

CUIDA LA HIGIENE



Te ofrecemos una serie de **recomendaciones de higiene** para realizar las labores de desescombro y limpieza de hogares, comercios e infraestructuras afectados por la DANA, **evitando los riesgos para la salud** que comportan el paso del tiempo, el estancamiento de aguas y lodos, los restos biológicos en descomposición y los carburantes derramados.



DURANTE LAS LABORES DE LIMPIEZA



> No es aconsejable que participes en estas labores si estás **embarazada**, eres **menor** o padeces algún **problema de salud**, especialmente de tipo respiratorio o de debilitamiento del sistema inmunológico.



> **Utiliza ropa adecuada:** pantalones largos, manga larga y botas de agua.



> **Protégete** la nariz, boca, ojos y manos con mascarillas, guantes y gafas.



> **No comas**, bebas, te rasques o manipules el móvil con los guantes puestos.



> **Lávate frecuentemente las manos** y siempre antes de manipular alimentos o bebidas (con agua y jabón o gel hidroalcohólico).



> **Si tienes heridas**, mantenlas limpias y cubiertas.



> Si es posible, al acabar el día, **lava la ropa** manchada con agua caliente y jabón.



SOBRE USO DE AGUA POTABLE Y ALIMENTACIÓN



> Sigue las **instrucciones de las autoridades locales** referentes al consumo de agua potable para beber, cocinar o lavarte los dientes. Ante la duda, usa agua embotellada.



> **No consumas alimentos** que hayan estado en contacto con el agua o el barro, excepto latas y tarros de conservas herméticos. Lávalos antes con agua y jabón, y, si es posible, hiérvelos durante 2 minutos. Déjalos secar al menos 1 hora.



> **Desecha los alimentos húmedos** que no puedan limpiarse y secarse rápidamente.



> **No consumas alimentos congelados o refrigerados** que no se hayan mantenido a temperaturas adecuadas por falta de suministro eléctrico.



> **Mantén la basura** y los desechos orgánicos en **bolsas y contenedores**, separados del contacto humano y de alimentos.



OTROS

> **No manipules restos de animales:** si te encuentras con alguno, comunícalo a las autoridades para una retirada segura.

> **No uses electricidad si hay agua en el suelo.** Corta el paso de la electricidad y espera a que cables y dispositivos estén completamente secos antes de volver a conectarlos.

