

**EVITE MAIS  
RISCOS EM  
SITUAÇÕES DE  
DESASTRES OU  
EMERGÊNCIAS**



**Cuidados  
com a água e os  
alimentos**





## **EM SITUAÇÃO DE DESASTRE OU EMERGÊNCIA, SIGA ALGUNS CUIDADOS ANTES DE CONSUMIR ÁGUA E ALIMENTOS.**

- Após desastres ou emergências hidrológicas, algumas doenças podem se propagar facilmente através da água, que pode ter sido contaminada inclusive por esgoto.
- O consumo de água ou alimentos contaminados pode causar várias doenças, entre elas as doenças diarreicas agudas e surtos de doenças de transmissão hídrica e alimentar. Os casos podem ser leves ou graves e até evoluir para morte.
- Procure a unidade de saúde, caso apresente diarreia, vômitos, náuseas, dor abdominal, febre.
- Informe, caso conheça outras pessoas com o mesmo quadro clínico. Isso pode ser um surto.

## NÃO SE AUTOMEDIQUE.

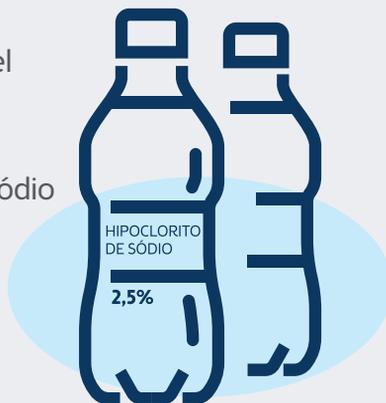
Lave as mãos após o contato com a água da enchente/ inundação/ alagamento/ lama. Certifique-se também de lavar as mãos das crianças e idosos com água e sabão frequentemente, sempre antes das refeições e após usar o banheiro.



## CUIDADOS COM A ÁGUA

### PARA BEBER, USE APENAS ÁGUA TRATADA.

Nas situações em que a água esteja comprometida e não haja água potável para consumo, você deve tratar a água disponível através da filtração e desinfecção, utilizando hipoclorito de sódio a 2,5% (opção 1) ou fervura (opção 2):



## **OPÇÃO 1**

### **FILTRAR E DESINFETAR**

- 1º** Filtrar ou coar a água com filtro doméstico, coador de papel ou pano limpo.
- 2º** Após a filtração, adicionar 2 gotas de hipoclorito de sódio a 2,5% para cada 1 litro de água.
- 3º** Misturar bem e esperar meia hora (30 minutos) antes de consumir a água.

**Atenção! A água tratada com hipoclorito de sódio a 2,5% deve ser consumida em até 24h.**



## **OPÇÃO 2 FILTRAR E FERVER**

**Atenção! Na falta do hipoclorito de sódio a 2,5%, é necessário filtrar e ferver a água por cinco minutos antes de beber e/ou lavar alimentos.**

- 1º** Filtrar ou coar a água com filtro doméstico, coador de papel ou pano limpo.
- 2º** Depois de filtrar ou coar, ferver por 5 minutos após o início da fervura.
- 3º** Aguardar a água esfriar. Recomenda-se sacudir/chacoalhar a água após a fervura, antes de beber.

Antes de manipular a água, para não contaminá-la, lavar sempre as mãos e os braços. Separe um recipiente/vasilha limpo e com tampa para guardar a água tratada para beber.

Todo recipiente utilizado para guardar água deve ser limpo e desinfetado. Não se pode usar água sanitária que contenha alvejante e perfume para desinfetar água para consumo humano.

**Atenção! Caso observe alguma alteração na água da torneira (como odor e/ou coloração diferente do habitual), entrar em contato com a Secretaria Municipal de Saúde para que a empresa responsável pela distribuição da água seja acionada e o problema corrigido.**

## CUIDADO COM OS ALIMENTOS

O cuidado com a higienização, preparação e armazenamento dos alimentos é um procedimento de extrema importância, pois alimentos manipulados e armazenados de forma inadequada podem transmitir doenças.

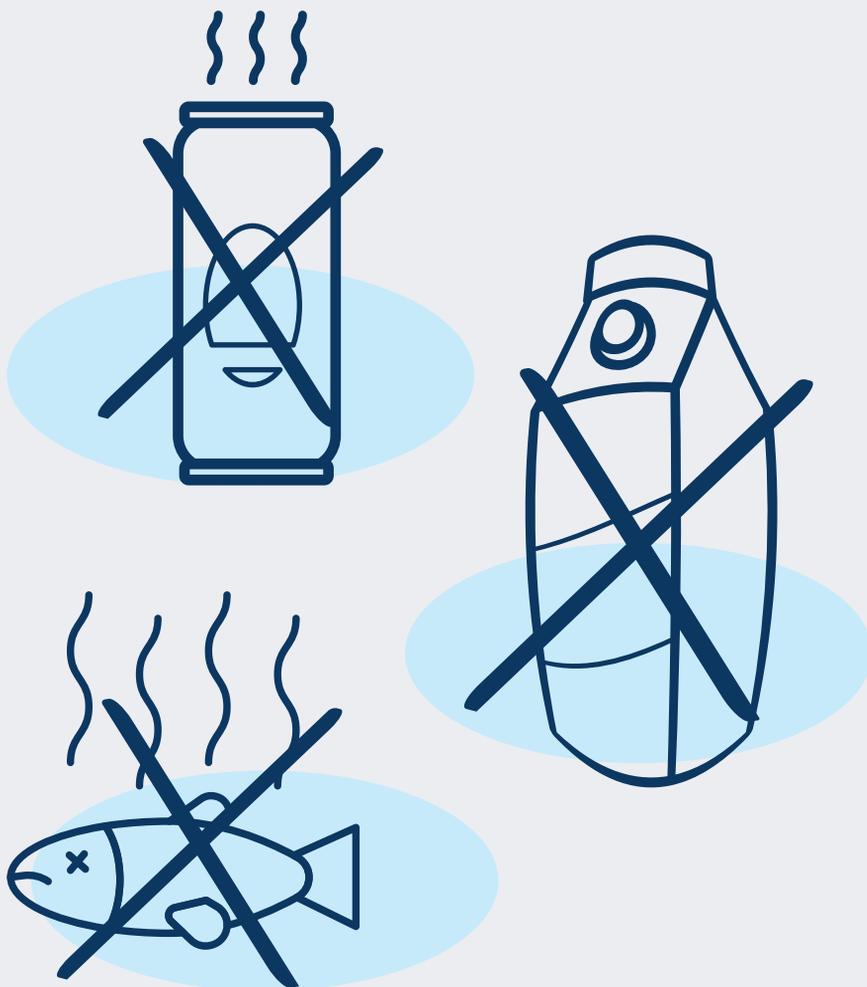
Durante e depois de desastres e emergências hidrológicas como enchentes/inundações/alagamentos, é possível que os alimentos não estejam em condições adequadas para serem consumidos.



## **NESSAS SITUAÇÕES É IMPORTANTE DESCARTAR E NÃO CONSUMIR:**

- Qualquer alimento que tenha entrado em contato com a água de enchentes/inundações/alagamentos/lama.
- Alimentos conservados em embalagens que não sejam à prova d'água ou vedados, como potes, garrafas, frascos de vidro, caixas longa vida, ensacados, abertos ou fechados, que tiveram contato com água da enchente devem ser descartados. Mesmo que a comida pareça seca, pode não ser segura, pois a água da enchente pode penetrar nesses recipientes e nas suas tampas.
- Alimentos com cheiro, cor ou aspecto alterado em qualquer parte (úmido, mofado, murcho).
- Alimentos como leite, carne, peixe, frango e ovos, crus ou malcozidos.
- Frutas, verduras e legumes estragados ou escurecidos.
- Alimentos cozidos ou refrigerados, principalmente carne, frango, peixe e sobras de alimentos que tenham ficado por mais de uma hora fora da geladeira ou, dentro da geladeira fechada, por mais de quatro horas sem energia.
- Qualquer alimento com validade vencida.

- Alimentos com embalagens em latas, PET, vidros e caixa tipo “longa vida” que apresentem sinais de alteração, como inchaço, esmagamento, vazamento, ferrugem, buracos, tampas estufadas e com outros danos, abertos ou fechados devem ser descartados, mesmo que não tenham entrado em contato com a água de enchente.



## **ALIMENTOS QUE PODEM SER REAPROVEITADOS APÓS CONTATO COM ÁGUA DE ENCHENTE:**

São seguros apenas os alimentos industrializados e embalados em latas de metal herméticas e seladas, que **NÃO** estejam danificadas, amassadas, enferrujadas ou abertas.

No entanto, as latas devem ser cuidadosamente limpas e desinfetadas antes do uso.

Em situações em que não seja possível armazenar os alimentos refrigerados, é importante que seja preparada apenas a quantidade para ser consumida imediatamente, para que não estrague e não haja contaminação.

**Atenção! Nunca experimente o alimento para determinar se ele é seguro. Em caso de dúvida, descarte-o!**

## **HIGIENIZAÇÃO DAS EMBALAGENS DE ALIMENTOS QUE PODEM SER REAPROVEITADOS APÓS CONTATO COM ÁGUA DA ENCHENTE:**

- Remova os rótulos removíveis, pois eles podem abrigar sujeiras e micro-organismos;
- Higienize as embalagens da seguinte forma: lave com água e sabão com ênfase à esfregação mecânica em água corrente, enxágue e coloque as embalagens de molho por 15 a 30 minutos em solução de água clorada (1 colher de sopa de água sanitária 2,0% a 2,5%, sem aditivos - perfumes/alvejantes - para cada 1 litro de água);
- Após a higienização, elabore e cole outra etiqueta/ rótulo com no mínimo as seguintes informações: nome do produto, nome do fabricante, lote e prazo de validade contidos no rótulo.

**O LIXO DEVE SER ACONDICIONADO FECHADO EM SACOS PLÁSTICOS, EM LIXEIRAS OU LATÕES COM TAMPA, ARMAZENADO EM LOCAIS ALTOS PARA EVITAR O CONTATO COM ANIMAIS E INSETOS, ATÉ QUE SEJA COLETADO.**





DISQUE  
SAÚDE **136**

   /minsaude

 /ministeriodasaude

 /MinSaudeBR

Saiba mais em  
**gov.br/saude**



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE

GOVERNO FEDERAL  
**BRASIL**  
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO