



## Prevención de brotes y enfermedades en situación de emergencia y desastre.

Las emergencias y desastres generalmente cambian las condiciones sanitarias y ambientales, por lo tanto, es imprescindible adoptar nuevas medidas, orientadas a la prevención de brotes y enfermedades.

A continuación, algunas de las recomendaciones sugeridas por el Ministerio de Salud:

- ❖ Realizar lavado correcto de manos con agua y jabón antes de consumir alimentos y después de ir al baño.

Con esta actividad, se previenen enfermedades entéricas, tales como Hepatitis A y E, Fiebre Tifoidea y paratifoidea, Diarrea por diversos virus y bacterias; también se previenen enfermedades que se transmiten al entrar en contacto con saliva y gotitas que se producen al hablar o estornudar; entre las cuales están: Resfrío común, Gripe o Influenza, Meningitis y Sarampión.

- ❖ Hervir el agua para el consumo.

Con esta actividad evitaremos posibles brotes diarreicos.

- ❖ No acumular basura o restos de alimentos.

Con esta actividad evitaremos la llegada de roedores, cucarachas y moscas.

- ❖ Practicar y promover el toser y estornudar de manera segura.

Con esta actividad, los y las estudiantes deberán aprender a estornudar o toser, cubriéndose la boca y nariz con un pañuelo desechable o el antebrazo; de manera tal que no dispersen las gotitas que se producen con esta acción; evitando, de ese modo, transmitir enfermedades a otras personas.

Los y las estudiantes deberán aprender que es preferible utilizar pañuelos desechables cuando tosen, estornudan y principalmente cuando tienen gripe o resfrío y que, una vez utilizados, deben desecharse en un basurero.

- ❖ Se recomienda que el Comité de Seguridad Escolar gestione la ventilación de las salas de clases periódicamente en invierno.

Los/as profesores/as deben:

- ❖ Promover en las clases actitudes de higiene personal y cuidado ante los peligros que provienen del medio ambiente.
- ❖ Incorporar en las planificaciones de sus clases, acciones educativas que permitan a los estudiantes conocer los peligros de las infecciones por vías respiratorias y adquirir prácticas de autocuidado personal.
- ❖ Desarrollar con los estudiantes actividades de orden y aseo que favorezcan ambientes saludables.

- ❖ Cuando se realicen paseos o actividades recreativas en el campo elegir lugares limpios y libres de matorrales y maleza, caminar por senderos habilitados; no internarse en el bosque; evitar el consumo de agua directamente de ríos y si va a consumir frutos silvestres asegurarse de lavarlos con agua potable antes de hacerlo. Asimismo, si se va a recolectar y comer hongos o setas silvestres, asegúrese de que no sean venenosas.

El Comité de Seguridad Escolar debe:

- ❖ Gestionar la ventilación de las salas de clases (en los períodos que han permanecido cerrados por mucho tiempo).
- ❖ Mantener las malezas y pastizales cortados a ras de suelo y despejado de desechos y escombros en un radio de 30 metros alrededor del establecimiento educacional.
- ❖ Mantener protegidas y tapadas las fuentes de abastecimientos de agua.
- ❖ Asegurar que en los baños exista papel higiénico y jabón.
- ❖ No eliminar a depredadores naturales como lechuzas y culebras.

Los y las estudiantes deben

- ❖ Aprender a mantener medidas generales de higiene en todos los ambientes escolares, particularmente en el casino o lugar habilitado para la alimentación y utensilios;
- ❖ Guardar los alimentos en recipientes cerrados y no dejar restos de comida sobre mesas, muebles, pisos, etc.
- ❖ Guardar la basura en recipientes con tapa
- ❖ Beber solo agua potable, embotellada o hervida.
- ❖ Aprender a colaborar para que los baños se mantengan limpios: utilizando adecuadamente los basureros y tirando la cadena después de usar el WC.

### **Acciones de Salud Mental, ante Emergencias y Desastres**

Las emergencias producen un estrés importante que genera respuestas emocionales en los niños y niñas. La mayoría de las veces, éstas deben entenderse como reacciones normales y tienden a recuperarse espontáneamente en el curso de algunos días o semanas.

Manifestaciones esperables en los niños y niñas

- Dolor de estómago
- Alteraciones de la alimentación
- Pesadillas y dificultad para dormir
- Sobresalto frente a los ruidos
- Conductas como volver a orinarse o hablar infantil.
- Alteraciones de la concentración
- Sentimientos de culpa
- Llanto sin motivo
- Retraimiento y miedo
- Enojo y/o irritabilidad
- Juegos relacionados con la emergencia
- Recuerdos frecuentes del evento vivido

Si los niños o niñas juegan con frecuencia a los "desastres", se recomienda a los docentes involucrarse en el juego, dando al final del juego una solución de rescate y ayuda.

**Cómo ayudar al cuidado de la salud mental de sus niños y niñas**

- Promueva un ambiente de confianza y diálogo donde ellos puedan comentar y preguntar acerca de lo sucedido.
- Explique la situación con palabras simples y claras.
- No les mienta ni invente cosas para dejarlos tranquilos.
- No haga promesas poco realistas.
- Acepte lo que los niños sienten y piensan. No los critique.
- Si es posible, mantenga las rutinas habituales de estudio.