



Controle e prevenção de doenças transmitidas pela
ÁGUA CONTAMINADA

Você sabia?

A água é fonte de vida, mesmo assim, quando não está adequada para ser usada, pode transmitir diversas doenças devido à presença de contaminações como bactérias, vírus e protozoários. Essa situação pode se agravar durante o período chuvoso, pois a água da chuva pode arrastar lixo e detritos para os rios e corpos d'água que atravessam a cidade.



Formas de contaminação



beber água
contaminada



comer peixes de
águas poluídas



frutas e verduras regadas
com água contaminada



nadar ou praticar esportes
em águas impróprias

PRINCIPAIS DOENÇAS TRANSMITIDAS PELA ÁGUA

DOENÇAS DIARRÉICAS

A diarreia pode ser causada por vírus, bactérias e parasitas e geralmente é acompanhada por vômitos, febre e dor abdominal. Os casos mais graves geram **intensa desidratação**, e podem ser fatais. Ao apresentar diarreia, é importante a utilização do **soro caseiro** para prevenir a desidratação.



COMO PREVENIR



lavar as mãos com sabão antes das refeições ou após ir ao banheiro.



beber água tratada ou que tenha sido filtrada ou fervida.



deixar frutas e verduras de molho em 1 litro de água + 1 colher de água sanitária por 15 minutos e depois lavar.

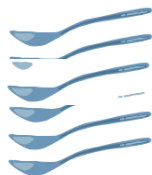


fazer o descarte correto do lixo, se possível separando metais, vidros e materiais orgânicos.

COMO FAZER SORO CASEIRO



+



+



1L de água

6 colheres de chá de açúcar

1 colher de chá de sal

PRINCIPAIS DOENÇAS TRANSMITIDAS PELA ÁGUA

DENGUE, ZIKA E CHIKUNGUNYA

São três doenças diferentes que têm em comum o fato de serem transmitidas pelo mosquito *Aedes aegypti*, que costuma se reproduzir em água limpa e parada. Embora sejam doenças sérias, podem ser combatidas com atitudes simples, como tampar reservatórios de água e evitar o acúmulo de água em pneus e latas.



COMO EVITAR



manter caixas d'água limpas e fechadas



remover folhas e sujeiras de calhas



descartar adequadamente garrafas e pneus



tratar a água de piscinas e fontes com produtos adequados



não deixar acumular água em bandejas da geladeira



evitar o acúmulo de água em pratos de vasos de planta



manter ralos limpos e com telas para evitar criadouros



manter baldes com a boca para baixo

PRINCIPAIS DOENÇAS TRANSMITIDAS PELA ÁGUA

VERMINOSES

São infecções no intestino provocadas por vermes ou parasitas. As verminoses podem causar sérios problemas de saúde, como anemia, perda de peso, dores abdominais e diarréias. São transmitidas pela ingestão de água e alimentos impróprios ou contato com solo contaminado.



COMO PREVENIR

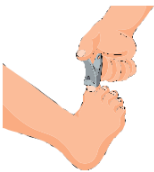
As verminoses podem ser prevenidas mediante a adoção de medidas adequadas de higiene.



lavar as mãos com
água e sabão



lavar bem os alimentos
ou cozinhá-los antes
do consumo



manter unhas limpas
e aparadas



andar calçado



beber apenas água
filtrada, fervida ou
tratada com hipoclorito

COMO FAZER O TRATAMENTO CASEIRO DA ÁGUA

A água de poços, riachos e cacimbas e fontes nem sempre são adequadas para o consumo. Quando a qualidade da água que você consome estiver comprometida, algumas ações podem ajudar você a deixar o consumo de água mais seguro.

FILTRAÇÃO

Quando não houver disponibilidade de água tratada, utilizar um filtro de barro à vela para filtrar a água, uma medida simples e barata para torná-la limpa.



FERVURA

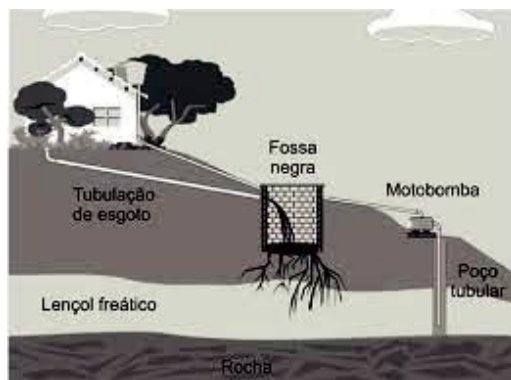
Ferver a água é uma forma muito segura de tornar a água própria para o consumo. Quando não for possível filtrar, coe a água em um pano limpo e depois deixe ferver pelo menos, cinco minutos. Depois agite a água com uma colher para deixar o gosto agradável.

HIPOCLORITO DE SÓDIO

Ótimo para desinfecção da água e é distribuído gratuitamente em **postos de saúde** ou pode ser encontrado na água sanitária (conhecida como *Qboa*). Deve-se utilizar apenas 2 gotas para cada litro de água e esperar agir por 15 minutos. Também pode ser utilizado para lavar frutas e verduras.



CUIDADO COM BANHEIRO: PRÓXIMO DE POÇO



Contaminação dos lençóis freáticos. Crédito: RIBEIRO, Camila Guimarães
Tratamento e captação de água no campo. Disponível em: <http://www.cpt.com.br/cursos-meioambiente/artigos/tratamento-ecaptacao-de-agua-no-campo>. Acesso em: fevereiro de 2022.

A fossa rudimentar, também conhecida como fossa negra, é apenas um buraco escavado no terreno, no qual os dejetos são lançados diretamente sobre o solo, infiltrando-se e contaminando com coliformes fecais o subsolo e as águas subterrâneas do lençol freático que abastecem os poços existentes nas proximidades. O ideal é que a fossa seja do tipo “séptica” e construída a pelo menos 15 metros abaixo do poço.

CRÉDITOS E FONTES

Esta cartilha foi organizada por acadêmicos do Curso de Medicina da Universidade Federal do Norte do Tocantins para o Programa Alvorecer a partir de textos e manuais do Ministério da Saúde e instituições como a Fundação Oswaldo Cruz.

Salvo indicação contrária, o crédito das imagens é devido à Freepik (www.freepik.com) e usados sob a condição de menção nos créditos.

Projeto

“Qualidade da água x epidemiologia no campo de práticas de saúde ambiental”

PROGRAMA INTEGRADO ALVORECER

EDITAL Nº 031/2021

CURSO DE MEDICINA

Universidade Federal do Norte do Tocantins
(UFNT)

Fale conosco: saudeunicato@gmail.com

Apoio:



COMITÊ DE BACIAS DO
RIO LONTRA E CORDA



SUGESTÕES DE SITES:

Agência Nacional de Águas e Saneamento Básico (ANA)

<https://www.gov.br/ana/pt-br>

ÁguaBrasil

<https://www.aguabrasil.iciet.fiocruz.br/>

Fenômenos dos rios voadores

<http://riosvoadores.com.br/educacional/importancia-da-agua/>

Vídeo educativo da ANA sobre a “Lei das Águas”.

<https://greenlegis.com.br/noticia/video-educativo-da-ana-explica-a-lei-das-aguas-2/>

Vídeo sobre “Água – essência da vida”

<https://www.youtube.com/watch?v=Cst5qxyzCBfc>

ANOTAÇÕES: