



VERACRUZ
GOBIERNO
DEL ESTADO

MANEJO Y DISPOSICIÓN ADECUADA DE EXCRETAS

DIRECCIÓN DE PROTECCIÓN CONTRA RIESGOS SANITARIOS
SUBDIRECCIÓN DE EVIDENCIA Y MANEJO DE RIESGOS
DEPARTAMENTO DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

¿Qué son las excretas?

Las excretas son el resultado de la transformación de los alimentos en el aparato digestivo de personas y animales, luego de ser consumidos. En las excretas, llamadas también heces o materias fecales, hay microbios, parásitos y huevos de parásitos que causan enfermedades muy graves, algunas de ellas mortales.

¿Qué son las aguas residuales?

Las aguas residuales son aguas sucias que provienen principalmente de los inodoros e incluyen también aquellas que desechamos después de lavar la ropa, los alimentos, asear la vivienda, hacer el aseo personal, bañar los animales y realizar otras tareas. Una forma de recoger las aguas residuales de varias casas es el alcantarillado. Por medio del alcantarillado evitamos el daño que nos causaría su evacuación inadecuada.

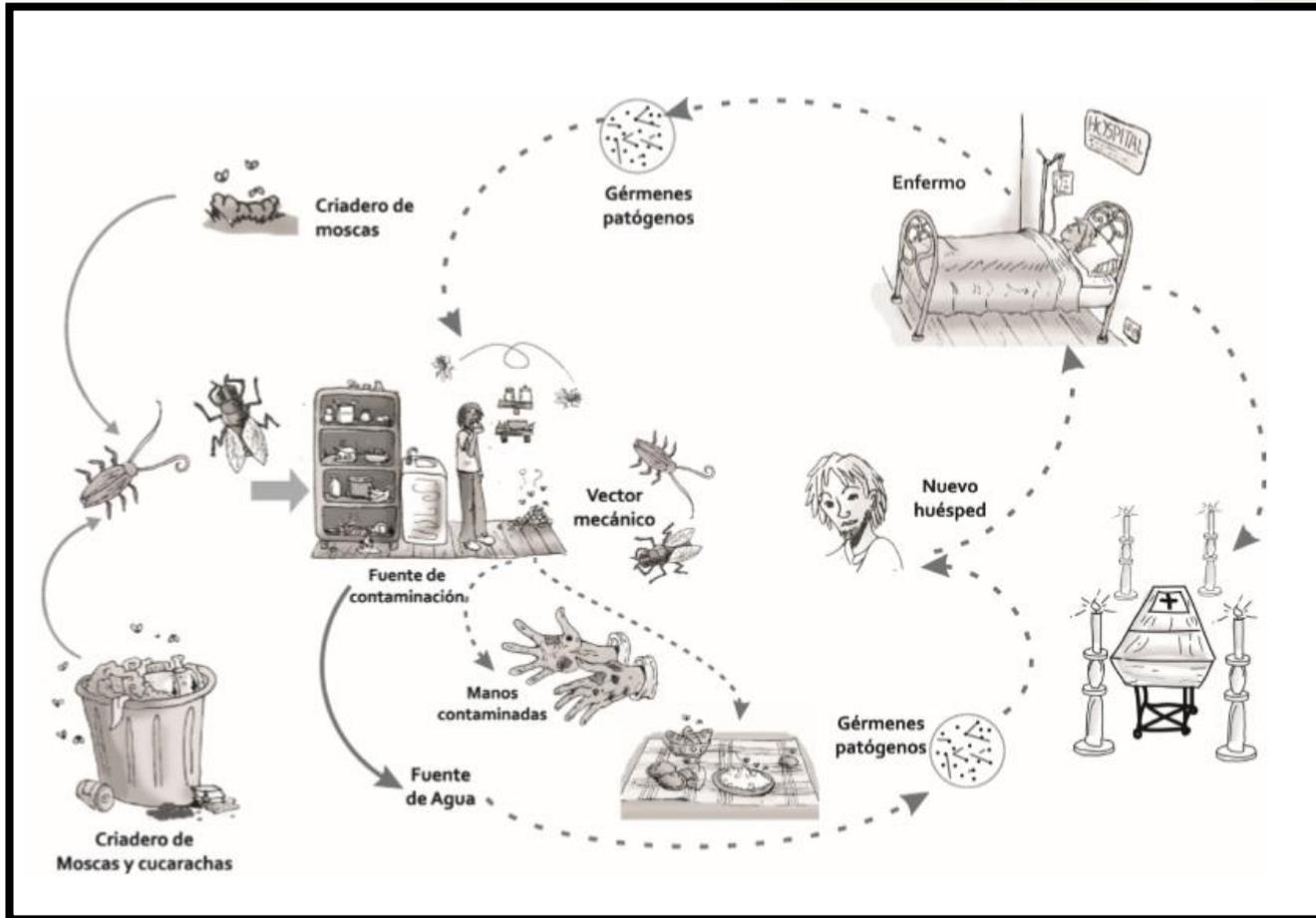


El problema de las excretas y aguas residuales

Las personas corren el riesgo de contraer enfermedades cuando el agua o los alimentos que consumen están contaminados con excrementos o aguas residuales, o cuando después de ir al sanitario no se lavan las manos. También, cuando tocan algún elemento contaminado con excrementos.



La ruta de la contaminación por excretas y aguas residuales



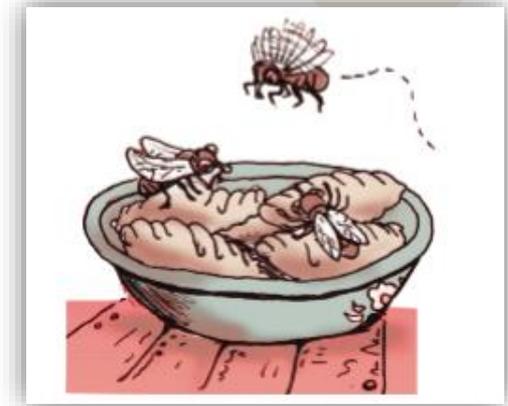
El problema de las excretas y aguas residuales

Cuando se defeca al aire libre, la lluvia puede arrastrar las heces, contaminando corrientes de agua, cultivos y sembrados. Se pueden contraer enfermedades si se consume esta agua o los productos agrícolas contaminados por ella.



El manejo inadecuado de las excretas propicia la multiplicación de vectores generadores de enfermedades.

Cuando los insectos pisan las excretas, transportan en sus patas y cuerpos los microbios, parásitos y huevos que luego dejan sobre los alimentos.



Si andamos descalzos y el suelo que pisamos puede estar contaminado con heces, nuestros pies serán fácil vehículo de enfermedades.

El problema de las excretas y aguas residuales

Entre las enfermedades más importantes generadas por el manejo inadecuado de excretas están las enfermedades parasitarias, las enfermedades diarreicas agudas, el cólera, las infecciones gastrointestinales, la amebiasis y la disentería.



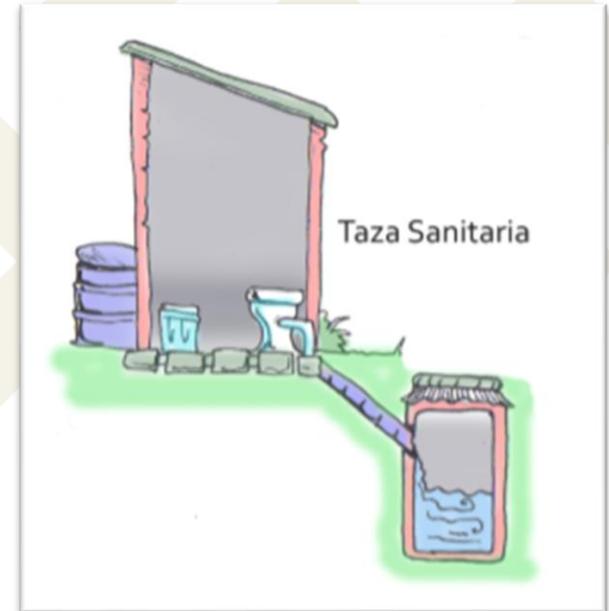
Lavarnos las manos con agua y con jabón luego de hacer uso del sanitario protege nuestra salud.

DISPOSICIÓN ADECUADA DE EXCRETAS

Taza sanitaria

Se trata de una taza de baño diseñada para que la persona en una forma cómoda e higiénica, deposite sus excrementos y orina, los cuales son arrastrados por medio de agua, que se descarga en forma manual (descargando agua de un balde o de una cisterna).

Para la disposición final de las excretas, la taza sanitaria se puede conectar al alcantarillado, al pozo séptico o se puede descargar en un hueco o sumidero por medio de una tubería.



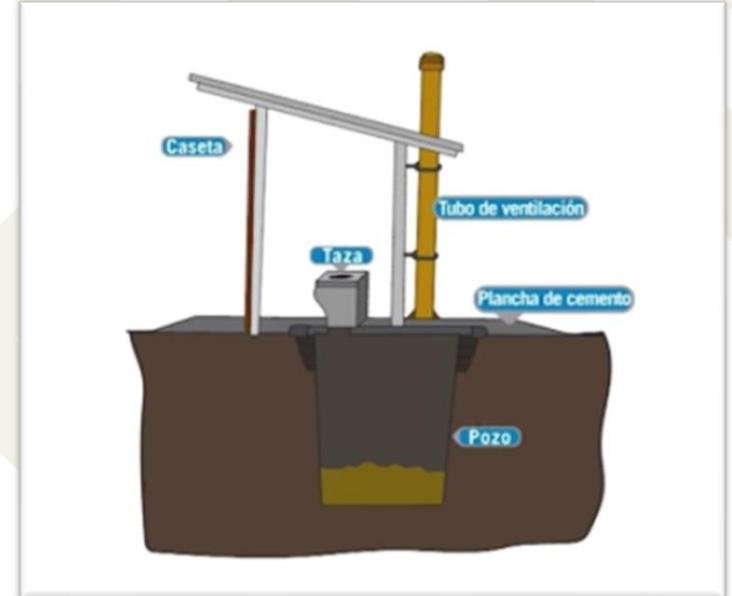
Recomendaciones para el uso y mantenimiento de los sistemas de disposición de excretas con arrastre hidráulico

- ✓ La taza sanitaria es de fácil limpieza, no produce olores desagradables ni insectos, pues tiene sifón y mantiene tapada la boca del hueco.
- ✓ El material de limpieza (papel higiénico) debe descargarse en el interior de la taza. Se recomienda tener un recipiente con tapa para depositar otros residuos como toallas sanitarias.
- ✓ Se debe tener agua cerca de la caseta y un balde con tapa no muy grande para vaciar y limpiar la taza cada vez que se utilice (puede ser agua de reuso). El material del asiento o bacinete debe ser de fácil limpieza. Así mismo, debemos mantener aseados los pisos, paredes y alrededores.
- ✓ Las aguas residuales que arrastran las excretas deben dirigirse al sistema de alcantarillado si existe o a un sistema de tratamiento in situ (fosa séptica, filtro anaerobio, pozo o campo de infiltración), y nunca descargarse en forma directa y sin tratamiento al ambiente

Letrina sanitaria

Debemos construirla en lugares secos, a por lo menos 25 metros de distancia de una cisterna, pozo u otra fuente de agua, y a un nivel más bajo.

Está compuesta por un pozo, un asiento o bacinete que va sobre una losa, y una caseta. El foso debe tener 80 cm por 80 cm de lado y 2 m de profundidad. Podemos excavar dos fosos, uno al lado del otro, de tal manera que funcionen alternadamente (la vida útil de cada foso es de 1 a 3 años).

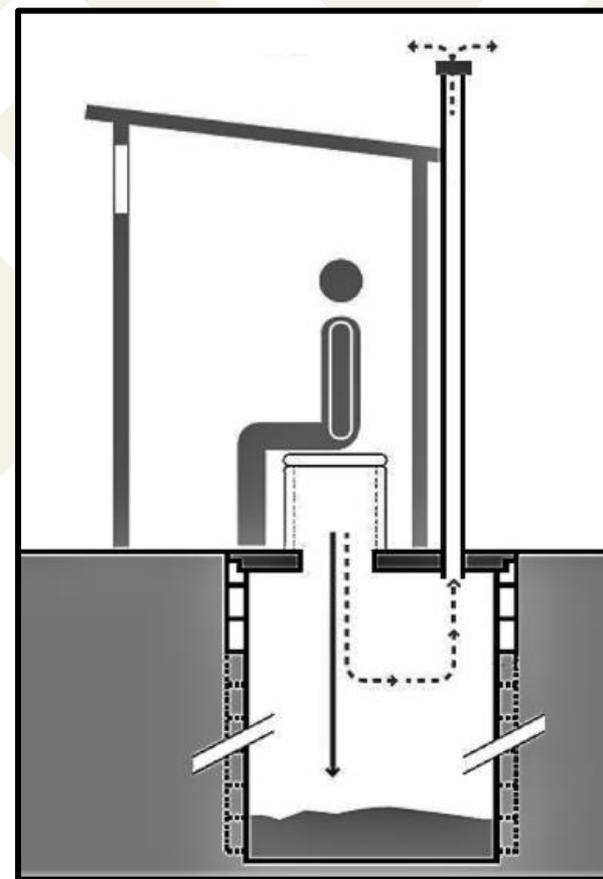


Letrina sanitaria

El diseño es sencillo y permite su uso a una persona sentada (o agachada cuando no existe bacinete). Las excretas y el material de limpieza anal (papel higiénico biodegradable) pueden ser arrojados dentro de la letrina, es decir, no se necesita un recipiente adicional para depositar este material.

Cuando la letrina tiene instalado un tubo de ventilación que evita los malos olores y la presencia de insectos, se llama letrina mejorada o ventilada. No es recomendable construirla en terrenos de alto nivel freático*. Tampoco se recomienda instalarla sobre aguas superficiales. Se recomienda que la base del pozo se encuentre separada del nivel del agua al menos en 1.5 metros.

* Nivel freático = tabla de agua, capa freática, manto freático y freático, se define como la superficie que toma los puntos donde la presión del agua y la presión atmosférica son iguales.



Recomendaciones para el uso y mantenimiento de los sistemas de disposición de excretas en seco

- ✓ La distancia mínima entre la letrina y la vivienda será de 5 m. Debemos localizar la letrina como mínimo a 20 m ó 30 m de cualquier fuente de agua para beber. No debemos utilizarla para almacenar ningún tipo de materiales u objetos. Se debe evitar igualmente que los animales domésticos penetren o duerman dentro de la caseta. La letrina y su caseta se deben usar solamente para la deposición de excretas y orina.
- ✓ Evitemos que en el foso de la letrina caigan aguas lluvias, aguas grises o de lavado, cenizas o algún desinfectante.
- ✓ Las letrinas deben disponer de un tubo de ventilación con una malla para evitar el ingreso de roedores. Se recomienda el uso de tapas herméticas o antimoscas para el asiento o bacinete.
- ✓ El tamaño y la posición de la letrina deben facilitar su uso por parte de los niños y las niñas.
- ✓ El material de limpieza anal y/o toallas sanitarias deben depositarse siempre dentro de la letrina.

Recomendaciones para el uso y mantenimiento de los sistemas de disposición de excretas

1



Un baño limpio, con recipiente tapado, protege la salud.

2



La práctica de hábitos higiénicos favorece la salud y el bienestar personal y familiar.

3



Tener precaución de no contaminar los terrenos donde existen cultivos.

4



La canalización de las aguas grises o de lavado que se generan en la vivienda ayuda a mejorar la estética del barrio o la cuadra y evita la proliferación de vectores.