

Segurança e higiene

Riscos à saúde

Por ser um produto químico, a água sanitária pode fazer mal à pele e aos tecidos do corpo. Assim, é fundamental tomar alguns cuidados na hora de utilizar o produto.



Contato com os olhos

Em caso de contato com os olhos, lave-os em água corrente por 10 a 15 minutos. Se você tiver a sensação de "areia nos olhos" e "vista embaçada", procure um oftalmologista; pode ser conjuntivite química.



Ingestão

Em caso de ingestão acidental do produto, não provoque vômitos, e procure um médico.



Inalação

Em caso de inalação do produto em ambiente fechado, saia do local imediatamente e, se você sentir falta de ar e mal-estar, procure um médico.



Contato com a pele

Em caso de contato com a pele, lave-a em água corrente por 10 a 15 minutos. Se você tiver a pele sensível a produtos de limpeza, use luvas ao mexer com o produto, porque ele pode causar vermelhidão, alergia e até queimadura. Caso isso aconteça, procure um dermatologista.

Cuidados com a higiene pessoal

Lave sempre as mãos com água e sabão, e escove as unhas (que devem ser mantidas curtas):

- antes de preparar qualquer alimento;
- após lavar verduras e frutas;
- antes de se sentar à mesa para comer;
- antes de alimentar seu bebê;
- após trocar as fraldas de seu bebê;
- após ir ao banheiro.

Não esqueça também que o **banho diário** é essencial para sua saúde.

Troque e lave as roupas de cama e toalhas sempre que se sujarem, ou ao menos uma vez por semana.

Troque e lave as roupas íntimas diariamente.

Cuidados na hora de manusear a água sanitária

- 1) Mantenha o produto sempre longe das crianças e animais domésticos.
- 2) Guarde a água sanitária em recipiente fechado e em local ventilado, longe de raios solares e calor.
- 3) Nunca misture o produto com vinagre, ácidos ou outros agentes de limpeza. Isso pode provocar a liberação de gases prejudiciais à saúde.
- 5) Evite o contato direto do produto com a pele.
- 6) Não reutilize a embalagem. Devolva-a para os coordenadores do projeto *Saúde Começa em Casa* para que as garrafas sejam recicladas.



Realização: Unidade Pediátrica da Santa Casa de Misericórdia de São Paulo

Apoio:



Informativo

Saúde



Unidade Pediátrica da Santa Casa de Misericórdia de São Paulo



Saúde começa em casa

Muitas das doenças que afetam a nossa saúde e a de nossos filhos são provocadas por bactérias que entram em contato com o nosso organismo. Elas podem estar em qualquer lugar: no ônibus, no trabalho, na escola e até mesmo em nossas casas.

A gente não vê, mas elas estão lá. Por isso, é importante nunca descuidar da higiene pessoal e dos ambientes.

A Santa Casa de São Paulo, que há mais de 400 anos presta assistência médica à população, conhece bem os problemas que as bactérias podem trazer à nossa saúde e decidiu entrar na luta contra esses "seres invisíveis".

Juntamente com a Abiclor (Associação Brasileira da Indústria de Álcalis, Cloro e Derivados) e empresas parceiras, ela criou o projeto *Saúde Começa em Casa*, que tem como objetivo reduzir a incidência de doenças

infecciosas transmitidas por água ou alimentos contaminados.

Por meio do projeto, assistentes sociais visitarão a sua casa, ajudando você a identificar os locais em que as bactérias se desenvolvem e mostrando como combatê-las a partir de medidas caseiras simples, como o uso adequado de água sanitária na limpeza de caixas d'água, pias, ralos, quintais e até dos alimentos.

Mas, para que o projeto dê certo, é fundamental que todos participem, cada um fazendo a sua parte, a partir de pequenas ações no dia-a-dia. A Santa Casa e seus parceiros nesse projeto contam com sua participação nessa empreitada.

Neste folheto você vai encontrar dicas e informações para começar desde já a viver de forma mais saudável e longe das bactérias. Você não vai ficar fora dessa, vai?

Cuidados com a casa

Caixas d'água

Feche a entrada de água (bóia) e esvazie a caixa quase toda. Deixe sobrar o suficiente para lavar, com uma escova, as paredes e o fundo da caixa. Não utilize produtos de limpeza nessa etapa. Enxágüe bem e esvazie toda a água suja, dando repetidas descargas no vaso sanitário.

Depois de limpa, encha a caixa d'água novamente e adicione 1 litro de água sanitária para cada 1.000 litros de água. Deixe desinfetar por 2 horas. Então, esvazie a caixa abrindo todas as torneiras da casa para que a água limpe também os canos. Encha a caixa com água potável e tampe. Pronto, a água está adequada para ser consumida. Repita esse processo a cada 6 meses.



Banheiros, banheiras e lavabos

Para a limpeza diária, dilua meio copo de água sanitária em 10 litros de água e despeje na superfície. Deixe agir por 15 minutos. Em seguida, esfregue as manchas usando água sanitária pura e um pano de chão.



Tome cuidado: Use luvas de proteção e calçado fechado para evitar o contato com a pele. Feito isso, enxágüe bem.

Ralos e canalizações

Diariamente, após a limpeza da cozinha, não se esqueça de desinfetar o ralo da pia. Para isso, jogue meio litro de água fervendo e, em seguida, 1 copo (200 mililitros) de água sanitária pura. Isso evita entupimentos na tubulação, combate o mau cheiro causado por bactérias e evita a entrada de baratas e outros insetos. O mesmo procedimento pode ser feito nos ralos dos banheiros, pias, lavabos, tanque etc.



Dica: Faça a limpeza das pias e dos ralos à noite, antes de dormir, para que a água sanitária possa agir por mais tempo.

Azulejos, pisos e revestimentos cerâmicos



Coloque 1 copo (200 mililitros) de água sanitária em cada litro de água limpa. Aplique essa solução nos azulejos e deixe agir por 10 minutos. Em seguida, esfregue a superfície usando a mesma solução e elimine as manchas sem esforço. Por fim, enxágüe tudo com água limpa. Repita esse processo nos demais pisos e revestimentos da casa.

Cuidados com os alimentos e utensílios de cozinha

Verduras

Coloque numa bacia plástica água misturada com água sanitária, na proporção de 1 colher (das de sopa) de água sanitária para cada litro de água. Lave as verduras com água corrente em abundância e depois mergulhe-as por 30 minutos na bacia plástica preparada anteriormente, agitando-as ocasionalmente. Passado esse tempo, lave novamente a verdura na torneira, tirando o excesso de água sanitária.

Atenção: A mistura de água com água sanitária utilizada na desinfecção dos alimentos não deve ser ingerida.



Frutas e legumes

Para lavar e desinfetar frutas e legumes, adote os mesmos cuidados indicados para a lavagem das verduras.



Utensílios de cozinha

Quando os utensílios de cozinha entram em contato com gorduras, peixes ou frutos do mar, os resíduos desses alimentos podem ficar acumulados. Para eliminar o mau cheiro e a sujeira dos utensílios, coloque meio copo de água sanitária para cada litro de água limpa. Em seguida, mergulhe os utensílios nessa solução durante 10 a 15 minutos e, então, enxágüe com água limpa.



Recomendação: Nunca utilize água sanitária em objetos metálicos, pois eles podem ser danificados pelo produto.

Cuidados com as roupas

Roupas

O uso de água sanitária durante a lavagem de roupas, toalhas e panos ajuda a eliminar a sujeira e deixa as peças mais brancas. Para um tanque de água, misture 1 copo de água sanitária e deixe as roupas de molho nessa solução por mais ou menos 30 minutos. Então, inicie a lavagem no tanque ou na máquina.

Atenção: Esse procedimento só é indicado para a lavagem de roupas brancas, pois existe o risco de a água sanitária desbotar as roupas de cor.



Cuidados contra a dengue

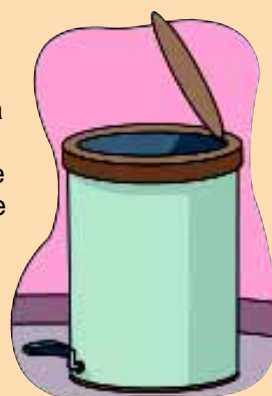
Mosquito da dengue



A água sanitária é eficaz para eliminar as larvas do mosquito da dengue. Para isso, misture meio copo de água sanitária em meio copo de água limpa e despeje nos locais que tenham água parada e que, portanto, podem ser focos da dengue. Essa mistura preparada com a água sanitária pode ser usada para regar plantas que acumulam água entre as folhas, como as bromélias. Esse procedimento não fará mal às plantas, mas evitará o desenvolvimento da dengue.

Lixeiras

Coloque meio copo de água sanitária para cada 1 litro de água limpa. Se a lixeira for de plástico, lave com água, encha o recipiente com a solução de água sanitária e deixe agir por 10 minutos. Depois jogue fora.



Recomendação: Nunca utilize água sanitária em objetos metálicos.

Canis e viveiros



deixe agir por 10 minutos. Enxágüe em seguida.

Atenção: Fique atento para que o animal não beba essa solução.

Para combater o mau cheiro e a sujeira causados pelas fezes e urina do seu animal de estimação, desinfete o local diariamente. Misture meio copo de água sanitária em cada 10 litros de água limpa, despeje nas áreas que o animal mais ocupa e

Sem água não há vida na Terra; todos devem cuidar para que ela não acabe.

Não desperdice água. Faça o reaproveitamento para a lavagem de pias, pisos, bancadas e utensílios domésticos em geral, incluindo toalhas e panos de limpeza.

Vamos cuidar do futuro dos nossos filhos!