

MATERIAL DE APOIO ÀS POPULAÇÕES EM SITUAÇÃO CRÍTICA DE ABASTECIMENTO ÁGUA.

PRODUZIDO A PARTIR DO "MANUAL DE SOBREVIVÊNCIA NA CRISE"/  
ALIANÇA PELA ÁGUA. MAIS INFORMAÇÕES EM  
[WWW.SALADECRISE.COM.BR](http://WWW.SALADECRISE.COM.BR) OU [WWW.ALIANCAPELAAGUA.COM.BR](http://WWW.ALIANCAPELAAGUA.COM.BR)

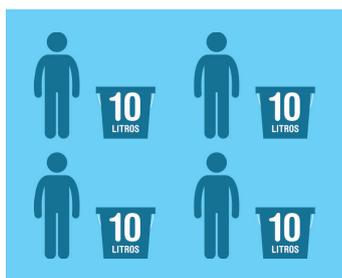
PARCERIA: ALIANÇA PELA ÁGUA E COMITÊ NACIONAL EM  
DEFESA DOS TERRITÓRIOS FRENTE À MINERAÇÃO



## O que fazer em situações de colapso no abastecimento de

# ÁGUA

Tomara que você esteja lendo este folheto antes de acontecer uma situação extrema de falta absoluta de água. Aliás, tomara que isso nunca aconteça, mas é preciso se prevenir. Veja o que fazer se a torneira secar mesmo, a água da caixa também e não houver certeza de quando o abastecimento retornará.



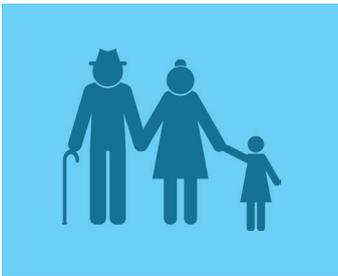
### Guardar previamente 10 LITROS DE ÁGUA POTÁVEL POR PESSOA

Com essa quantidade é possível sobreviver com segurança três dias. Armazene também diversos recipientes vazios com tampa, do tipo garrafa PET, que serão úteis para transportar água.



### Priorizar o ESSENCIAL

Use água potável quase exclusivamente para beber e cozinhar. Beba o quanto precisar para saciar a sede, pois precisamos de cerca de 2 litros diários. Planeje o preparo de alimentos para a mínima quantidade possível de água. Escove os dentes com quase nada de creme dental e apenas um gole de água.



## Proteger OS MAIS FRÁGEIS

Crianças, gestantes, idosos e pessoas doentes ou com deficiências ou necessidades especiais devem ter prioridade no acesso à água e até alguns privilégios, como conseguir alguns litros para a higiene pessoal. Em situações extremas, a solidariedade deve prevalecer.



## Interditar o VASO SANITÁRIO

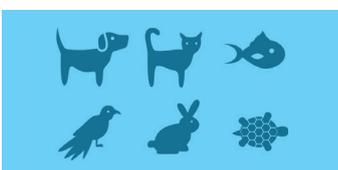
Parece um absurdo, mas se não há previsão de volta da água, essa é uma necessidade sanitária e de conforto, porque vai evitar insetos e mau cheiro na sua casa. O que fazer para manter o local em condições habitáveis? A urina pode ser recolhida e ir para a terra. As fezes depositadas sobre jornal e depois embaladas em plástico para seguirem o mais rápido possível para o aterro sanitário junto com o lixo. É o que se faz cotidianamente com o cocô de cachorro e fraldas descartáveis, não é?

Melhor ainda é construir um banheiro seco improvisado. Sobre uma bombona ou um recipiente fechado qualquer (fixado no chão para ninguém cair) instala-se o assento sanitário e apenas as fezes devem entrar ali e serem cobertas com serragem ou terra imediatamente. Depois de alguns meses essa mistura vira adubo. Mas o fornecimento de água deve voltar antes desse prazo. Então, o jeito é se livrar do conteúdo do banheiro seco improvisado enviando pelo caminhão de lixo ou colocando sobre uma camada grossa de folhas secas no jardim e cobrindo igualmente com outra camada.



## Sem banho, MAS COM HIGIENE

Guardar 1 litro de desinfetante caseiro por pessoa. Não será viável tomar banho ou lavar roupas, mas com organização é possível manter a limpeza. Para melhorar o conforto corporal, você pode usar uma toalha molhada com um pouco do desinfetante caseiro no corpo, que não é tóxico nem irrita a pele. Usando apenas vassoura e panos úmidos é possível deixar a casa limpa, organizada e os objetos do dia-a-dia limpos.



## Atender OS ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO

Eles também sofrem de desidratação e precisam de sua porção de água para beber.



## Lavar louça SEM ÁGUA

Mais uma tarefa importante para manter a casa com condições mínimas de uso. Primeiro esfregue jornal em tudo o que está sujo. Em seguida, esfregue com cascas ou bagaço de laranja ou limão, folhas de plantas, guardanapos de papel ou papel toalha. O próximo passo é usar a esponja ou bucha de lavar louça com desinfetante caseiro ou álcool. Para finalizar, esfregue um pano úmido. O uso de borrifadores pode ser uma boa alternativa se houver um mínimo de água disponível. Aplicar algumas gotas sobre o que está sendo “lavado” entre uma etapa e outra já ajuda bastante. Desse modo a limpeza fica quase perfeita. Quando a água voltar, você vai rir disso tudo e fará uma lavagem como se deve (mas economizando ao máximo o líquido precioso).



## Sair PARA BUSCAR ÁGUA QUANDO POSSÍVEL

Caso haja agitação e clima de violência nas ruas, fique em casa. Se estiver tudo relativamente calmo, pegue vários recipientes com tampa e vá buscar água. Converse com os vizinhos e tente montar um esquema coletivo e solidário. Na ausência de carro, um carrinho de feira ou de mão vai ajudar muito. Na hora de sair, não se esqueça de levar um pouco de água para beber. A aventura pode demorar um pouco e você precisa se garantir para não passar mal.

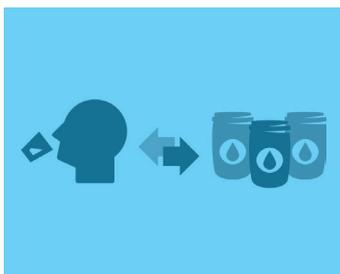
## Manter a calma, BOM HUMOR E AGIR COM CRIATIVIDADE

Adote essas práticas com a mente e o coração abertos. É importante ficar tranquilo, ajudar os outros, cuidar, reorganizar, recrutar toda a família para trabalhar em equipe. Encontrar a paz e a alegria e propagar um clima de colaboração e fraternidade durante a falta d'água.

**Essas dicas podem ajudar muito, mas no dia-a-dia cada pessoa estará vivendo sua própria realidade, desafios e limites frente à escassez de água. Sua criatividade e bom senso serão muito importantes quando surgirem situações imprevisíveis.**

# Orientações de saúde

Talvez o maior risco da falta d'água prolongada seja o de epidemias e piora geral na saúde pública. Fique atento a essas dicas básicas e procure mais orientações médicas.



## **Separe** TOTALMENTE A ÁGUA POTÁVEL DA ÁGUA NÃO POTÁVEL

Para beber, cozinhar e escovar os dentes use apenas água comprovadamente potável. Para lavar louças e roupas (sobretudo peças íntimas ou que serão usadas por bebês) também. Água de poço ou de rios urbanos têm alta chance de contaminação. Se não houver análise laboratorial atestando a qualidade da água, não use.



## **Limpe bem** OS RECIPIENTES QUE VÃO ARMAZENAR ÁGUA

Em hipótese alguma use recipientes utilizados anteriormente com agrotóxicos, material de limpeza e produtos químicos. Antes de encher, lave bem a vasilha com água e sabão e providencie a tampa ou tela que vai cobrir. No caso de vedação com tela, é importante haver sobras de tecido nas laterais e amarrar em volta para eliminar frestas. Se for colocar baldes e bacias a céu aberto para recolher a chuva, não esqueça da tela amarrada sobre eles.



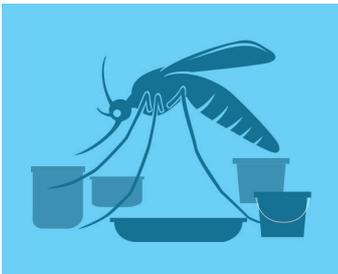
## **Evite** CONTAMINAÇÕES

Mesmo economizando muita água, não deixe de lavar as mãos ao chegar em casa, após ir ao banheiro e antes de cozinhar e se alimentar. Oriente as crianças a fazer o mesmo e tente evitar que coloquem as mãos na boca e nos olhos. Em caso de falta d'água, passe álcool em gel nas mãos. Diarréias, hepatite, conjuntivite e infestações de piolho são mais frequentes em situações de escassez de água. Se surgir conjuntivite procure o médico imediatamente e evite frequentar locais com concentração de pessoas, o que inclui escolas e empresas.



## Todo cuidado É pouco

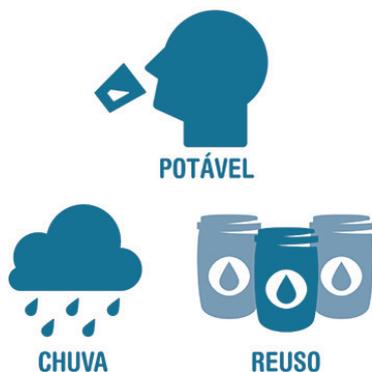
Jamais beba, cozinhe ou escove os dentes com água não potável. Em períodos de seca o risco de contaminação de rios e poços é maior. Isso porque a menor quantidade de água leva à concentração dos microorganismos que causam doenças. Ou seja, uma fonte de água que era limpa há alguns meses talvez não seja mais. As águas podem ainda estar contaminadas quimicamente, com metais pesados provenientes do solo ou do ar. E em determinadas situações pode haver o crescimento de algas que liberam toxinas nocivas à saúde. Então fique atento aos sintomas de intoxicação e busque socorro médico no caso de indisposições e, sobretudo, enjôo, vômito ou diarreia. O risco de hepatite também aumenta.



## Cuidado COM A DENGUE!

Toda água armazenada, sobretudo em áreas externas, precisa estar em recipientes com tampa. E não pode haver fresta nenhuma, pois o mosquito da dengue consegue se infiltrar por espaços muito pequenos. Para garantir, vale a pena colocar uma tela entre o recipiente e a tampa. Até mesmo aquele pouquinho de água que fica no canto da tampa do balde precisa ser eliminado. Na parte interna da casa, se a água for para uso imediato, não precisa estar coberta. Caixas d'água devem ficar completamente tampadas para impedir a entrada de animais, como ratos e pombas, e principalmente para evitar a proliferação de mosquitos transmissores de doenças. O ciclo do mosquito entre a larva e a forma adulta demora alguns dias. Por isso faça uma faxina caprichada por semana, com eliminação total de possíveis focos de reprodução de mosquitos.

Além da dengue, mais doenças podem ter como causa a água parada (como a chikungunya) e existem vários outros microorganismos transmitidos pela picada de mosquitos.



## Água potável, água da chuva e água de reúso: *como utilizar?*

Na atual situação de escassez, não podemos nos dar ao luxo de utilizar potável para tudo. Então é importante aprender a empregar diferentes tipos de água da forma mais eficiente possível.

### Água Potável

**FONTES:** Fornecida pela rede pública, mineral de nascentes ou poços comprovadamente limpos, engarrafada ou em galões ou de caminhão-pipa com qualidade certificada.

**DEVE SER USADA PARA:** Beber (após filtragem caseira, no caso da água da rede pública), escovar os dentes, cozinhar, tomar banho e higiene pessoal, lavar a louça, lavar roupas íntimas e de bebês.

**OBSERVAÇÃO:** Precisa ser armazenada com segurança para se manter boa até para o consumo.

### Água Não Potável *(e não contaminada)*

**FONTES:** Chuva, poço, nascente e reúso doméstico (água inicialmente potável que foi usada mas não teve contato com fezes).

**PODE SER USADA PARA:** Limpeza em geral, rega de plantas, descarga no vaso sanitário, em alguns casos, lavar roupas. É preciso avaliar a qualidade para definir o uso.

**OBSERVAÇÃO:** Água contaminada por microorganismos nocivos à saúde e/ou metais pesados e outros contaminantes químicos é imprópria para qualquer uso.



## Regra básica 1 EVITAR O CONSUMO QUANDO POSSÍVEL

Antes de abrir uma torneira, o chuveiro ou dar descarga, perguntar-se: preciso mesmo de água para o que pretendo fazer? E se precisar, será que eu consigo atender a esta necessidade com água não potável?

## Regra básica 2 REUTILIZAR!

Se por qualquer motivo realmente for necessário usar água tratada, antes de deixar que ela se perca pelo ralo, lembre que quase todo líquido pode ser reutilizado.

É o caso de se perguntar: a água que acabei de usar precisa mesmo ir para o esgoto? Será que eu consigo armazená-la num balde, bacia, tanque para um segundo uso antes de jogá-la fora?

Por razões sanitárias, a única água de uso doméstico que deve ter obrigatoriamente como destino imediato o cano de esgoto é aquela que teve contato com fezes. Até mesmo a urina, se diluída em 1 parte por 10, se torna um ótimo adubo para as plantas (jogue no solo e não nas folhas). Outras “águas” podem ser facilmente reutilizadas, tais como: água do banho, água de lavagem de alimentos, água da máquina de lavar, etc.

Bacia, balde ou copo sempre! No banheiro, na cozinha ou na lavanderia, não deixe a água escorrer pelo ralo. Lave tudo sempre com uma bacia embaixo da torneira para depois reutilizar a água na descarga ou na rega de plantas.

### FÓRMULA DE DESINFETANTE CASEIRO

*Tem cheiro delicioso, não é tóxico e por ser bastante líquido pode substituir a lavagem com água em algumas situações. Vale a pena ter uma reserva dessa mistura para o caso de a água faltar totalmente.*

#### INGREDIENTES:

- 2 colheres de sopa de bicarbonato de sódio
- 1 copo de álcool, de preferência embebido há vários dias em ervas aromáticas, cravo ou citronela
- água
- 1 garrafa de plástico ou vidro de 2 litros

**COMO FAZER:** coloque todos os ingredientes na garrafa com a ajuda de um funil. Comece pelo bicarbonato, pois faz espuma. Preencha o restante com água e pronto!



2 COLHERES DE SOPA  
BICARBONATO DE SÓDIO



1 COPO DE  
ÁLCOOL



1 GARRAFA PET  
DE 2 LITROS

