PERÚ Ministerio de Salud

PERÚ PROGRESO PARA TODOS

PRÁCTICAS PARA GENERAR ENTORNOS SALUDABLES EN TEMPORADA DE FRIAJES

CARTILLA INFORMATIVA PARA GOBIERNOS LOCALES DE LA REGIÓN SELVA

Organización Panamericana de la Salud

Organización Mundial de la Salud
OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas

Midori De Habich Rospigliosi
Ministra de Salud

José Del Carmen Sara
Viceministro de Salud Pública

Bernardo Ostos Jara
Director General
Dirección General de Promoción de la Salud

Estela Roeder Carbo
Director General
Oficina General de Comunicaciones

Alberto Jesús Huacoto Delgado
Director de Participación Comunitaria en Salud
Dirección General de Promoción de la Salud

PRÁCTICAS PARA GENERAR ENTORNOS SALUDABLES EN TEMPORADA DE FRIAJE
Cartilla informativa para Gobiernos Locales

© MINISTERIO DE SALUD DEL PERÚ
Dirección General de Epidemiología
Calle Daniel Olaechea 199, Lima 11. Perú.
Teléfono: 631-4500
Página web: http://www.dge.gob.pe

Elaborado por el equipo técnico de la Dirección General de Promoción de la Salud y de la Oficina General de Comunicaciones del Ministerio de Salud con la asistencia técnica de la Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS).

Agradecemos la participación de la DIRESA Loreto en la validación de esta cartilla.

Primera Edición: Febrero 2014

Tiraje: 500 ejemplares

Impreso por
SINCO Editores SAC
Jr. Huaraz 449, Breña
Teléfono: (511) 433 5974
R.U.C: 20511897018
Correo electrónico: info@sincoeditores.com

Esta cartilla fue impresa con el apoyo del Proyecto de Respuesta de Emergencia al brote de infecciones respiratorias agudas graves en Perú, financiado por el Departamento de Ayuda Humanitaria y Protección Civil de la Comisión Europea (ECHO).

PRESENTACIÓN

Todos los años departamentos de la selva de nuestro país experimentan la presencia de bajas temperatura, fenómeno climatológico caracterizado por el friaje. Los daños a la salud reportados durante la temporada de frío en algunas zonas del país son preocupantes, las que coincidentemente son producto de múltiples determinantes tales como pobreza extrema, deficiencias en el acceso a la salud, insuficiente educación para la percepción de los riesgos, las que se traducen en vulnerabilidades. En términos de salud, este fenómeno climatológico se refleja en incremento de neumonías y defunciones en la población vulnerable como son los menores de cinco años y adultos mayores.

Reducir el riesgo de los efectos de la temporada de friaje requiere de una intervención y participación conjunta, tanto de las autoridades de todos los sectores (salud, educación, vivienda entre otros), de todos los niveles de gobierno (central, regional y local), y en especial de las familias, agentes comunitarios de salud y de la comunidad en general.

En tal sentido, la Dirección General de Promoción de la Salud en el marco del Plan de Gestión de Riesgo en salud frente a bajas temperaturas, aprobado por Resolución Ministerial N° 273-2013/MINSA y el Plan Multisectorial para la atención de heladas y friaje aprobado por Decreto Supremo N° 064-013-PCM; ha elaborado esta cartilla informativa con la finalidad que los gobiernos locales fortalezcan los conocimientos de su comunidad para que desarrollen prácticas saludables frente a esta temporada de bajas temperaturas, de manera que puedan organizar la vigilancia comunal de su población vulnerable y posibilite la reducción del efecto negativo del friaje en la salud de la población.

Gestión local frente a temporada de bajas temperaturas

Señor Alcalde, considerando que el friaje en su territorio afecta a la salud de su población, le recordamos el marco legal que le puede posibilitar implementar acciones dirigidas a reducir efectos de este problema

Ley N° 29972 - Ley Orgánica de Municipalidades:

Los Gobiernos Locales son entidades básicas, de la organización territorial del Estado y canales inmediatos de la participación vecinal en los asuntos públicos.

Las municipalidades provinciales y distritales son los órganos promotores del desarrollo local (Art. 1°).

Las municipalidades asumen competencias y ejercen funciones específicas con carácter exclusivo y compartido, en las siguientes materias:

1. Organización del espacio físico (uso del suelo).
2. Servicios públicos locales: Saneamiento Ambiental, Salubridad y Salud.
3. Protección y conservación del ambiente.
4. Desarrollo y economía local.
5. Participación vecinal.
6. Servicios Sociales Locales.
7. Prevención, rehabilitación y lucha contra el consumo de drogas.

Ley N° 29664 - Ley que crea el Sistema Nacional de Gestión de Riesgo de Desastres.

Sistema Nacional de Gestión del Riesgo de Desastres (SINAGER) es un sistema interinstitucional, sinérgico, descentralizado, transversal y participativo, con la finalidad de identificar y reducir los riesgos asociados a peligros o minimizar sus efectos.

En su artículo N° 9, indica que los Gobiernos Locales conforman el sistema en mención.

En su artículo N° 14, refiere que los alcaldes son las máximas autoridades responsables de los procesos de la Gestión del Riesgo de Desastres dentro de sus respectivos ámbitos de competencia. Además, los gobiernos locales ponen especial atención en el riesgo existente y, por lo tanto, en la gestión correctiva.

Difundir prácticas saludables frente a bajas temperaturas

Señores alcaldes y organizaciones de base: Las familias de su comunidad deben estar preparadas para la temporada de frío en su región. Juntos podemos contribuir a promover las prácticas saludables:

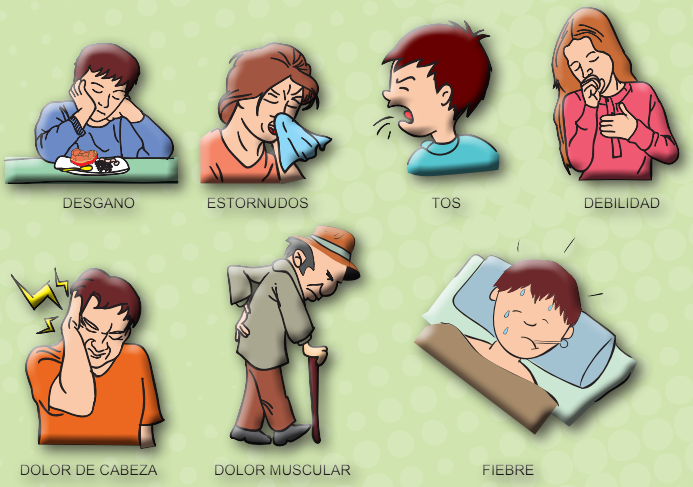
1. Reconociendo los signos de alarma de la neumonía:

Es necesario elaborar programas comunicacionales que incluyan mensajes de difusión de los signos de alarma e indicando acudir rápidamente a establecimiento de salud más cercano.

"Si una niña/niño o adulto mayor presenta TOS, FIEBRE y RESPIRA CON DIFICULTAD, debe ser llevado al establecimiento de salud de inmediato, puede ser neumonía"

Organizar a las comunidades en Comités de Evacuación de Emergencia en coordinación con el establecimiento de salud, para trasladar a las niñas, niños y adultos mayores que presenten signos de alarma.

Signos y síntomas de infección respiratoria



2. Realizando campañas de vacunación

- Las vacunas contra la neumonía y la influenza son la mejor protección de los niños (as) menores de 5 años y de los adultos mayores; la vacuna contra la Influenza estacional debe aplicarse una vez al año antes de la temporada de frío.
- Las vacunas están disponibles en el establecimiento de salud de manera gratuita.
- Coordinar con los establecimientos de salud para invertir en el desarrollo de campañas integrales de vacunación con materiales de difusión, movilidad y otros; los que contribuirán al bienestar de su población
- Contribuir en la salud de su población, facilitando unidades móviles, combustible para vacunar a niños (as) y adultos mayores de las zonas más alejadas.
- Liderar la incorporación de otros sectores a las acciones dirigidas a promover la vacunación.

3. Promover la lactancia materna en su comunidad:

- Los niños menores de 6 meses SOLO deben tomar leche materna. A partir de los 6 meses continuar con leche materna y complementar su alimentación con papillas. A partir del año de edad dar leche materna después de las comidas.
- Realizar en coordinación con el establecimiento de salud, acciones para promocionar la lactancia materna en su comunidad.

- Brindar reconocimiento a las familias saludables que han incorporado la práctica de la lactancia materna en el niño menor de 2 años.
- Promover y brindar comodidades a las mamás que dan de lactar en lugares públicos a través de la implementación de lactarios institucionales (espacios acondicionados en los centros de trabajo para que las mamás puedan lactar a sus bebés cómodamente) en coordinación con las instituciones públicas y privadas según reglamento.

4. Difundir la necesidad de una alimentación adecuada:

- Explique a los padres de familia que a partir del primer año de edad los niños (as) deben comer 3 veces al día y seguir alimentándose con leche materna hasta cumplir los dos años.
- Organice ferias de alimentos que promuevan y difundan los alimentos de mayor valor nutricional que su región produce.
- Coordine con el establecimiento de salud la realización de sesiones demostrativas.

5. Fomentar el abrigo en la población:

- Los grupos más vulnerables son los niños (as) y adultos mayores, a ellos debemos proteger.
- El abrigo es la mejor forma de prevenir enfermedades respiratorias en las temporadas de friaje
- Si viven en la selva; en temporada de frio utilice ropa adecuada para protegerse y eviten los cambios bruscos de temperatura.

Generación de entornos saludables frente a temporada de bajas temperaturas

Entornos saludables: Comprende los espacios físicos, psicológicos, sociales, culturales, económicos y ecológicos en los que la persona desarrolla su vida diaria, donde se establecen condiciones no solo para proteger la salud sino para potenciarla al máximo.

Sr. Alcalde y representantes de Organizaciones Comunitarias de Base: La temporada de bajas temperaturas se da principalmente entre los meses de mayo y setiembre, en meses previos al inicio de la temporada debe organizar a su comunidad y determinar las acciones dirigidas a fortalecer las condiciones sociales de la población vulnerable: vivienda, actividad económica, saneamiento ambiental, entre otros.

Fortalecer la participación comunitaria a nivel de Comunidades

- Implementar la vigilancia comunitaria de las prácticas saludables en la familia a través de las Organizaciones de Base Comunitarias (OBS).
- Identificar y priorizar las comunidades expuestas a temporada de bajas temperaturas, incluyendo información sobre los grupos vulnerables (indigentes, niños, adultos mayores, discapacitados y enfermos desprotegidos).
- Involucrar a las Juntas Vecinales y Organizaciones de Base Comunitarias priorizadas para promover las prácticas saludables frente a temporada de bajas temperaturas.
- Promover, organizar e implementar la formación de Comités para la Vigilancia Comunitaria, los que pueden recibir apoyo del establecimiento de salud para este fin.
- Reconocer a los Comités de Vigilancia Comunal para que estén motivados a realizar las actividades educativas en la comunidad. Implementar un plan de estímulos para los promotores de salud y /o Comités de Vigilancia Comunal que realizan un trabajo voluntario en bien de la comunidad.
- Apoyar la difusión de las prácticas saludables en los diferentes escenarios de la población en riesgo.
- Incluir el seguimiento y monitoreo del trabajo de las OBC.

Funcionamiento de Centros de Promoción y Vigilancia Comunal del Cuidado Integral de la Madre y el Niño - CPVC

Es un espacio en la comunidad donde se promueven prácticas saludables para las familias, las cuales contribuyen con el adecuado crecimiento y óptimo desarrollo de niños y niñas desde la etapa de gestación hasta los 36 meses. Los promotores de salud, los líderes comunales, las autoridades locales y comunales, el personal de salud y otros actores sociales son aliados estratégicos para el funcionamiento de los CPVC.

Para el año 2014, en el marco del cumplimiento de la meta del Plan de Incentivos a la Mejora de la Gestión y Modernización Municipal, el funcionamiento del CPVC se realizará en tres principales actividades:

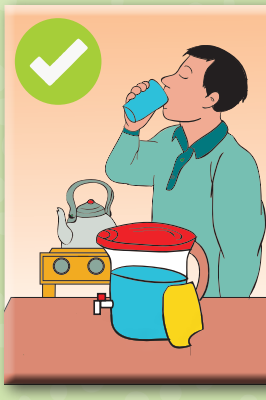
1. Educación en prácticas saludables: alimentación, lactancia materna,
2. Vigilancia comunal: vacunación de grupos vulnerables
3. Toma de decisiones a favor del cuidado de la salud de las gestantes, niñas y niños menores e 36 meses.

Fortaleciendo la estructura, servicios y organización de las viviendas

Identificar, evaluar y fortalecer la condiciones físicas de la estructura de las viviendas y guarderías (techos, paredes, puertas, ventanas, pisos); a fin de mejorar cualquier desperfecto en su estructura con la finalidad de reducir la exposición al frío de las familias.

Garantizar abastecimiento de agua segura y su almacenamiento

1. Obtención de agua segura:



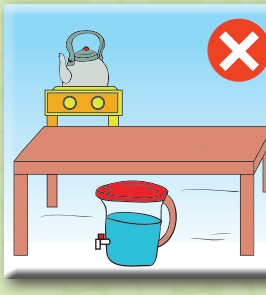
Enseñar cómo obtener agua segura en casa

¿Cómo desinfectar el agua en la casa para tener agua segura?

- **Hervido:** El agua tiene que calentarse hasta que hierva "burbujeando" durante unos 5 minutos. Es recomendable almacenar el agua en el mismo recipiente en el que se hirvió; la aireación del agua hervida no se recomienda porque existen posibilidades de contaminación.
- **Clorada:** Aplicar dos gotas de lejía comercial al 5% por litro de agua, taparlo y dejarlo reposar durante 30 minutos, luego utilizar.

Agua para desinfección de verduras: Debe agregarse una cucharadita de lejía por cada litro de agua y dejar reposar durante 30 minutos, luego enjuagar con agua hervida fría.

2. Almacenamiento del agua:



Orientar a la familia para almacenar el agua dentro de la vivienda, de preferencia cerca de la cocina, y recomendar lo siguiente:

Limpieza de los depósitos de agua:

- Lavar el depósito con una mezcla de ½ cojín de lejía y un balde con agua (20 litros) con la ayuda de una escobilla o esponja metálica.
- Enjuagar hasta que desaparezca el olor a lejía
- Tapar el depósito para protegerlo del polvo.

Almacenar el agua segura:

- Si es agua de la red pública y conoces que es tratada, almacénala en bidones limpios con tapa y de preferencia con caño incorporado.
- Si el depósito no tiene caño utilice un jarrito exclusivamente para sacar el agua almacenada.
- Coloque el depósito de agua sobre una mesa o base de unos 30 o 60 centímetros de altura, no al ras del piso porque puede contaminarse con polvo.

SISTEMA "MI AGUA"

Fomenta la utilización del sistema "Mi Agua" (Sistema de tratamiento intra domiciliario de agua para consumo humano). Coordina con la Dirección de Salud Ambiental (DIGESA), para capacitar a su población sobre la utilización del Sistema "Mi Agua".

PERÚ Ministerio de Salud

Central: (511) 315-6600
Av. Salaverry N° 801 - Lima 11
INFO SALUD: 0800 - 10828

www.minsa.gob.pe

COMISIÓN EUROPEA

Ayuda Humanitaria y Protección Civil