



Limpieza después de una inundación Clean-up After a Flood

¿Cuáles son los riesgos para la salud después de una inundación?

Cualquiera que haya sufrido una inundación en su casa está ansioso por volver a la vida normal lo antes posible. Sin embargo, es importante recordar que el agua de las inundaciones suele estar muy sucia. Los artículos que han entrado en contacto con el agua de la inundación deben manipularse con cuidado. El agua de las inundaciones que pasa por la tierra puede entrar en contacto con granjas, estiércol, basura, fosas sépticas desbordadas y otras fuentes de contaminación y enfermedades. El agua de las inundaciones puede estar muy contaminada y provocar enfermedades.

¿Cuándo es seguro regresar a casa?

No regrese a su hogar hasta que las autoridades le indiquen que es seguro hacerlo. No debe habitar una casa inundada hasta que se termine la limpieza, se disponga de un suministro de agua potable y se organice la eliminación adecuada de los desechos humanos y la basura.

Si a su hogar le da servicio un sistema público de suministro de agua, se le notificará si su agua es potable o en qué momento lo será. Si su suministro de agua proviene de un pozo propio, debe asumir que el agua está contaminada y no es apta para el consumo sin un tratamiento adicional y pruebas que demuestren que el agua es segura. Para obtener más información, consulte [HealthLinkBC File #05b Análisis del agua de pozo](#). Si el agua del pozo parece estar clara, es posible que pueda utilizarla después de la desinfección.

Para obtener información sobre cómo desinfectar el agua potable, consulte: [HealthLinkBC File #49b Desinfectar el agua potable](#).

¿Debo preocuparme por el asbesto?

Si tiene que retirar materiales de construcción como paneles de yeso o aislamiento, asuma que contienen asbesto hasta que las pruebas indiquen lo contrario. Es imposible evaluar si un edificio o material contiene asbesto sin las pruebas adecuadas. Si hay asbesto, los materiales que lo contienen deben ser retirados por profesionales certificados. Otros trabajos de limpieza

pueden continuar, ya que el asbesto representa poco riesgo si no se perturba. Para obtener más información, consulte [HealthLinkBC File #32 Asbesto: ¿Cuándo debo preocuparme?](#)

¿Cómo protegerse durante la limpieza?

Utilice el equipo de protección adecuado para todas las actividades de limpieza, incluyendo botas resistentes a los pinchazos y al agua, guantes de protección, protección ocular y un respirador bien ajustado, como es el N95.

Durante la limpieza, evite tocar la piel expuesta con guantes o artículos contaminados. Debe lavar por separado, con agua caliente y detergente, la ropa que lleve durante la limpieza. No debe usar el calzado utilizado durante la limpieza en las zonas limpias.

Recuerde bañarse o ducharse con agua tibia y jabón después de terminar cualquier actividad de limpieza. Consulte a un profesional de la salud en caso de que le aparezcan sarpillidos, irritación de los ojos o enfermedades gastrointestinales.

¿Cómo desinfectar las superficies?

Una mezcla de 40 ml de lejía casera con 1 litro de agua es un desinfectante eficaz para eliminar las bacterias y suprimir el moho. Se necesita un tratamiento fungicida para eliminar el moho por completo. Siga siempre las instrucciones de seguridad del fabricante al manipular desinfectantes y fungicidas.

¿Cómo limpiar la casa y las dependencias inundadas?

Debe limpiar, desinfectar o desechar todos los artículos y superficies que hayan estado en contacto con el agua de la inundación. Las superficies hasta 60 cm por encima de la línea de inundación también deben limpiarse, desinfectarse y secarse.

Se debe evaluar todo el mobiliario móvil para ver si ha entrado en contacto con el agua de la inundación. Los muebles tapizados que hayan estado en contacto con el agua deben desecharse o restaurarse con la ayuda de un profesional. Asimismo, deben desecharse todos los

aislamientos inundados, los muebles de aglomerado, los colchones, la ropa de cama y los juguetes de peluche. Frote y limpie a fondo todas las demás superficies y suelos con agua caliente y detergente lo antes posible una vez que haya bajado el nivel del agua. Limpie toda la carpintería con agua y jabón. Después de limpiar las superficies, trátelas con un desinfectante. Toda el agua estancada en los sótanos inundados debe eliminarse lentamente antes de comenzar la limpieza. Bombee solo el 20% del agua estancada por día para evitar que el colapso de los suelos circundantes dañe la estructura del edificio.

Una vez que se haya sacado el agua del sótano, elimine todo el sedimento y el barro lo antes posible. Es posible que tenga que utilizar una manguera, cubos de agua y fregadores fuertes. Abra todas las ventanas para facilitar el secado y aplique calor utilizando un calefactor o una estufa si es posible. Limpie todas las superficies expuestas al agua de la inundación lavándolas con detergente y tratándolas después con un desinfectante.

También hay que limpiar y desinfectar todos los cobertizos, garajes y otros edificios que se hayan inundado, sobre todo si en estos espacios se almacenan productos.

¿Qué ocurre con las fosas sépticas y la eliminación de residuos?

Las inundaciones pueden afectar gravemente a su fosa séptica al socavar la tierra que la sustenta. Los desinfectantes también pueden afectar al rendimiento de la fosa séptica. Después de que el agua de la inundación baje y usted regrese a su casa, busque el asesoramiento de un profesional para restaurar su fosa séptica (p. ej. de un ingeniero profesional) o un [profesional registrado para el tratamiento de aguas residuales in situ](#).

Después de la limpieza de los edificios, es necesario retirar de los jardines los materiales que dejó tras de sí la inundación. Para obtener información sobre los servicios de gestión de residuos y la normativa de su zona, contacte con su municipio o distrito regional.

¿Qué precauciones deben tomarse para la seguridad alimentaria?

Cuando los alimentos y las superficies en contacto con los alimentos (cajones, estantes, tablas de cortar y encimeras) entran en contacto con el agua de la inundación:

- Deseche todos los alimentos no perecederos que no estén envasados en un recipiente impermeable. También debe desechar cualquier botella o recipiente que no estuviera sellado antes de la inundación
- Deseche todos los alimentos perecederos que hayan estado a temperaturas superiores a 4 °C durante más de 2 horas, como la carne, la carne de ave, los huevos y los productos lácteos
- Durante los cortes de electricidad, un congelador lleno mantendrá los alimentos congelados hasta 2 días. Los alimentos que se encuentren en un congelador y que hayan permanecido a más de 4 °C durante más de 2 horas deben desecharse y no se deben volver a congelar.
- Si hay un aviso de que se debe hervir el agua, utilice agua embotellada o hervida para lavar y preparar los alimentos que no se van a cocinar. El agua del grifo puede seguir utilizándose para lavarse las manos con jabón durante 20 segundos, y para los alimentos que se van a cocinar a 74 °C o más
- Lávese las manos con frecuencia si ha estado limpiando después de una inundación, especialmente antes de manipular o consumir alimentos. Utilice desinfectantes para manos
- Tire los productos enlatados si hay un sello dañado, si la lata está hinchada o si el contenido muestra signos de filtración. Los alimentos enlatados con una pequeña cantidad de óxido superficial son aceptables si el óxido puede eliminarse fácilmente con un paño. Deseche las latas muy oxidadas porque los microorificios pueden permitir la entrada de bacterias peligrosas
- Lave a fondo con agua tibia y jabón y sumerja en una mezcla desinfectante las latas que están en buen estado solo después de quitar la etiqueta. Recuerde marcar claramente en el envase de la lata cuál es el contenido si no la va a utilizar inmediatamente
- Limpie todos los utensilios de cocina, la vajilla, los cubiertos, los recipientes y las superficies en contacto con los alimentos con agua tibia y jabón y luego desinfectelos



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan una emergencia), vea www.HealthLinkBC.ca o llame al número gratuito 8-1-1. El número telefónico para personas sordas o con problemas de audición es el 7-1-1. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.