Spanish - Number 49b
July 2021

Desinfectar el agua potable
Disinfecting Drinking Water

¿Por qué debo desinfectar mi agua potable?

El agua de los lagos, ríos o arroyos y otras muchas fuentes de agua subterránea puede contener “gérmenes” que causan enfermedades. Estos gérmenes, llamados patógenos, pueden causar infecciones transmitidas por el agua. Las enfermedades transmitidas por el agua pueden llevar a graves complicaciones y reacciones, incluyendo la muerte. Las infecciones transmitidas por el agua pueden propagarse cuando las heces animales o humanas que contienen estos patógenos llegan al agua potable. Entre estos patógenos se pueden incluir bacterias, virus o parásitos (por ej. el *Campylobacter*, la Salmonella, la *Giardia* y el *Cryptosporidium*).

La desinfección mata o elimina los patógenos del agua potable, reduciendo así los riesgos para la salud. El agua se puede desinfectar añadiendo productos químicos, usando calor, radiación ultravioleta (UV), filtración o combinando algunos de estos métodos.

¿Cuándo debo desinfectar mi agua potable?

En la mayoría de los casos, los proveedores de agua potable desinfectan el agua para hacerla segura. Sin embargo, es posible que necesite desinfectar su propia agua potable, o encontrar una fuente alternativa como agua embotellada, si su comunidad recibe una notificación de "hervir el agua". Esto puede ocurrir porque:

- El agua no tiene un tratamiento adecuado
- Los análisis muestran que contiene “coliformes fecales” o la bacteria *E. Coli*, lo que indica que el agua contiene excrementos humanos o animales
- Ha habido una inundación, un incendio, un terremoto u otro desastre que ha afectado el suministro de agua de su comunidad

También puede necesitar desinfectar su agua si:

- Para reducir el sabor a cloro, deje el agua reposar sin tapar durante unas horas, o viértala de un envase limpio a otro varias veces
- Si usa tabletas de cloro, siga las instrucciones del envase
- Obtiene el agua de su propio suministro o fuente
- Está de viaje en una zona en la que la seguridad del agua es dudosa
- Tiene el sistema inmunitario debilitado

¿Cuál es la mejor manera de desinfectar el agua?

La mejor manera de desinfectar el agua es hirviéndola, especialmente si cree que el agua tiene parásitos como la *Giardia* o el *Cryptosporidium*, o si tiene el sistema inmunitario debilitado.

- Hierva el agua durante al menos 1 minuto. En elevaciones de más de 2.000 metros (6.500 pies) hierva el agua durante al menos 2 minutos
- Almacene el agua desinfectada en envases limpios, cubiertos, aptos para tal propósito

¿Puedo usar lejía para desinfectar el agua?

Sí. La lejía de uso doméstico con cloro mata la mayoría de los patógenos.

- No use lejías con perfumes, lejías protectoras del color, lejías con limpiadores añadidos o lejía sin cloro
- La lejía funciona mejor cuando se añade al agua tibia, que esté a unos 20 ˚C (68 ˚F). Mezcle:
  - 2 gotas (0,1 ml) de lejía de uso doméstico (aproximadamente 5,25 % cloro)
  - 1 litro (4 tazas) de agua

Cúbrala y déjela reposar durante 30 minutos antes de beber. Debería notar un ligero olor a cloro después de los 30 minutos. Si no, añada otras dos gotas. Deje reposar el agua otros 15 minutos

- Si el agua está turbia, o está a menos de 10 ˚C (50 ˚F), añada el doble de cantidad de lejía. Cúbrala y déjela reposar de 1 a 2 horas antes de beber. Cuanto más tiempo permanezca en reposo el agua tratada, más efectivo será el desinfectado

¿Qué sucede si el agua está muy contaminada o polucionada con productos químicos?

Si el agua está muy contaminada, hervirla o añadir lejía no hará que sea segura, ya que esto no elimina los

productos químicos. Debe encontrar una fuente alternativa y segura de agua potable.

¿Qué sucede si el agua está turbia o sucia?

El agua que está turbia puede reducir la efectividad de un desinfectante, por lo que es importante aclarar el agua primero. Puede reducir la turbidez colando el agua a través de un paño limpio o filtro para el café. Deje que los posos que queden se asienten en el fondo. Vierta el agua clara en envases limpios y después desinféctela.

¿Puedo usar yodo para desinfectar el agua?

Sí, pero solo por períodos cortos de tiempo. El uso prolongado del yodo se asocia a potenciales riesgos de salud (problemas de tiroides o sensibilidad al yodo). Los niños y las mujeres embarazadas son especialmente sensibles al yodo y deben evitar usarlo para desinfectar el agua.

- El yodo funciona mejor cuando se añade al agua tibia que está a unos 20 ˚C (68 ˚F). Mezcle:
  - 6 gotas (0,3 ml) de tintura de yodo al 2 %
  - 1 litro (33 oz.) de agua clara sin tratar

Deje el agua reposar durante 30 minutos antes de beber. Si el agua está fría, déjela reposar durante varias horas antes de beber.

- Si el agua está turbia, mezcle:
  - 10 gotas (0,5 ml) de tintura de yodo al 2 %
  - 1 litro de agua
- Si usa tabletas de yodo, siga las instrucciones del envase

¿Puedo usar un filtro de agua para desinfectar el agua?

Los filtros de agua para jarras (tipo Brita®) no están hechos para eliminar patógenos de un suministro de agua que no sea seguro, sin embargo, puede usar un dispositivo para el tratamiento de agua que esté certificado para matar o eliminar patógenos. Para más información sobre la certificación de dispositivos de tratamiento, visite la página de la Fundación nacional de instalaciones sanitarias (NSF, por sus siglas en inglés) en www.nsf.org/.

¿Para qué debo utilizar el agua desinfectada?

Si necesita desinfectar su agua, use el agua tratada o embotellada para las siguientes actividades:

- Beber y preparar alimentos. Esto incluye limpiar frutas y verduras crudas, así como preparar la leche infantil de fórmula
- Preparar bebidas con agua como jugos concentrados o bebidas en polvo
- Hacer café
- Hacer cubos de hielo (la congelación no mata ni elimina los patógenos)
- Lavar los platos a mano. Si usa un lavavajillas que no tiene un ciclo de agua caliente o esterilizante, meta después los platos durante un minuto en una solución de 2 ml de lejía por litro de agua
- Lavarse los dientes
- Llenar los platos de los animales domésticos o mascotas
- Bañar a los niños: dé baños de esponja usando agua desinfectada si tiene un suministro limitado

Los adultos pueden bañarse con agua que no haya sido desinfectada, pero no deben tragársela. Después de bañarse, lávese las manos con agua desinfectada o use un desinfectante para manos con alcohol.

Para más información

Si tiene dudas acerca de su agua potable, póngase en contacto con su funcionario de salud medioambiental local o su autoridad sanitaria local.

Para obtener más información, consulte los siguientes archivos de HealthLinkBC:

- HealthLinkBC File #05b Análisis del agua de pozo
- HealthLinkBC File #49f Incendio forestal: Sus efectos sobre la calidad del agua potable
- HealthLinkBC File #56 Prevención de infecciones transmitidas por el agua en personas con el sistema inmunitario debilitado

HealthLinkBC File #69b Alimentar a su bebé con leche de fórmula: Cómo preparar y almacenar la leche de fórmula de forma segura