

El agua de inundación, la contaminación de las aguas residuales, los cortes de energía y otros peligros relacionados con las tormentas pueden crear riesgos para la salud. Aquí le compartimos unos consejos para proteger su salud durante tormentas y fuertes lluvias.

SISTEMAS DE ALCANTARILLADO (SÉPTICO) DE SITIO

Es posible que los sistemas sépticos no funcionen correctamente si el suelo en el área del campo de drenaje se satura o se inunda. Si su campo de drenaje está muy húmedo o bajo el agua, reduzca el uso del agua del interior de su casa o sitio hasta que el suelo del campo se seque. El uso excesivo de un sistema séptico mientras el campo de drenaje está inundado puede hacer que las aguas residuales regresen a la casa o suban a la superficie en el área del campo de drenaje.

- Extienda el uso del agua durante el día y la semana para igualar el flujo de agua al campo de drenaje.
- Absténgase de usar la lavadora, reduzca las descargas de agua del inodoro y reduzca el número de veces que se baña o ducha.
- Identifique y repare todos los accesorios de plomería con fugas. Un inodoro con constante fuga de agua o un grifo con fugas pueden descargar muchos galones de agua extra cada día al campo de drenaje.
- Identifique y repare todas las fosas sépticas con fugas, conductos verticales (aperturas de bombeo), etc.
- Desvíe todas las aguas superficiales y las tuberías verticales que drenan las aguas del techo, fuera del sistema séptico.
- No bombee sus tanques mientras los niveles de agua superficial aún estén elevados.
- Si tiene un sistema séptico alternativo, comuníquese con su especialista en mantenimiento una vez que el área séptica se seque para que se evalúe el sistema.
- Si tiene un “sistema séptico por gravedad”, es posible que desee que su sistema sea evaluado una vez que el área se seque.



PÓNGASE EN CONTACTO CON UN ESPECIALISTA EN MANTENIMIENTO SÉPTICO

Un especialista certificado en mantenimiento puede revisar su sistema y hacer las correcciones necesarias. Puede encontrar una lista de contratistas locales escaneando el código a la izquierda con la cámara de un teléfono inteligente. Llame a Kitsap Public Health al 360-728-2235 si necesita ayuda para acceder a esta lista.

CÓMO ENFRENTAR LAS INUNDACIONES

El agua de las inundaciones puede transportar organismos causantes de enfermedades y otros tipos de contaminación. Para evitar enfermedades:

- Evite el contacto directo con el agua de inundaciones y use equipo de protección cuando trabaje cerca de estas aguas.
- Lave bien la piel con jabón y agua limpia si entra en contacto con agua de inundaciones o manipula artículos contaminados.
- Deseche todos los alimentos que hayan estado en contacto con el agua de una inundación. Los alimentos enlatados son seguros de consumir, pero primero desinfecte las latas limpiándolas con lejía antes de su uso.

USO SEGURO DEL GENERADOR

El uso incorrecto del generador puede provocar envenenamiento por monóxido de carbono, descarga eléctrica o incendio.

- Siga las instrucciones suministradas por el generador.
- No sobrecargue su generador.
- Utilice únicamente generadores portátiles y barbacoas al aire libre. El uso de estos aparatos en el interior puede causar intoxicación por monóxido de carbono y muerte.

Obtenga más información en: doh.wa.gov/carbonmonoxide

PRECAUCION CON MARISCOS CONTAMINADOS

Las aguas generadas por fuertes lluvias, tormentas o derretimiento de nieve que están estancadas en niveles anormales, pueden contaminar los lechos de mariscos.

- No recolecte mariscos de las costas cercanas a áreas pobladas durante fuertes lluvias, ni tampoco lo haga durante los cinco días después de estas lluvias.
- Siempre verifique el mapa estatal de seguridad de mariscos antes de recolectarlos. Puede ver el mapa en este enlace: doh.wa.gov/shellfishsafety

SEGURIDAD Y DESINFECCIÓN DEL AGUA POTABLE

El agua de una inundación puede contaminar el agua potable, haciendo su uso inseguro. Para evitar enfermedades:

- Almacene un galón de agua por persona, por día para estar preparado para tormentas y emergencias.
- **Sistemas públicos de agua:** Si hay inundaciones, las autoridades locales o los operadores del sistema de agua pueden recomendar usar solo agua embotellada, hervida o desinfectada hasta que se restablezca el servicio regular de agua.
- Pozos privados / sistemas de agua pequeños: Si un pozo de agua potable se inunda, el Distrito de Salud Pública de Kitsap aconseja a los residentes usar agua embotellada que se haya almacenado por menos de seis meses en recipientes herméticamente cerrados, o tomar medidas para desinfectar el agua del pozo. Si su pozo de agua potable está inundado, suponga que el agua de su hogar está contaminada. Los pozos pueden requerir desinfección si se inundan.

PURIFICACIÓN DEL AGUA POTABLE POR EBULLICIÓN

- Si el agua del grifo no es segura, hervir es el mejor método para matar los organismos que causan enfermedades.
- El agua turbia debe filtrarse antes de hervirla. Use filtros de café, toallas de papel, gasa o un tapón de algodón en un embudo.
- Ponga el agua a hervir durante al menos 1 minuto.
- Deje que el agua se enfríe antes de beberla.
- Agregue dos gotas de cloro doméstico por galón para mantener la calidad del agua mientras está almacenada.

PURIFICACIÓN DEL AGUA POTABLE CON LEJÍA

- Trate el agua agregando lejía líquida para el hogar.
- Evite el uso de lejías que contengan perfumes, colorantes y otros aditivos. Asegúrese de leer la etiqueta.
- El agua turbia (no transparente) debe filtrarse antes de agregar lejía.
- Coloque el agua en un recipiente limpio. Puede agregar ¼ (un cuarto) de cucharadita de cloro para 1 galón de agua, o 1 cucharadita de cloro para 5 galones de agua.
- Mezcle bien y deje reposar durante al menos 1 hora antes de beber.
- Agregue dos gotas de cloro doméstico por galón para mantener la calidad del agua mientras está almacenada.
- Add two drops of household bleach per gallon to maintain water quality while in storage.

SEGURIDAD DE ALIMENTOS DURANTE UN CORTE DE ENERGÍA

Es posible que no sea seguro el uso de los alimentos en su refrigerador y congelador si la luz se ha ido durante un período prolongado.

- Use un termómetro para verificar la temperatura de los alimentos en su refrigerador y congelador. Los alimentos refrigerados deben estar a 41 ° F o más fríos y los alimentos congelados deben estar a 0 ° F o más fríos.
- Mantenga las puertas del refrigerador y del congelador cerradas para conservar el aire frío o mantener los alimentos fríos con hielo o hielo seco. Durante un corte de energía, un congelador lleno mantendrá su temperatura durante aproximadamente 48 horas o aproximadamente 24 horas si está medio lleno. Un refrigerador mantendrá los alimentos seguros durante aproximadamente 4 horas.
- Si planea comer carne, pollo, pescado o huevos refrigerados o congelados mientras aún están a temperaturas seguras, cocínelos bien para asegurarse de que mueran las bacterias dañinas.

Si duda de la comida, ¡deséchela! Nunca pruebe los alimentos para determinar su seguridad. Los siguientes alimentos deben desecharse si decide tirar los alimentos:

- Productos cárnicos, mariscos, o carne de ave.
- Huevos y productos hechos con huevos
- Quesos blandos y quesos rallados
- Masa y pasta cocida
- Leche, crema, yogur y otros productos lácteos
- Productos cocidos o cortados
- Frascos de fórmula para bebés que estén abiertos

Obtenga más información en: [foodsafety.gov/emergency](https://www.foodsafety.gov/emergency), o en: [doh.wa.gov/foodsafety](https://www.doh.wa.gov/foodsafety)

REGÍSTRESE PARA NOTIFICACIONES

Regístrese para recibir avisos de salud pública por correo electrónico o mensaje de texto en [kitsappublichealth.org/subscribe](https://www.kitsappublichealth.org/subscribe)

MÁS INFORMACIÓN:

360-728-2235
[kitsappublichealth.org](https://www.kitsappublichealth.org)