

Secretaria Municipal de Saúde

Subsecretaria de Vigilância em Saúde

SAÚDE + AMBIENTE =



Itaboraí
COM A FORÇA DO POVO
SAÚDE

VIGILÂNCIA AMBIENTAL EM SAÚDE

E-mail: vig.ambiental@itaborai.rj.gov.br

TRATAMENTO DOMICILIAR PARA CONSUMO HUMANO

A água para consumo humano que não for proveniente da rede pública, ou seja, água de poço, cacimba, fonte, açude, pluvial ou de outras fontes, deve ser filtrada e clorada.

Uma forma simples de filtrar a água é utilizar o filtro de carvão ativado, ou o tradicional filtro de “barro”, ou coar utilizando coador de papel ou pano limpo, e ou ferver. Na impossibilidade de filtrar, coar ou ferver, colocar a água em um vasilhame, devidamente lavado, deixando decantar (separar por gravidade impurezas sólidas em suspensão) até que fique límpida. Após a decantação, coletar a porção d'água superior, colocando em outro recipiente limpo, aonde então será realizada a cloração. A água fervida fica com o sabor alterado, para resolver isto é só esperar a água esfriar e passar toda ela de um recipiente para outro, assim a água será “reoxigenada” voltando a ter o sabor agradável.

OBS: NÃO SE ESQUEÇA DE DESINFETAR OS RECIPIENTES USADOS EM TODOS OS PROCESSOS.

Veja, um exemplo prático de como desinfetar a água para consumo humano, utilizando hipoclorito de sódio a 2,5%.

Volume de água	Hipoclorito de Sódio a 2,5%		Tempo de contato
	Dosagem	Medida Prática	
1 Litro	0,1 ml	02 gotas	30 minutos
20 Litros	2 ml	40 gotas	
150 Litros	15 ml	01 colher de sopa	
500 Litros	50 ml	01 copinhos de café (tipo descartável)	
1.000 Litros	100 ml	02 copinhos de café (tipo descartável)	

- * **Desinfetar a água**= eliminar os microorganismos patogênicos presentes (vírus e bactérias causadoras de doenças).
- * **Filtrar a água**= retirar todo material suspenso, eliminando de ovos de protozoários.

COMO REALIZAR A LIMPEZA DA CAIXA D'ÁGUA E DAS TUBULAÇÕES DE DISTRIBUIÇÃO:

1. Fechar o registro impedindo a entrada de água no reservatório;
2. Esvaziar a caixa d'água abrindo as torneiras e dando descarga, até ficar, aproximadamente, com 15 cm de altura de água;
3. Fechar as torneiras e tampar as saídas da caixa d'água para que a sujeira não desça pela tubulação;
4. Usar a água que sobrou para limpar as paredes e o fundo da caixa. Usar somente panos e escova para a limpeza (**nunca use sabão ou detergentes**);
5. Retirar toda água e os restos de materiais provenientes da limpeza usando pá, baldes e panos, deixando a caixa totalmente limpa (não se esqueça de retirar o tampão usado na saída da água);
6. Abrir o registro e deixar a caixa encher completamente;
7. Acrescentar 1 Litro de Hipoclorito de sódio a 2,5% para cada 1000 Litros – **não usar esta água por 2 horas**;
8. Ao passar às 2 horas, fechar novamente o registro impedindo a entrada de água na caixa;
9. Abrir todas as torneiras até esvaziar a caixa por completo – **esta água irá limpar e desinfetar toda a tubulação de distribuição**;
10. Finalmente abrir o registro liberando a entrada da água – **esta água já poderá ser usada para consumo**.

***NÃO SE ESQUEÇA DE ANOTAR A DATA DA LIMPEZA NO LADO DE FORA DA CAIXA D'ÁGUA, POIS É NECESSÁRIO REPETIR ESTE PROCESSO SEMESTRALMENTE.**

COMO HIGIENIZAR FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS

Frutas e verduras devem ser lavadas e higienizadas assim que chegam a casa, só depois de limpas, secas e embaladas elas devem ir para geladeira.

É insalubre guardar alimentos sem a correta higienização e ou embalados em sacolas plásticas que vieram da rua. **Para retardar ou inibir as contaminações microbianas e a deterioração dos produtos, prevenindo contra intoxicação e infecção de origem alimentar, é necessário realizar a higiene desses alimentos antes do consumo ou acondicionamento.**

⇒ Para a higienização desses alimentos damos como exemplo o hipoclorito de sódio. No mercado existem várias marcas para aquisição.

Dê preferência a produtos (hipoclorito de sódio) que estão acondicionado em embalagens opacas, ou seja, que não deixa atravessar a luz.

Como preparar solução para lavar frutas, legumes e verduras.

Volume de água	Hipoclorito de Sódio a 2,5%	
	Dosagem	Medida Prática
1 Litro	0,5 ml	10 gotas

O alimento cuja casca não é consumida, não precisa ser higienizado, mas deve ser lavado em água corrente. O alimento consumido com a casca deve ser lavado em água corrente e higienizado em solução clorada (hipoclorito de sódio a 2,5%).

1. Lavar as frutas e legumes em água corrente, retirando toda a sujidade de sua superfície;
2. Lavar as verduras e, água corrente, folha a folha, retirando a terra e outras sujidades visíveis. Descarte as folhas amassadas, escurecidas e muito amareladas;
3. Colocar frutas, legumes e verduras de molho em solução clorada, ou seja, em solução de hipoclorito de sódio a 2,5%. Deixar por 15 minutos.
4. Retirar as frutas e legumes do molho deixando escorrer, ou secar com pano limpo e seco, a seguir guardar na geladeira ou na fruteira;
5. Secar as verduras em uma centrífuga, caso tenha, pois as folhas molhadas estragam rapidamente. Não tendo o aparelho, sacuda e disponha as folhas em cima de um pano de prato limpo, secando com papel toalha e acondicionando a seguir em sacos plásticos, potes de vidro ou de plástico.

OS RECIPIENTES UTILIZADOS PARA O ARMAZENAMENTO DEVEM ESTAR LIMPOS.

OBSERVAÇÕES:

- ⇒ Para um consumo saudável, os alimentos higienizados e acondicionados em fruteriras, devem estar adequadamente cobertos, protegido da poeira;
- ⇒ Os utensílios (escova e esponjas) utilizados para esfregar a casca das frutas e legumes, devem ser freqüentemente higienizados com sabão e hipoclorito de sódio, além disso, devem ser usados somente para limpeza destes tipos de alimentos.
- ⇒ Após a higienização, não se deve lavar o alimento outra vez em água corrente, pois a caixa d'água poderá não estar devidamente higienizada, podendo possibilitar nova contaminação nestes alimentos.

POR QUE CUIDAR DA ÁGUA E DOS ALIMENTOS?

É extremamente necessário cuidar da água que bebemos se ela não for proveniente da rede pública, e dos alimentos que consumimos (frutas, verduras e legumes).

A Portaria 2914 de 12/12/2011, determina que toda água proveniente de fontes alternativas (poços, fontes, nascente, água de chuva, caminhão pipa e etc...) para consumo humano, deverá passar por desinfecção ou cloração, além disso, desinfetando a água e os alimentos (frutas, verduras e legumes) evitamos de contrair doenças DIARRÉICAS, por exemplo a **HEPATITE A**.

A **HEPATITE A**, não é uma doença grave, mais sem os devidos cuidados pode até levar a morte.

PORQUE DEVEMOS TOMAR MUITO CUIDADO COM AS ENCHENTES?

A água suja e a lama trazida pela enchente tem alto poder infectante e fica aderida aos móveis, paredes e chão. Recomenda-se retirar essa lama e lavar o local, desinfetando a seguir com um solução de água e hipoclorito de sódio a 2,5%.

Não esqueça de se proteger, usando botas e luvas, evite, sempre que possível, o contato direto com a lama ou a água suja. Usando a proteção necessária e desinfetando o local atingido pela enchente, evitaremos também contrair a LEPTOSPIROSE (doença transmitida através do contato da água contaminada com urina de rato).

Como preparar uma solução desinfetante para limpeza decorrente de enchentes

Volume de água	Hipoclorito de Sódio a 2,5%	
	Dosagem	Medida Prática
20 Litros	400 ml	08 copinhos de café (tipo descartável)
200 Litros	4 litros	02 garrafas de refrigerante de 2 litros (tipo pet)
400 Litros	8 litros	04 garrafas de refrigerante de 2 litros (tipo pet)
1.000 Litros	20 litros	02 baldes de 10 litros ou 10 garrafas de refrigerante de 2 litros (tipo pet)

*Estas medidas são somente para solução desinfetante **E NÃO PARA CONSUMO HUMANO**.

