

Prácticas seguras para tratar los desechos humanos

Los inodoros [retretes o escusados] vienen en todas las formas y tamaños; algunos tal vez solo sean un agujero en el suelo. Independientemente del tipo que usemos, es importante mantenernos limpios al usar el inodoro. Si no lo hacemos, podríamos enfermarnos. Nuestra meta como líderes es ayudar a las familias a aprender y seguir las prácticas seguras para tratar los desechos humanos.

PUNTOS CLAVE

- **Las prácticas poco higiénicas al ir al baño pueden causar enfermedades.** Pueden propagar bacterias, parásitos y virus que causan diarrea y otras enfermedades. La diarrea puede causar la pérdida de fluidos corporales, deshidratación grave y, en algunos casos, la muerte. La diarrea recurrente puede reducir el crecimiento y el desarrollo cerebral de un niño, lo cual lo hace vulnerable a otras enfermedades.
- **Cuando sea posible, utilice inodoros y letrinas.** Eso nos ayuda a mantenernos limpios. También ayuda a mantener las heces (excrementos) fuera de nuestros suministros de agua potable. Los inodoros y las letrinas deben limpiarse con regularidad.
- **Seguir las pautas adecuadas para lavarse las manos reduce la propagación de enfermedades.** Después de usar un inodoro o una letrina, debemos lavarnos las manos con jabón y agua limpia o desinfectante para las manos. Los padres deben lavarse las manos después de ayudar a sus hijos a usar el inodoro o de limpiarlos.
- **Si no hay baños ni letrinas disponibles,** defaque al menos a treinta metros de distancia de cualquier fuente de agua, entierre las heces y lávese las manos con jabón y agua limpia o desinfectante para manos.



Preguntas para considerar con espíritu de oración

- En la región, ¿qué familias podrían verse afectadas por prácticas inseguras para tratar los desechos humanos? ¿Se trata de un problema generalizado?
- ¿Cuáles son las mejores maneras de enseñar a los miembros acerca de la importancia de las prácticas seguras para tratar los desechos humanos?
- ¿Tienen las mujeres y las niñas acceso adecuado a suministros para gestionar la menstruación?
- ¿Qué recursos gubernamentales, sin fines de lucro y de la Iglesia están disponibles a fin de ayudar a mejorar las prácticas para tratar los desechos humanos y la higiene femenina?



Inspiración de los líderes de la Iglesia

El presidente Gordon B. Hinckley enseñó lo siguiente: “Sed limpios los que lleváis los vasos del Señor” (D. y C. 133:5), así nos ha dicho [el Señor] en una revelación moderna. Limpios de cuerpo y mente; limpios en el lenguaje; limpios en la manera de vestir y en la conducta personal” (“Sed limpios”, Liahona, julio de 1996, pág. 51).

¿QUÉ PODEMOS HACER?

Consideren estas ideas y otras mientras deliberen en consejo y oren para recibir orientación.

Líderes

- **Aborden las necesidades inmediatas y busquen soluciones a largo plazo.** Si una familia se ve afectada por prácticas inseguras para tratar los desechos humanos o no tiene acceso a agua limpia, consideren cómo ayudar con las necesidades inmediatas. Luego trabajen con ella para encontrar soluciones a largo plazo.
- **Enseñen a los miembros prácticas seguras para tratar los desechos humanos.** Por ejemplo, podrían llevar a cabo una actividad de la Sociedad de Socorro, de cuórum o de clase en la que presenten métodos prácticos para mantenerse limpios al usar un inodoro o una letrina.
- **Las madres y los miembros de la Sociedad de Socorro pueden ayudar a las mujeres jóvenes** a aprender a gestionar sus períodos en la escuela y en el hogar de maneras seguras y saludables.
- **Desarrollen prácticas seguras para tratar los desechos humanos en la región.** Trabajen con los líderes de la comunidad para desarrollar baños sanitarios y letrinas. Informen a las familias sobre estos recursos.

Hermanos y hermanas ministrantes

- Aprendan y enseñen prácticas seguras para tratar los desechos humanos.
- Si un hogar muestra señales de prácticas inseguras para tratar los desechos humanos, deliberen en consejo con la familia en cuanto a maneras de mejorar su situación. Sean comprensivos y no juzguen. Escuchen para comprender los desafíos que los padres podrían estar afrontando.
- Si es necesario, deliberen en consejo con la Sociedad de Socorro o el cuórum de líderes en cuanto a las maneras en que pueden ayudar.

Volante Prácticas seguras para tratar los desechos humanos

Ofrezcan este volante a los miembros de su estaca y barrio. En él se proporcionan información y sugerencias útiles para las familias.

Prácticas seguras para los desechos humanos

Hay inodoros, retretes o escusados de todas las formas y tamaños. No importa qué tipo de inodoro utilice, estas prácticas ayudarán a la familia a evitar enfermedades relacionadas con la eliminación de desechos humanos peligrosos.

INODORO CON CISTERNA

1. Evite tocar superficies innecesariamente.
2. Siéntese en el inodoro como en una silla.
3. Utilice papel sanitario (higiénelo) para limpiarse.
4. Si es posible, arroje el papel en el inodoro. De lo contrario, arrojelo a la basura.
5. Siempre descargue el agua del inodoro.
6. Deseche la basura.
7. Lávese las manos con jabón durante 20 segundos.

INODORO EN CUCILLAS

1. Acostúmbrase la ropa alrededor de las rodillas.
2. Póngase en cucullas sobre el inodoro, sin tocarlo.
3. Utilice papel sanitario para limpiarse.
4. Si es posible, arroje el papel en el inodoro. De lo contrario, arrojelo a la basura.
5. Si es posible, descargue el agua del inodoro.
6. Deseche la basura.
7. Lávese las manos con jabón durante 20 segundos.

BAÑO AL AIRE LIBRE O EN AUSENCIA DE RETRETE

1. Elija un sitio alejado de la gente, de las casas y del agua.
2. Cave un hoyo de 15 cm de profundidad.
3. Póngase en cucullas sobre el hoyo.
4. Utilice papel sanitario u hojas vegetales suaves para limpiarse.
5. Coloque el papel o las hojas en el hoyo. Llévelo con tierra, lodo y rocas.
6. Asegúrese de no dejar rastros de desechos.
7. Lávese las manos con jabón durante 20 segundos.

LA IGLESIA DE JESUCRISTO DE LOS SANTOS DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

© 2023 por Intellectual Reserve, Inc. Todos los derechos reservados. Versión: 5/23. Traducción de Child Nutrition Leader Guides 11 Documents. Spanish. PD80017693.002

MÁS INFORMACIÓN

Obtengan más información acerca de las prácticas seguras para tratar los desechos humanos y otras maneras de mejorar la nutrición infantil: ChildNutrition.ChurchofJesusChrist.org

LA IGLESIA DE
JESUCRISTO
DE LOS SANTOS
DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

© 2023 por Intellectual Reserve, Inc. Todos los derechos reservados. Versión: 5/23.
Traducción de Child Nutrition Leader Guides 11 Documents. Spanish. PD80017693.002