



FARMACÉUTICO, DISPENSADOR DE SALUD

Información para los profesionales farmacéuticos destinada a colaborar con su labor de educador sanitario

Recomendaciones frente a situaciones de intensas lluvias y anegamiento

En esta temporada de intensas lluvias, algunas zonas pueden permanecer anegadas e incluso inundadas, con el riesgo de que se produzca contaminación de las fuentes de agua y alimentos y proliferación de vectores (roedores, moscas, mosquitos) capaces de transmitir agentes infecciosos. Frente a esta situación, el farmacéutico puede brindar información sobre medidas de prevención a llevar a cabo para evitar enfermedades.

Algunas recomendaciones...

■ Lavado de manos

Lavarse las manos frecuentemente con **agua segura y jabón** antes de preparar y/o ingerir alimentos, después de usar el baño y de cambiar pañales o limpiar a un niño que ha usado el baño, antes y después de administrar cuidados a una persona enferma, antes de dar el pecho y todas las veces que sea necesario. Si no se dispone de agua segura y jabón puede usarse alcohol en gel, aunque no reemplaza al lavado.

■ Uso de agua segura

El agua para consumo humano (beber, cocinar, bañarse), debe ser segura (limpia y no contaminada).

Si no se dispone de agua potable se aconseja realizar alguna de estas acciones:

- Agregar 2 gotas de lavandina por litro de agua, tapan el recipiente y dejar reposar 30 minutos antes de usarla.
- Hervir el agua entre 2 y 3 minutos y luego enfriar sin destaparla. Si se va a pasar a otro recipiente, lavarlo previamente con agua segura.
- Agregar 1 pastilla potabilizadora por cada 3 litros de agua aparentemente limpia, dejar reposar.

■ Consumo de alimentos en buenas condiciones

Revisar los alimentos que hayan quedado en el hogar y eliminar aquéllos que contengan suciedad o sus envases estén abollados u oxidados.

Consumir preferentemente alimentos cocidos y recién preparados.

Mantener tapados los alimentos.

Lavar las frutas, las verduras, los utensilios de cocina y las mamaderas, con agua segura.

Si hay cortes de luz, se debe tener en cuenta que los alimentos colocados en un *freezer* pueden conservarse habitualmente 24 horas, siempre y cuando éste permanezca cerrado. Si se encuentran en la heladera, el tiempo de conservación de alimentos perecederos (leche, carne,

pescado, etc.) generalmente es de 4 a 6 horas. Dichos alimentos no pueden conservarse a temperatura ambiente, sí en cambio las frutas y verduras hasta que muestren signos evidentes de deterioro.

■ Higiene de la casa

Limpiar y desinfectar con lavandina (1 pocillo de café cada 10 litros de agua) las paredes, pisos y otras superficies de la casa. Nunca mezclar lavandina y detergente en el mismo recipiente porque puede ser tóxico. Usar calzado cubierto y guantes para realizar estas tareas.

■ Disposición de residuos

Hasta que los mismos puedan ser recolectados, se sugiere mantenerlos en recipientes cerrados de preferencia lejos del suelo, para evitar que sean fuente de alimento para roedores. Además, los excrementos provenientes de animales domésticos deben ser dispuestos de forma tal de evitar la contaminación del ambiente. Levantar diariamente la materia fecal.

■ Control de enfermedades infecciosas

Además de las recomendaciones mencionadas, para evitar enfermedades infecciosas es importante tener en cuenta algunas medidas específicas:

- *Infecciones transmitidas por mosquitos:* eliminar el agua acumulada en recipientes que se comportan como criaderos de mosquitos. Para evitar las picaduras, usar pantalones largos, medias y camisas de manga larga así como repelentes de insectos.
- *Enfermedades transmitidas por roedores:* evitar el contacto con la orina de los animales, combatir las ratas, no acumular basura, utilizar guantes y botas para desratizar, no bañarse en las aguas que pudieran estar contaminadas y usar botas de goma para transitar en esos lugares.
- *Enfermedades diarreicas:* utilizar agua segura, lavarse frecuentemente las manos, mantener la lactancia materna y disponer la basura en recipientes bien protegidos.
- *Enfermedades respiratorias:* afectan a toda la población pero, fundamentalmente, a los menores de 5 años y a las personas de más de 65 años. Se sugiere el lavado de manos frecuente con agua segura. Sostener la lactancia materna, al menos hasta que el bebé cumpla los 6 meses y ofrecerle el pecho con más frecuencia en caso de que se enferme. Ventilar todos los ambientes a diario. Tener el plan de vacunación al día de acuerdo con el Calendario Nacional de Vacunación.
- *Tétanos:* frente a la posibilidad de heridas y accidentes controlar que tanto los niños como los adultos cuenten con las dosis de vacuna antitetánica recomendadas según la edad. En caso de presentar heridas, lavar las mismas con agua limpia y jabón y concurrir al centro de salud más cercano para la evaluación.
- *Otras enfermedades:* la autoridad sanitaria podrá recomendar otras vacunas, por ejemplo, vacuna contra la Hepatitis A, antigripal, y medicamentos para disminuir el riesgo de ciertas enfermedades como la leptospirosis.

Prevenición de Tétanos frente a una herida

Niños menores de 6 años: completar esquema según edad.

Niños mayores de 7 años:

- Si tienen esquema completo, no se requiere administrar la vacuna.
- Con esquemas incompletos, aplicar las dosis faltantes independientemente del tiempo transcurrido.
- Sin antecedentes vacunal, iniciar esquema (0-1- 6 meses).

Adolescentes:

- Con esquemas completo de la infancia, aplicar refuerzo si pasaron más de 5 años de la última dosis.
- Con esquemas incompletos, aplicar las dosis faltantes independientemente del tiempo transcurrido.
- Sin antecedente vacunal, iniciar esquema (0-1-6 meses).

Adultos:

- Con esquemas completo, aplicar refuerzo si pasaron más de 5 años de la última dosis.
- Con esquemas incompletos, aplicar las dosis faltantes independientemente del tiempo transcurrido.
- Sin antecedente vacunal, iniciar esquema (0-1-6 meses).

Todos aquellos que presenten cualquier tipo de herida y tengan el esquema incompleto deberán recibir gammaglobulina más la vacuna con componente antitetánico correspondiente por edad.

Prevención de la Hepatitis A

Niños desde 1 año a 14 años: Es esperable que todos los recién nacidos desde 2004 en adelante deben tener una dosis aplicada. Estos niños no necesitan refuerzo.

Niños mayores de 14 años hasta 21 años: aplicar 1 dosis, sino se aplicó antes.

Personas mayores de 21 años: se supone que padecieron la enfermedad, evaluar antecedentes de vacunas y/o enfermedad.

Es importante que el personal afectado a la emergencia hídrica cuente con las vacunas recomendadas.

Quimioprofilaxis de leptospirosis con "doxiciclina"

Está **indicado para** aquellas personas que:

- Permanecen en áreas de anegamiento o inundación.
- Realizan tareas de desmalezamiento o limpieza en áreas inundadas o anegadas.
- Regresan a su domicilio que estuvo inundado y llevan a cabo la limpieza de la casa.

Dosificación

Niños de 8 a 12 años: 100 mg (1 comprimido).

Personas mayores de 12 años: 200 mg (2 comprimidos).

Sólo se repetirá la dosis semanalmente si permanecen las condiciones de riesgo.

Es aconsejable administrarla con las comidas, acompañada con un vaso de agua o leche y esperar 1 hora para acostarse, para disminuir el riesgo de irritación gastroesofágica.

No se recomienda en embarazadas ni menores de 8 años de edad.



Frente a los siguientes síntomas y accidentes: fiebre, diarrea, vómito, dolor muscular, erupción, mordedura (perro, gato, víbora, rata), picadura (alacrán, araña u otros insectos), heridas cortante o punzantes es importante concurrir a un centro de salud.

Bibliografía

- Dirección Provincial de Promoción y Prevención de la Salud. Ministerio de Salud. Provincia de Santa Fe. [Fecha última consulta: 23/01/19]
- Ministerio de Salud de la Nación. Inundaciones. Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/salud/desastres/inundaciones> [Fecha de la última consulta: 23 de enero de 2019].