

Serviço Autônomo de Água
e Esgoto de Guanhães

USO RACIONAL
DA ÁGUA

DOENÇAS
HIDRICAS



Programa de Educação em Saúde
e Mobilização Social SAAE Guanhães



Fundação Nacional de Saúde
Assessoria de Comunicação e
Educação em Saúde

»» Uso Racional da Água ««

A água é um elemento importante para todos nós e para o meio ambiente. É um recurso natural de valor econômico, estratégico e social, essencial à existência e bem estar do homem e à manutenção dos ecossistemas do planeta. Porém, é finita e não há possibilidade de consumo ilimitado deste recurso.

Utilizar a água de forma racional é uma forma eficaz para sua preservação.

Em primeiro lugar, praticar o uso racional da água significa mudar hábitos e costumes.

Para você poder ajudar a preservar a água e economizar, siga estes exemplos:

»» Cuide bem de sua casa, assim cada um de nós pode contribuir para a economia de água. Fique de olho em vazamentos que podem ser evidentes, como uma torneira pingando, ou escondidos, no caso de canos furados ou de vasos sanitários;

»» Lembre-se sempre que economizar energia elétrica também é uma forma de economizar água;

»» Ao escovar os dentes ou fazer a barba, mantenha a torneira fechada até a hora de enxaguá-los ou lavar o rosto;

»» Ao tomar banho, feche a torneira enquanto se ensaboa;

»» Use uma bacia ou a cuba da pia para ensaboar pratos e talheres e só abra a torneira para enxaguá-los;

»» Quando lavar roupas, junte uma quantidade suficiente para lavar de uma vez, aproveitando a

capacidade total do seu tanque ou máquina de lavar. Deixe as roupas de molho antes de lavar para retirar a sujeira mais grossa;

» Aproveite a mesma água do tanque para lavar pisos e pátios;

» Lavar calçada é desperdiçar água. Você tem o mesmo resultado se usar a vassoura;

» Quando for lavar o carro use balde ou bacia ao invés da mangueira;

» Regue as plantas e jardins logo pela manhã ou no final da tarde. Após uma chuva, suspenda a rega por 2 ou 3 dias;

» Não jogue lixo na rua. Ele traz sérios problemas na época de chuva, como entupimento de bueiros e estreitamento dos corredores de água;

» O óleo usado na cozinha não deve ser descartado na pia. Coloque-o em garrafas plásticas no lixo normal, ou seja, orgânico;

» Aproveite sempre que possível a água da chuva. Você pode armazenar a água em recipientes tampados com uma tela colocados na saída das calhas. Essa água pode ser utilizada nos serviços domésticos e para regar as plantas.

Consumir com responsabilidade é fácil e todo mundo sai ganhando.

Seja um consumidor responsável. Um futuro melhor depende de suas ações de hoje.



Doenças Hídricas



A água não é encontrada pura na natureza. Ao cair em forma de chuva, engloba na sua composição, diversos tipos de impurezas, até o próprio ar. Quando atinge o solo a água fica exposta a diferentes maneiras de poluição que alteram ainda mais suas qualidades. A água não tratada pode afetar a saúde do homem através da ingestão, quando preparamos os alimentos, na higiene pessoal, na agricultura, na higiene do ambiente, nos processos industriais ou nas atividades de lazer.

Várias doenças podem ser adquiridas quando ingerimos água imprópria para o consumo humano.

As doenças de origem hídrica são aquelas causadas pela presença de substâncias químicas em quantidades elevadas. Essas substâncias podem existir naturalmente no manancial, resultarem da poluição ou serem originadas de um tratamento inadequado.

As doenças de transmissão hídrica são aquelas em que a água atua como veículo de agentes infecciosos. Os microrganismos patogênicos (causadores de doenças) atingem a água através de fezes de pessoas ou animais infectados, causando problemas principalmente no intestino do homem. Essas doenças podem ser causadas por bactérias, fungos, vírus, protozoários e vermes.

Podemos citar como exemplo de doenças comuns adquiridas através da ingestão de água contaminada cólera, disenteria, amebíase, ascaridíase, diarreia, dentre outras. Várias são as manifestações clínicas que tais doenças podem ocasionar como fraqueza, tontelas, vômitos, pele amarelada, fezes líquidas, dores no intestino, tremores, suores, febre e mal estar de modo geral.

O controle dos poluentes existentes na água depende de medidas sanitárias eficientes que devem ser executadas com relação ao tratamento da água e

dos esgotos, a fim de proporcionar a máxima proteção à saúde humana. Algumas ações que podem contribuir para a prevenção de doenças:

- » Coleta e tratamento de todas as águas de esgotos;
- » Uso correto do solo a fim de evitar a contaminação dos mananciais superficiais e subterrâneas;
- » Implantação de estações de tratamento de esgotos nas áreas urbanas, e soluções para disposição dos esgotos e dos dejetos em área rural;
- » Tratamento adequado da água captada das fontes de captação e controle efetivo da água tratada através da realização de análises exigidas pela legislação vigente;
- » Desinfecção contínua e efetiva da água de consumo humano, mantendo-se níveis adequados de desinfetante em todos os pontos da rede de distribuição;
- » Medidas sanitárias para promoção da desinfecção, armazenamento e manejo seguro da água de consumo humano em domicílios que não possuem abastecimento público de água;
- » Implantação de estações de tratamento de água em localidades desprovidas de abastecimento público;
- » Ações de educação em saúde.

Uma água que recebe tratamento adequado garante às pessoas uma vida com mais qualidade. É assim que o SAAE Guanhães trabalha, garantindo a satisfação e a saúde da população de nossa cidade.

Você também pode ajudar o SAAE a garantir uma água de qualidade, livre de qualquer contaminação. Medidas simples podem contribuir para a preservação da água e para o controle de doenças. A higiene é a base de todas as medidas para prevenção de doenças hídricas.

Atenção para algumas dicas importantes para a sua saúde e a saúde de sua família:

» Proteja todos os alimentos contra moscas e baratas,

» Conserve os alimentos e utensílios cobertos ou dentro de armários;

» Proteja as águas das minas, cisternas, poços, lagoas, açudes e valas de irrigação, não permitindo que sejam contaminadas por fezes humanas ou de animais;

» Regue as verduras sempre com água limpa, não aproveitando nunca a água utilizada em casa ou água de banho;

» Lave bem as verduras em água corrente, principalmente as que são comidas cruas;

» Lave muito bem as mãos com sabão e água corrente após usar o banheiro;

» Lave muito bem as mãos antes de iniciar a preparação dos alimentos ou antes de iniciar a limpeza de alguns utensílios lavagem de filtro, por exemplo.

Uma água que recebe tratamento adequado garante às pessoas uma qualidade de vida melhor.



SAAE: Cuidando da água que alimenta a vida em Guanhães.

VISITE: WWW.SAAEGUANHAES.COM.BR