

# Informações sobre tempestades



## ENCHENTES

Caso tenha que entrar em contato com águas de enchente, tome as seguintes precauções gerais:

- Mantenha todas as crianças e animais de estimação fora das águas de enchente.
- Verifique se os vizinhos mais velhos ou com doenças crônicas estão em segurança.
- Use botas à prova de água, luvas, proteção para os olhos, e roupas impermeáveis ou descartáveis.
- Certifique-se de que todas as instalações de gás e energia elétrica da área afetada foram desligadas pelos devidos funcionários antes de entrar.
- Reduza ao mínimo o tempo de contato com as águas de enchente e evite salpicos. É particularmente importante evitar o contato da água com a boca, os olhos, e o nariz.
- Caso tenha sofrido exposição a águas de enchente, tome um banho ou ducha, lavando-se bem com água e sabão, e lave com água quente e detergente todas as roupas contaminadas.
- Certifique-se de que todas as pessoas expostas a águas de enchente têm a vacina contra o tétano em dia. Para a maioria de adultos, basta ter recebido um reforço contra o tétano há menos de 10 anos. Quanto às crianças, os pais devem confirmar com o pediatra para verificar se a vacina contra o tétano está em dia.
- Atualmente não se recomenda o uso generalizado de injeções de imunoglobulina (Ig) para a hepatite A. Contudo, as pessoas devem consultar um profissional de saúde caso tenham problemas sérios de saúde pré-existentes ou caso seu sistema imunológico esteja comprometido (p. ex., devido a terapia com esteroides, quimioterapia em casos de câncer/cancro, HIV, ou qualquer outra doença que enfraqueça o sistema imunológico).

- Deve contatar-se um profissional de saúde caso alguém tenha febre, náuseas, vômitos ou diarreia após exposição a águas de enchente que possam estar contaminadas.

## POÇOS

Caso a área acima de um poço esteja alagada, recomenda-se o seguinte procedimento para a desinfecção:

1. Despeje uma solução de aproximadamente 11 litros de água para cerca de 470 ml de lixívia (do tipo 3% a 6%) diretamente no poço;
2. Abra todas as torneiras até sentir um cheiro de cloro e, em seguida, feche todas as torneiras durante dez horas, para que a lixívia mate as bactérias existentes nas canalizações, no depósito da água, ou no poço;
3. Abra todas as torneiras e deixe a água correr até desaparecer o cheiro e o sabor de lixívia;
4. Leve uma amostra da água recolhida 24 horas após a desinfecção para ser testada num laboratório credenciado, a fim de determinar se a água é potável.

Obs.: Este processo resulta em altos níveis de cloro, por isso a água não deve ser usada para beber, cozinhar, ou alimentar animais até ter desaparecido o cheiro e o sabor de cloro. Recomenda-se o consumo de água engarrafada ou fervida caso se tenha dúvidas quanto à pureza da água do seu sistema de abastecimento.

## RESIDÊNCIAS E EDIFÍCIOS

No caso de edifícios alagados, deve proceder-se ao bombeamento da água e à desinfecção. Depois de bombear a água, os resíduos sólidos devem ser eliminados através de um sistema de esgotos em funcionamento ou lacrados em sacos de plástico, que serão depois eliminados num aterro sanitário autorizado. Todas as superfícies de pisos e paredes devem ser lavadas com uma solução de duas tampas de lixívia para cerca de 3,8 litros de água. Todos os artigos domésticos afetados por águas de enchente devem ser lavados com a mesma solução. Carpetes, colchões, e móveis estofados devem ser eliminados ou lavados e desinfetados por um profissional de limpeza.

## QUINTAIS

Os quintais contaminados pelo alagamento de sistemas de esgoto devem ser desinfetados através da aplicação de uma grande quantidade de cal. Crianças e animais devem ser mantidos afastados das áreas com cal até que a cal deixe de ser visível.

## **CORTE DE ENERGIA ELÉTRICA/SEGURANÇA ALIMENTAR**

Chuvas fortes podem levar a cortes de energia elétrica e de abastecimento de gás, bem como à falta de água potável. Quando ocorre um corte de energia elétrica para a geladeira (o frigorífico), normalmente os alimentos no seu interior continuarão a uma temperatura segura durante 4 a 6 horas, dependendo da temperatura da cozinha. Outros conselhos:

- Coloque um bloco de gelo dentro da geladeira caso o corte de energia elétrica dure mais de 4 a 6 horas. À medida que o gelo derrete, a água pode ensopar embalagens de alimentos. Mantenha as embalagens afastadas da água.
- Alimentos com alto teor de proteínas (produtos lácteos, carne, peixe, e aves) devem ser consumidos logo que possível, caso a energia elétrica não retorne imediatamente. Esses alimentos não podem ser armazenados de forma segura à temperatura ambiente.
- Frutas e verduras podem ser armazenadas de forma segura à temperatura ambiente até apresentarem sinais claros de que estão estragadas.
- Um congelador cheio mantém os alimentos congelados durante dois dias, se a porta ficar fechada. Um congelador meio cheio poderá manter os alimentos congelados durante aproximadamente um dia.
- Se comprar alimentos de um mercado numa área afetada por cortes de energia elétrica, certifique-se de que os alimentos frios foram mantidos abaixo de 45 graus Fahrenheit e os alimentos quentes foram mantidos acima de 140 graus Fahrenheit.

Em geral, não consuma alimentos que tenham estado em contato com águas de enchente, especialmente tubérculos e produtos hortícolas. Os citrinos devem ser bem lavados, desinfetados com uma solução de cloro e descascadas antes de consumir. Maçãs e outras frutas também devem ser cozidas antes de consumir. Inspeccione com cuidado todos os alimentos em enlatados e engarrafados. Em geral este tipo de alimento não é afetado, mas deve lavar-se bem com água potável e uma solução desinfetante leve e enxaguar antes de abrir e consumir. Pode usar leite em pó ou enlatado para substituir o leite fresco.

## **COMO EVITAR FERIMENTOS**

Os perigos relacionados com enchentes persistem após as águas baixarem, à medida que funcionários, voluntários, e proprietários começam a limpar o local. Há muitos perigos além do afogamento que podem causar ferimentos graves. Tome as precauções básicas que se seguem.

**Perigos elétricos:** Ao entrar numa área alagada, fique

atento a perigos elétricos. Não toque em qualquer equipamento elétrico a menos que tenha certeza absoluta de que esteja devidamente ligado à terra ou de que a energia esteja desligada. Além disso, não acione qualquer equipamento elétrico que não tenha sido especificamente feito para utilização em locais molhados. A água sobre a qual se encontra será um condutor de energia elétrica se você tocar em qualquer equipamento que não esteja devidamente ligado à terra. Seu corpo será também um condutor de energia elétrica.

Nunca manuseie um poste elétrico caído. Se for necessário proceder com trabalhos de limpeza ou outros perto de um poste elétrico caído, entre em contato com a empresa responsável. Tome todo o cuidado possível ao mover escadas ou outro equipamento perto de fios elétricos suspensos, para evitar o contato acidental.

**Monóxido de carbono:** As atividades de limpeza após uma enchente podem incluir o uso de bombas, geradores, e equipamento de lavagem à pressão acionados a gasolina ou diesel. Como este tipo de equipamento liberta monóxido de carbono, um gás fatal, incolor, e inodoro, use-o sempre no exterior e nunca o leve para o interior.

**Lesões nas costas:** Peça ajuda para mover objetos pesados. O trabalho em superfícies escorregadias também pode causar lesões. Antes de levantar algo, apoie firmemente os pés no chão. Estabeleça um caminho livre de obstáculos para carregar objetos pesados.

**Equipamento pesado:** Nunca acione equipamento para o qual não possua treino adequado. Quando há equipes trabalhando perto de equipamento pesado, é essencial controlar bem o local. Durante uma emergência, ninguém prestará atenção aos alarmes de marcha ré (marcha atrás). Não trabalhe perto de equipamento pesado, a menos que seja absolutamente necessário. Mantenha as pessoas afastadas do local, na medida do possível.

**Instabilidade estrutural:** Nunca pressuponha que estruturas danificadas pela água, ou mesmo o próprio chão, estejam estáveis. A terra também facilmente fica instável quando molhada devidos pode desabar repentinamente.

Se tiver quaisquer outras perguntas sobre os processos de desinfecção e outros problemas potenciais de saúde relacionados a tempestades, entre em contato com o gabinete de vigilância sanitária de sua cidade ou município.

*\* Estas informações foram fornecidas pelo Programa Comunitário de Vigilância Sanitária (Community Sanitation Program) do Departamento de Saúde Pública.*

---

### **Para obter mais informações:**

**Bureau of Environmental Health (Gabinete de Saúde Ambiental)**  
**MA Department of Public Health (Departamento de Saúde Pública de Massachusetts)**  
250 Washington Street, 7th Floor, Boston, MA 02108  
Telefone: 617-624-5757 | Fax: 617-624-5777 | TTY: 617-624-5286  
[www.mass.gov/dph/environmental\\_health](http://www.mass.gov/dph/environmental_health)

(Portuguese)

