



ORIENTAÇÕES E CUIDADOS APÓS ENCHENTES

O CIEVS SÃO GONÇALO orienta que após as enchentes é importante que a população adote algumas medidas preventivas para proteger a própria saúde. Esses cuidados ajudam a evitar doenças como a leptospirose, além de reduzir o risco de acidentes por animais peçonhentos, como as serpentes.

COMO SE PROTEGER DA LEPTOSPIROSE DURANTE E APÓS UMA ENCHENTE

A leptospirose é uma doença grave transmitida principalmente pelo contato com água e lama contaminadas pela urina de roedores.

Medidas de proteção:

- Utilize sempre **botas impermeáveis e luvas** ao transitar em áreas alagadas ou com lama.
- Evite o contato direto da pele com a água de enchente.
- Caso tenha cortes, feridas ou arranhões, **cubra-os com curativos impermeáveis** antes de qualquer contato com áreas inundadas.
- Lave bem as mãos e o corpo com água e sabão após o contato com água ou lama.
- Evite permanecer desnecessariamente em áreas alagadas.

COMO SE PROTEGER DE ATAQUES POR ANIMAIS PEÇONHENTOS DURANTE E APÓS UMA ENCHENTE

Durante enchentes, muitos animais peçonhentos se deslocam em busca de abrigo e terra seca, aumentando o risco de acidentes.

Cuidados importantes:

- Ao entrar em áreas alagadas, esteja atento(a), pois **serpentes, escorpiões e aranhas** podem estar se deslocando.
- Regiões próximas a rios e áreas de mata apresentam maior risco.
- Ao retornar para casa, **inspecione todos os ambientes** antes de circular.
- **Sacuda roupas, sapatos, toalhas e lençóis** antes de utilizá-los.
- Não coloque as mãos em **buracos, frestas, entulhos ou debaixo de móveis**.
- Utilize ferramentas (cabos de vassoura, enxadadas, pedaços de madeira) para mover objetos.
- **Nunca ande descalço**. Use calçados fechados e resistentes.
- Durante a limpeza, tenha cuidado ao manusear qualquer objeto.
- Observe cantos da casa, paredes, móveis e superfícies antes do contato.

COMO PREVENIR O TÉTANO DURANTE E APÓS UMA ENCHENTE

O tétano é uma doença grave causada por bactéria presente no solo, na lama e em objetos contaminados.

Formas de prevenção:

- Mantenha a vacinação em dia (vacinas DTP, DT ou dT).
- O esquema básico é de três doses, com reforço a cada 10 anos.
- Em caso de ferimento, procure a unidade de saúde para avaliação vacinal.
- Lave e desinfete imediatamente qualquer ferimento.
- Evite ferimentos profundos e exposição de cortes à lama.
- Use luvas e calçados fechados em áreas alagadas.

- Evite manusear terra, lama, adubo ou objetos sujos se tiver feridas abertas.

CUIDADOS COM OS ALIMENTOS APÓS UMA ENCHENTE

A água da enchente pode conter esgoto, produtos químicos e microrganismos perigosos.

Devem ser descartados:

- Todos os alimentos que tiveram **qualquer contato com água de enchente ou lama**.
- Alimentos em embalagens **não totalmente impermeáveis**, como: Caixas longa vida, potes e frascos, garrafas, embalagens plásticas, sacos e pacotes...
- Mesmo que aparentem estar secos, **não são seguros para consumo. Nunca experimente o alimento para testar se está próprio para consumo**. Em caso de dúvida: **DESCARTE**.

TRATAMENTO DE ÁGUA APÓS UMA ENCHENTE

Antes de manipular a água lavar sempre as mãos e os braços para não a contaminar. Separe um recipiente higienizado com tampa e com boca preferencialmente estreita, apenas para guardar a água tratada para beber.

Opção 1 – Filtrar e Desinfetar (com hipoclorito)

- Filtre ou coe a água usando: filtro doméstico ou coador de papel ou pano limpo
- Adicione 2 gotas de hipoclorito de sódio a 2,5% para cada 1 litro de água.
- Misture bem.
- Aguarde 30 minutos antes de consumir.

A água tratada com hipoclorito deve ser consumida em até 24 horas.

Pode-se usar água sanitária comum, desde que: Tenha cloro ativo entre 2,0% e 2,5% e não contenha perfume, essência, alvejante ou outros aditivos

Opção 2 – Filtrar e Ferver (na ausência de hipoclorito)

- Filtrar ou coar a água.
- Ferver por **5 minutos após o início da fervura**.
- Aguardar esfriar.
- Antes de beber, recomenda-se **sacudir/chacoalhar a água** para melhorar a oxigenação.

Mensagem Final

Cuidar da saúde após uma enchente é uma responsabilidade coletiva. Pequenas atitudes de prevenção salvam vidas, evitam surtos e protegem toda a comunidade.

Prevenir é sempre o melhor caminho.

REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde ENCHENTES Disponível em :
<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/e/enchentes>

EQUIPE CIEVS-SG

Coord. Andressa Antunes de Moraes
Adm. Gabriel Vasconcelos Diz
Enf. Lorena Santos da Conceição
Apoiadora Maria da Glória Cardozo