

UMA SITUAÇÃO DE **SECA**
ENVOLVE **RISCOS ACRESCIDOS**
PARA A SAÚDE DE:

- **Grávidas**
- **Crianças**
- **Idosos**
- **Portadores de doenças crónicas** (renais, diabetes, respiratórias) e com sistemas imunitários deprimidos
- **Pessoas que vivem em deficientes condições de habitação**
- **Pessoas que vivem em comunidades rurais**, as quais podem desenvolver situações de depressão decorrentes da perda de bens associados à agricultura



Editor: Direcção-Geral da Saúde / Design: Via Coloris, Lda. / Impressão: TeXtype, Lda. / Tiragem: 100.000 exemplares

Para mais informações, contacte:

Linha Saúde Pública
808 211 311

Sítio da DGS
www.dgsaude.pt



Direcção-Geral da Saúde

SECA

Riscos para a Saúde



QUE CUIDADOS DEVERÁ TER?

ÁGUA PARA CONSUMO HUMANO

A **SECA** é um fenómeno natural extremo que se caracteriza por falta de chuva durante um certo período de tempo, mais ou menos longo, e que causa efeitos prejudiciais quer ao nível do ambiente e da saúde, quer do ponto de vista social e económico.

Os principais riscos para a saúde decorrentes da insuficiente quantidade de água estão relacionados principalmente com a perda da sua qualidade para determinadas utilizações:

- consumo humano
- higiene pessoal
- preparação de alimentos

Em determinadas condições podem surgir **doenças associadas ao aumento de insectos e roedores, o acréscimo das doenças alérgicas e o agravamento da ocorrência de incêndios.**

ATENÇÃO

O uso de uma água imprópria para consumo humano poderá provocar riscos diversos para a saúde, entre os quais se destacam, **vómitos, diarreias, gastroenterites, etc.**

Sistemas de Abastecimento PÚBLICO

- Deverá ter em atenção as recomendações dos responsáveis pela distribuição de água da sua zona e os avisos das autoridades de saúde

Sistemas de Abastecimento ALTERNATIVO

- Se tiver que recorrer a ABASTECIMENTOS DE ÁGUA ALTERNATIVOS, com qualidade da água desconhecida, como **poços, furos, fontanários, nascentes, etc.**, recomendam-se pelo menos os seguintes **cuidados adicionais**:

Antes de consumir

FERVER a água

Ferver a água durante 10 minutos, contados a partir do momento em que a água começa a borbulhar.

O recipiente deverá de preferência estar tapado para evitar perdas por evaporação;

Adicionar uma gota de limão à água fervida para melhorar o seu sabor;



10 mn



1 gota

ARMAZENAR a água

A água deve ser colocada em recipiente próprio, correctamente tapado e de preferência em local fresco;

Aconselha-se o armazenamento da água apenas durante um dia, antes de ser consumida.



1 dia

ou DESINFECTAR a água

- com produtos à base de cloro

No caso de se pretender desinfectar a água poderá utilizar solutos de hipoclorito de sódio, **sem corantes nem detergentes.**

Para esclarecimento de dúvidas dirija-se ao **CENTRO DE SAÚDE** mais próximo.

Se tiver acesso a água fornecida através de **AUTO-TANQUE** deverá utilizar recipientes adequados e limpos para o transporte da água, bem como, seguir os procedimentos mencionados como medida de precaução.



ÁGUA PARA BANHO OU FINS RECREATIVOS

Não deverá tomar banho em águas do mar, de rios ou albufeiras que estejam interditas ao uso para banhos pois pode provocar riscos para a saúde tais como:

- Dermatites (urticárias);
- Irritação dos olhos e conjuntivites
- Otites;
- Náuseas, vómitos, cólicas, diarreias e gastroenterites

Tenha especial atenção à **placa informativa** sobre a qualidade da água de banho ou para fins recreativos.



NÃO TOME BANHOS EM ZONAS NÃO CONTROLADAS / VIGIADAS