema de las limitaciones de higiene personal en los barrios, las diferentes actitudes a nivel comunitario, y la labor de educación de la movilizadora.
- Después de discutir, el coordinador refuerza y completa ideas con ayuda de la Información Básica y lámina No. 4.

Los hábitos de higiene, buenos o malos, se aprenden y practican en familia. Estar limpios y sin piojos ni parásitos es necesario para la salud".



ACCIONES A PROMOVER

- Coordinar con los colegios la realización de una actividad de promoción de la importancia de la higiene personal.
- Coordinar con firmas fabricantes u otras instituciones, donaciones o facilidades de adquisición de artículos de aseo para apoyar las actividades escolares.

RESUMEN

La higiene personal protege al hombre de los microorganismos patógenos presentes en el ambiente. Es en la vida familiar donde se aprende a distinguir y practicar los buenos hábitos de higiene personal, los cuales pueden verse restringidos por limitaciones culturales, económicos y de servicios. Optar por la práctica de buenos hábitos de higiene es optar por la salud.

TEMA 4: HIGIENE DE LOS ALIMENTOS

PROBLEMA

Muchos alimentos se contaminan o malogran fácilmente en su producción, recolección, transporte, comercialización, almacenamiento y conservación, en su preparación y hasta en su consumo cuando no se observa en su manejo y cuidado debidas prácticas de higiene. El desconocimiento de prácticas adecuadas en el manejo higiénico de alimentos agregado a limitaciones en servicios básicos (agua desinfectada) para la limpieza de los mismos y de los utensilios de cocina requeridos en su preparación, motivan la ingestión de alimentos malogrados o contaminados que pueden causar enfermedades gastroentéricas como el cólera, hepatitis, fiebre tifoidea, shigelosis, intoxicaciones, etc.

OBJETIVOS

- Identificar cuándo los alimentos son sanos, cómo se contaminan y qué problemas de salud ocasionan los alimentos malogrados.
- Conocer cómo elegir, almacenar, preparar, conservar y consumir los alimentos.
- Proponer actividades que promuevan en el barrio una adecuada elección y manejo higiénico de los alimentos.

INFORMACION BASICA

¿Cuándo un alimento o comida es sano?

Para el sanitario, cuando el alimento no produce enfermedad o muerte en virtud a estar limpio de parásitos animales (tenias, triquinas), microorganismos (*Salmonella typhi*, *Shigela*), toxinas de ciertas bacterias (bacilo botulino, estafilococos), venenos por preservadores de sabor y color, contaminación por productos químicos resultado de fumigaciones.

¿Cómo se contaminan los alimentos?

Cuando en su producción, recolección, transporte, comercialización, almacenamiento, preparación, conservación, o consumo entran en contacto con materias fecales o sustancias químicas o tóxicas.

¿Qué problemas de salud ocasionan los alimentos contaminados?

Principales Enfermedades	Principales alimentos afectados				
	Agua	Peces y mariscos	Verduras y frutas crudas	Carnes crudas o mal cocidas	Alimento contaminado por el suelo
Cólera	X	X	X	X	X
Diarreas	X	X	X	X	X
Fiebre tifoidea	X		X	X	
Hepatitis	X		X	X	
Triquinosis				X	
Teniasis				X	
Ascariasis			X		
Disentería bacilar	X			X	
Amebiasis			X		
Trichuriasis					X
Intoxicaciones	X	X	X	X	

¿Cuáles son las rutas de transmisión?

Los alimentos pueden contaminarse:

- * Por vía fecal-oral cuando no nos lavamos las manos con agua y jabón después de defecar y antes de coger, preparar o consumir los alimentos.
- * Por usar aguas servidas para regar, lavar o refrescar las verduras y frutas.
- * Por usar aguas contaminadas para la preparación de los alimentos.
- * Por guardarlos o servirlos en recipientes sucios.
- * Por estar descompuestos o expuestos al aire libre, al polvo y suciedad.
- * Por comerlos crudos o mal cocidos. Por ejemplo pescados y mariscos concentran los microorganismos patógenos en sus agallas y vísceras o verduras y frutas rastreras.

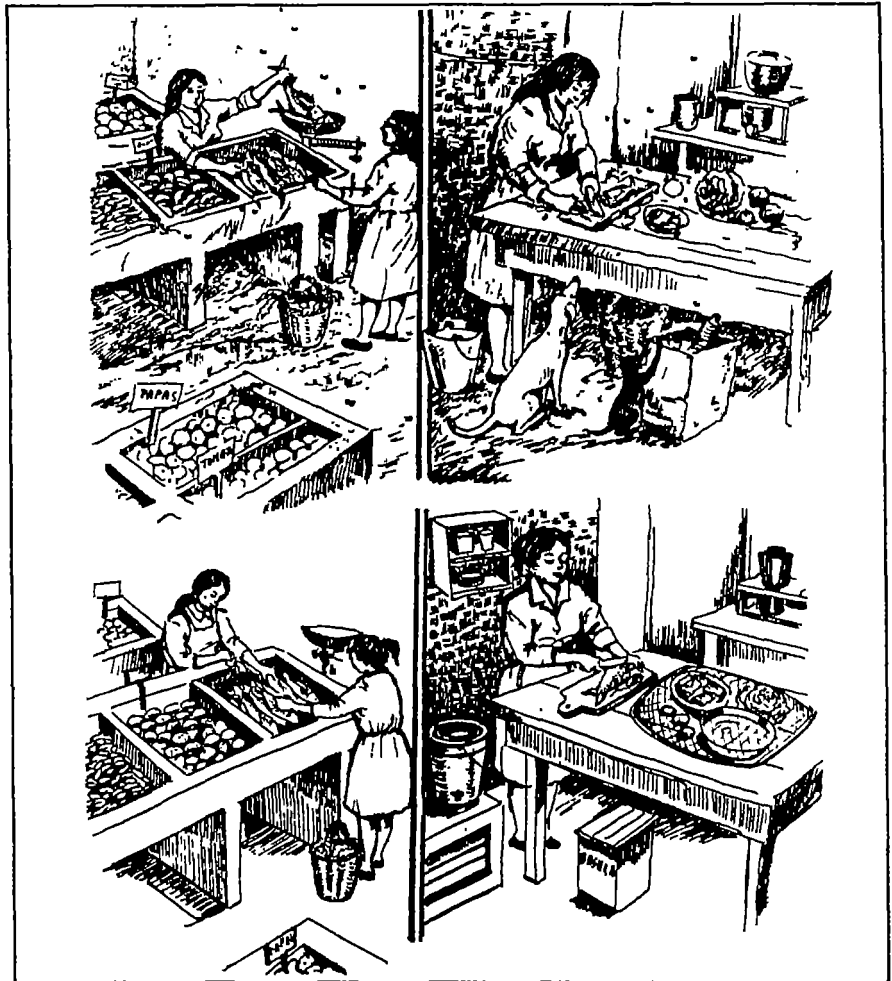
¿Cómo elegir, almacenar, preparar, conservar y consumir los alimentos?

- Elegir alimentos sanos, sin olores desagradables, frescos, enteros, sin animales. Muy limpios. Que puedan conservarse con facilidad. Si son muy frágiles o se maduran o descomponen rápidamente, comprarlos en poca cantidad y para el día, y si vienen en latas o empaquetados fijarse en la fecha de vencimiento.
- Guardarlos en lugares secos y seguros, fuera del alcance de animales y cubiertos con una malla o paño muy limpio. Prepararlos con mucha higiene.
- Comerlos inmediatamente. Cuidar de volver a hervir cuando no se consumen de inmediato.
- Aseo de la mesa, platos, cubiertos, así como del lugar destinado para cocinar y comer.

TECNICA: Trabajo de grupos

- Preparar un papelógrafo con cuatro hileras: **Enfermedades, medios de transporte, alimentos contaminados y medidas preventivas.** Preparar las tarjetas respectivas.
- Formar grupos. Improvisar una forma dinámica de distribuir las tarjetas.
- Cada grupo ordena sus tarjetas, discute su ubicación en la hilera correcta y sale a exponer y explicar su trabajo.
- Con ayuda de la Información Básica y la lámina No. 5 el coordinador refuerza ideas sobre la contaminación de los alimentos en los diferentes puntos de la cadena alimenticia, y la forma de evitarla.

"Por falta de higiene en mercados y cocinas los alimentos se contaminan y nos enferman. Aseo personal, ambientes y utensilios de cocina limpios, protegen la salud de nuestra familia".



ACCIONES A PROMOVER

- Motivar el mejoramiento de las condiciones higiénicas de las cocinas y comedores; así como motivar el acondicionamiento de repisas y protectores de alimentos.
- Coordinar con organizaciones vecinales y dirigentes del barrio la preparación de materiales de información sobre el manejo higiénico de los alimentos.
- Motivar se mejore la higiene de mercados, con el concurso de autoridades y organizaciones vecinales.

RESUMEN

La morbi-mortalidad causada por la ingesta de alimentos malogrados o contaminados en algún punto de la cadena alimenticia, exige tomar acciones urgentes a todo nivel: personal, comunal y municipal.

TEMA 5: HAGAMOS LETRINAS

PROBLEMA

La ausencia de alcantarillado y las deficientes condiciones de las letrinas existentes obliga que el poblador disponga sus excretas en suelos y cursos de agua, contaminándolos y originando a su vez posterior contaminación de los alimentos, especialmente aquéllos que no son adecuadamente manipulados. Enfermedades como el cólera, las gastroenteritis, la disentería bacilar, amebiasis, giardiasis, ascariasis, fiebre tifoidea, poliomielitis, etc. tienen su origen en la contaminación fecal. Por otro lado, con la falta de servicios higiénicos las mujeres y los niños son los más afectados, al estar en peligro su integridad física por falta de privacidad para hacer sus necesidades.

OBJETIVOS

- Analizar cómo las familias de los barrios eliminan sus excretas y los problemas de salud ocasionados por la falta de prácticas higiénicas.
- Identificar soluciones sencillas y económicas para eliminar higiénicamente las excretas.
- Proponer acciones para que todas las familias tengan un servicio higiénico, individual o comunitario.

INFORMACION BASICA

¿Por qué son necesarios los servicios higiénicos?

- Si se dejan las excretas al aire libre, sus microbios pueden contaminar el agua, el mar, los ríos, los suelos de cultivos, etc.
- Para evitar la contaminación del suelo y de las aguas y prevenir epidemias en centros poblados urbanos y rurales donde no hay alcantarillado, se deben instalar servicios higiénicos comunales o individuales.

SOLUCIONES SENCILLAS Y DE BAJO COSTO

- Si en el barrio no hay alcantarillado, existen por lo menos tres alternativas para disponer higiénicamente las excretas: letrina sanitaria, letrina de zanja o emergencia y letrina abonera.

a. Letrina sanitaria

- * Es de fácil construcción y económica. Se pueden utilizar los materiales del lugar y funcionan sin agua. Es una fosa de 80 cm x 80 cm de lado y 2 metros de profundidad. Puede excavarse dos fosas, una al lado de la otra, para que funcionen alternadamente (la vida útil de cada fosa es de 1 a 3 años). Su diseño es sencillo y permite usarlo sentado o agachado. Dentro de la letrina se echan las excretas y los papeles usados para el aseo. Se deben mantener limpios los pisos, paredes y alrededores; instalarle un tubo de ventilación para evitar malos olores y presencia de insectos. Al llenarse se sella con cal.

b. Letrina de zanja o de emergencia

- * A falta de una letrina sanitaria se puede usar una letrina de zanja en el patio de la casa, que es de fácil construcción y sin costo alguno. Se excava un hoyo de 30 cm x 30 cm de lado y 40 cm de profundidad. La tierra de la excavación se amontona alrededor del hoyo. Después de cada deposición se echa una capa de tierra y una capa de cal, así sucesivamente hasta que se llena el hoyo.

c. Letrina abonera (vietnamita)

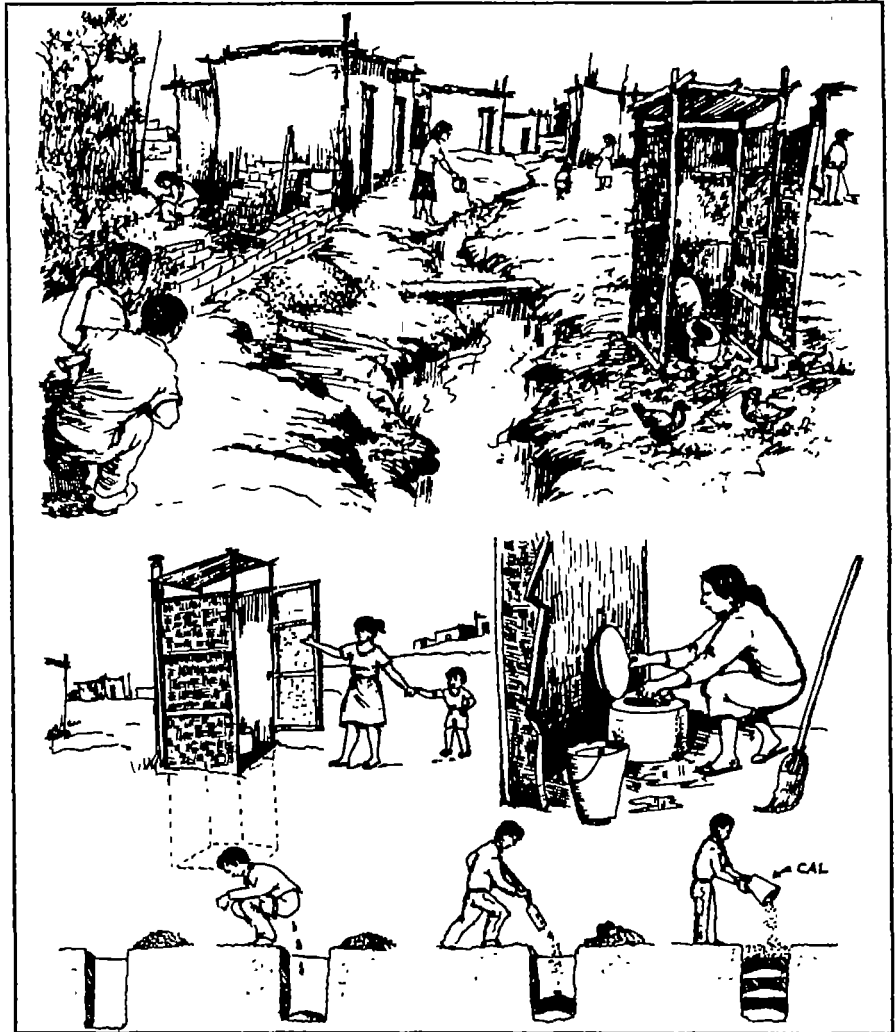
- * Cuando los suelos son húmedos, rocosos o deleznable, que no permitan la excavación, se puede construir la letrina levantada del nivel del suelo. Es un cajón sanitario de doble cámara con dimensiones internas de 0.50 m x 0.50 m y 1.00 m de profundidad, que recolecta las heces en las cámaras (que son de uso alterno), y la orina se recolecta por separado. Así, esta letrina puede durar 1 año.

TECNICA: Trabajo de grupos y demostración

- Se forman grupos, para discutir la forma en que se eliminan las excretas en los barrios y los problemas de salud asociados.
- Cada grupo discute además, las posibles alternativas de solución. En plenaria se presentan las conclusiones.
- El coordinador con ayuda de la lámina No. 6 e Información Básica refuerza ideas.
- El coordinador hace una demostración para que el grupo conozca como instalar una letrina.

"... para no contaminar el suelo, alimentos y agua.

No son tan caras, son rápidas de construir, fáciles de usar y cuidar. Por emergencia, podemos usar en el patio de la casa letrinas de zanja".



ACCIONES A PROMOVER

- Coordinar con los técnicos y dirigentes vecinales la instalación de una letrina demostrativa, para promover la selección de la solución más adecuada a la zona.
- Coordinar con los dirigentes vecinales y los técnicos una campaña de letrización masiva en el barrio.
- Coordinar con los técnicos y dirigentes vecinales la capacitación para su construcción; y la organización de un taller de letrinas.

RESUMEN

La incidencia de enfermedades de origen fecal-oral, puede reducirse significativamente, instalando y usando adecuadamente letrinas mejoradas.

TEMA 6: ELIMINEMOS HIGIENICAMENTE LA BASURA

PROBLEMA

El desconocimiento de la selección y disposición de los residuos sólidos domésticos y la falta de su recojo sanitario a nivel de barrio, conduce a la formación de basurales, creando un ambiente apto para la propagación de insectos, roedores y/o crianza de chanchos, todos ellos portadores de enfermedades infecciosas al hombre a través de los alimentos. Por otro lado, los basurales se han convertido en ambientes de trabajo y vivienda de familias, que viven seleccionando los desechos útiles: cartones, botellas plásticas, de vidrio, latas, etc., con alto riesgo para su salud.

OBJETIVOS

- Analizar las costumbres de nuestro barrio para eliminar las basuras y los problemas de contaminación y salud que pueden estar ocasionando.
- Reconocer la forma higiénica de eliminar la basura y cómo aprovechar los desechos útiles en proyectos productivos a nivel familiar y comunitario.
- Promover la difusión de la selección y disposición higiénicas de los residuos sólidos a nivel domiciliario y comunitario.

INFORMACION BASICA

- Si se dispone higiénicamente la basura se evitan enfermedades. Además, separando los desechos útiles se puede desarrollar proyectos productivos a nivel hogar y comunidad, promoviendo un reuso limpio y un trabajo digno para el recolector.

¿Cómo eliminar higiénicamente la basura?

- Separar botellas plásticas, de vidrio, cajas de cartones, periódicos, latas. Estos pueden ser vendidos.
- Con desperdicios orgánicos: se cortan las cáscaras de verduras, frutas y poda de plantas en trozos pequeños y se mezclan con tierra de cultivo, dejándolos en una maceta u otro recipiente durante 2 a 3 meses (compostaje), luego del cual la tierra tomará un color café oscuro, granular, sin olor, y estará listo para servir de abono (compost).
- Con las sobras de comida se pueden alimentar animales domésticos.
- Lo que es proplamente basura se envuelve en papeles o se echa en un tacho forrado y con tapa.
- Lavarse las manos con agua y jabón siempre después de manipular los desechos.

Sistema público de recolección

- Existen sistemas sencillos que pueden organizarse con la participación de vecinos: microempresas autogestionarias que recogen las basuras con carretas, triciclos, carretillas o cilindros con ruedas, etc. y que fomentan un reuso limpio de residuos o desechos útiles.

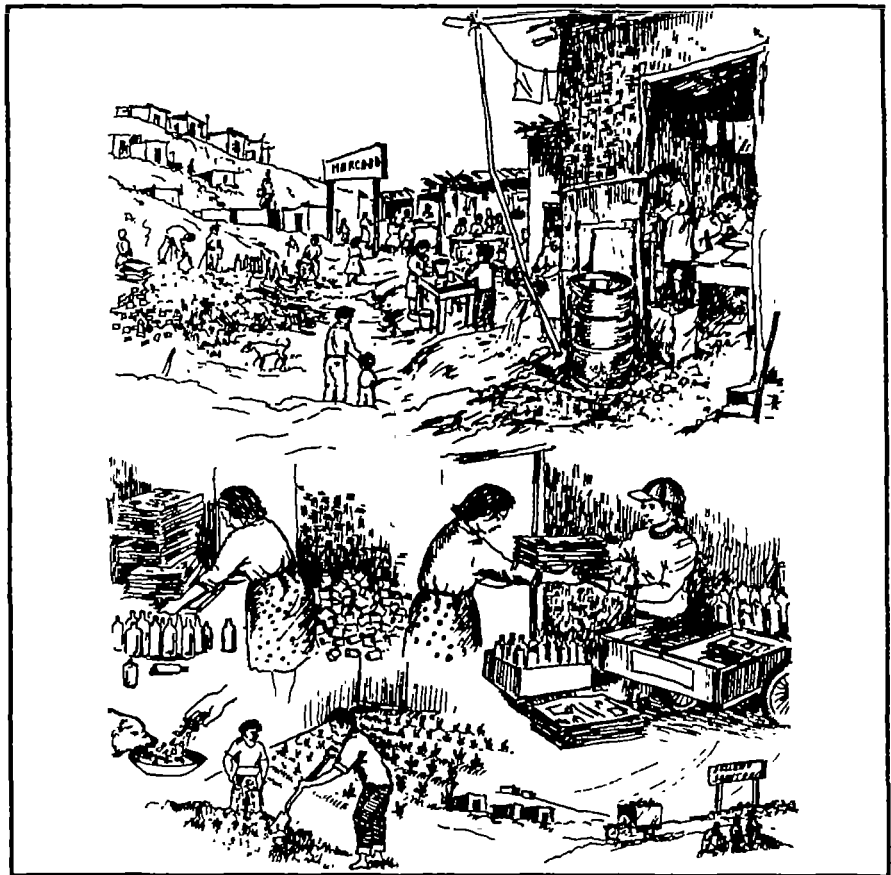
Disposición final de basuras

- El método más sencillo, económico e higiénico para eliminar la basura es el microrelleno sanitario. Su tamaño dependerá de la cantidad de basura y espacio disponible. Se construye en la parte más alejada del barrio y de las fuentes de agua. Aprovechar el desnivel natural del suelo, si lo hay, o excavar zanjas. Recolectada la basura se arroja a la zanja, se cubre con 20 cm de tierra y se apisona, así sucesivamente. Cuando se llena, se excava otra zanja. Sobre las zanjas selladas se pueden plantar árboles.

TECNICA: Trabajo de grupos y sociodrama

- El coordinador apoyándose en la Información Básica y la figura inferior de la lámina No. 7, explica la selección, recolección, aprovechamiento y disposición final de los residuos sólidos. No hace referencia a la problemática de los barrios sin recojo municipal.
- Se forman grupos para preparar un sociodrama a presentar en plenaria, que narre los problemas de un barrio sin recojo municipal y la acción educadora de la movilizadora para conseguir algún(os) cambio(s) en el barrio. (Utilizar lámina No. 7).
- Después de la plenaria nuevamente en grupos, se elabora un esquema de volante informativo dirigido a la población sobre cómo seleccionar, eliminar y aprovechar higiénicamente la basura.

"... para que no se reproduzcan insectos y roedores,... para aprovechar su nuevo uso, y hasta comercializarla a favor de la organización vecinal. Aprovechándola con higiene evitamos las enfermedades"



ACCIONES A PROMOVER

- Coordinar con los dirigentes vecinales la difusión de las soluciones más apropiadas para la disposición higiénica de los residuos sólidos a nivel doméstico y comunitario. Para ello se puede utilizar el material educativo elaborado en la reunión además de las ideas de las madres.
- Coordinar con los dirigentes vecinales y técnicos la capacitación de los pobladores responsables sobre microempresas para el aprovechamiento de los residuos sólidos; y la capacitación sobre el diseño, construcción, operación y mantenimiento de microrellenos sanitarios para los barrios.

RESUMEN

La mayoría de los asentamientos urbano marginales no disponen de un recojo municipal de residuos sólidos, razón por la cual se forman basurales que son focos de enfermedades infecciosas.

La eliminación higiénica de la basura puede ser aprovechada por la organización vecinal para su salud y beneficio económico.

TEMA 7: VIVIR EN UN AMBIENTE SANO

PROBLEMA

La atención parcial y aislada que se da a los diferentes problemas de saneamiento ambiental no permite lograr un ambiente sano para la comunidad. Por falta de información o capacitación y/o recursos, las organizaciones femeninas dentro de su reconocido rol promotor y movilizador, no han priorizado sus acciones para solucionar los problemas de saneamiento ambiental de manera integral como condición básica para alcanzar salud.

OBJETIVOS

- Analizar la relación que existe entre los diferentes problemas de saneamiento ambiental y la importancia de solucionarlos en conjunto para mejorar las condiciones de salud.
- Identificar el rol de las mujeres como promotoras y movilizadoras de acciones para mejorar cada vez más las soluciones de saneamiento ambiental.
- Proponer sugerencias para desarrollar actividades de difusión de proyectos productivos con los recursos disponibles y actividades de educación continua.

INFORMACION BASICA

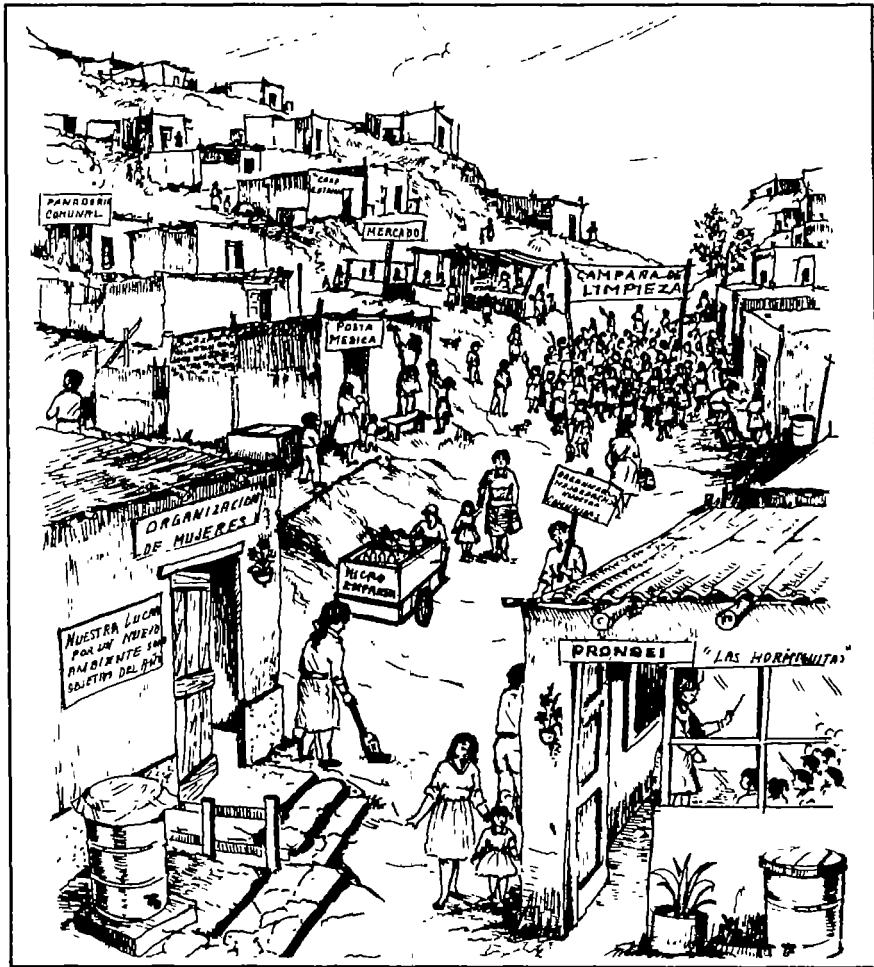
Bajo condiciones ambientales insalubres, ningún esfuerzo en salud que contemple solo la nutrición y la inmunización es suficiente. La organización femenina, lo está comprendiendo así, por ello está solicitando mayor participación en el manejo de la tecnología apropiada para las situaciones que se presentan en los asentamientos urbano marginales en lo que respecta a la mejora del saneamiento ambiental.

- Con cada paso que se dé en la solución de un problema de saneamiento ambiental: mejorar la estructura y distribución de la vivienda y los espacios públicos de la comunidad; la higiene de la casa y del barrio; las prácticas de higiene personal especialmente el lavado de manos con agua y jabón; el manejo higiénico de los alimentos; la eliminación sanitaria de basuras y de excretas; etc. se alejan las enfermedades causadas por dichos problemas.
- Para garantizar el éxito de un programa de saneamiento ambiental estos problemas deben solucionarse en conjunto, porque la presencia de uno solo afecta la salud de todos en el barrio.
- Solucionar el problema como un todo permite usar con eficiencia los recursos propios y los que se obtengan de ayudas externas.
- Mediante la capacitación se fortalecen las organizaciones femeninas para asumir con confianza un rol promotor y movilizador de todas las energías del barrio para dar soluciones a los problemas de saneamiento ambiental.
- Mejorar el saneamiento ambiental no es sólo para alcanzar salud, es además para promover el desarrollo socioeconómico del barrio, tendiendo que cada solución se convierta en un proyecto productivo a través de pequeñas empresas autogestionarias.

TECNICA: Trabajo de grupos

- 1. Se forman grupos para discutir:
 - * De los temas tratados en el módulo, ¿cuál o cuáles son los temas más importantes? ¿Por qué?
 - * ¿Cuál es la interrelación que existe entre los temas del módulo?
 - * ¿Cuál creen es el rol de la mujer en la promoción de un ambiente sano?
- 2. En plenaria presentan las conclusiones. Justificarlas.
- 3. Luego de la discusión el coordinador con ayuda de la Información Básica y de la lámina No. 8 completa o refuerza ideas.

"... es responsabilidad de todos los vecinos. Movilicemos a todos en el barrio, para lograr un ambiente saludable para vivir".



ACCIONES A PROMOVER

- Coordinar con las autoridades y dirigentes vecinales una campaña de limpieza en el barrio.
- Coordinar con los dirigentes vecinales y técnicos la asistencia para planificar la creación de microempresas autogestionarias a partir de proyectos productivos de saneamiento ambiental.
- Considerar la realización de una actividad festiva y promocional de saneamiento ambiental como fin de la capacitación, considerando en su diseño y como participantes a las mujeres asistentes.

RESUMEN

La organización vecinal y la capacitación son importantes para un buen saneamiento ambiental; siendo éste uno de los pilares fundamentales para alcanzar salud. La estrategia es considerar de manera integral los problemas ambientales, tanto para su identificación, como para su solución. Las organizaciones femeninas, por el alcance de su trabajo en los barrios, están llamadas a promover la movilización de toda la comunidad.

NOTAS

NOTAS

ORGANIZADOS PARA ALCANZAR SALUD

LOS NIÑOS SON VIDA Y ALEGRIA DE LOS ASENTAMIENTOS URBANO MARGINALES. SIN DUDA EL MOTIVO PRINCIPAL DE LA ORGANIZACION VECINAL. A ELLOS Y A LA PROTECCION DE SU SALUD VAN DIRIGIDAS ESTAS GUIAS SOBRE EL SANEAMIENTO AMBIENTAL.

EL RECONOCIMIENTO POPULAR SOBRE LA IMPORTANCIA DEL SANEAMIENTO BASICO PARA UNA MEJOR SALUD Y CALIDAD DE VIDA HA SIDO Y ES EL PRINCIPAL IMPULSO QUE ANIMA A LAS FAMILIAS A GOZAR DE ESTOS SERVICIOS... SIN EMBARGO, ESTOS PUEDEN PRESENTAR LIMITACIONES.

EN LOS BARRIOS URBANO MARGINALES, EL DEFICIENTE SANEAMIENTO AMBIENTAL CONSTITUYE EL PROBLEMA RELACIONADO A SALUD MAS SENTIDO. SUS LIMITACIONES FACILITAN LA APARICION DE ENFERMEDADES COMO LAS GASTROENTERITICAS, DE LA PIEL, RESPIRATORIAS; VIOLENCIA SOCIAL Y HASTA DE EPIDEMIAS COMO EL COLERA, SIENDO LOS NIÑOS -PERO TAMBIEN LOS ADULTOS- LOS MAS AFECTADOS.

EL GRAN ESFUERZO EN TIEMPO, DINERO Y TRABAJO FISICO QUE LAS FAMILIAS REALIZAN PARA MEJORAR LA VIVIENDA Y RESOLVER LOS SERVICIOS BASICOS DE HIGIENE DE LA VIVIENDA, PERSONAL Y DE ALIMENTOS, DISPOSICION DE EXCRETAS Y DE RESIDUOS SOLIDOS, HA IMPULSADO EN LOS ULTIMOS AÑOS UN SIGNIFICATIVO ESFUERZO TECNICO Y DE MOVILIZACION SOCIAL PARA ESTUDIAR, ELABORAR, ENCONTRAR Y PONER EN PRACTICA SOLUCIONES SENCILLAS Y ECONOMICAS QUE MEJOREN LA ACTUAL SITUACION DE LOS SERVICIOS DE SANEAMIENTO BASICO.

ESTAS GUIAS PARA LOS TECNICOS DE SANEAMIENTO, CONJUNTAMENTE CON LAS GUIAS PARA LAS MOVILIZADORAS, PARA LAS MADRES Y EL ROTAFOLIO, DESARROLLADOS SOBRE EL AREA TEMATICA DEL "SANEAMIENTO Y SALUD" CONSTITUYEN UNA PARTE DEL PAQUETE EDUCATIVO CON EL CUAL EL CONVENIO UNICEF/PMMS - CEPIS/HPE - OPS/OMS, DA RESPUESTA CON SOLUCIONES PRACTICAS Y EFECTIVAS AL MEJORAMIENTO DE LOS SERVICIOS DE SANEAMIENTO AMBIENTAL EN PUEBLOS JOVENES DE LA COSTA PERUANA.

A LA COMUNIDAD ORGANIZADA, A LAS ORGANIZACIONES FEMENINAS Y A LOS TECNICOS DE SANEAMIENTO, LLAMADOS EN ESTA OCASION A GENERAR UNA ACTITUD COLECTIVA FAVORABLE Y TRANSFORMADORA DE LAS ACTUALES CONDICIONES DE LOS BARRIOS, LES OFRECEMOS ESTAS GUIAS PARA LA PREVENCION DE ENFERMEDADES Y EPIDEMIAS CAUSADAS POR UN MAL SANEAMIENTO.

Diciembre 1991

OPS/CEPIS/MINISTERIO DE SALUD/UNICEF

IMPRESO EN EL CEPIS

ISBN: 18N 11595 (10)

CO: *[Handwritten signature]*

IMPRESO EN EL CEPIS