

El Niño y sus efectos en Panamá

Gestión Inclusiva del riesgo de desastres para la SALUD

Instituto de Habilitación Especial - IPHE

Camino Real de Bethania, Sede IPHE,
Piso 1, Dirección,
Bethania, Panamá
+507 501-0509
info@iphe.edu.pa

RET International en Panamá

Calle Elvira Méndez, Edificio Vallarino,
Piso 1, Oficina E1,
Obarrio, Panamá
+507 391-2296
info.panama@theret.org



/TheRetOrg
/TheRETorgLAC



RET International

Este folleto ha sido desarrollado gracias al generoso apoyo del pueblo estadounidense a través de la Agencia de Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID). El contenido es responsabilidad de RET International y no refleja necesariamente los puntos de vista de USAID o del Gobierno de los Estados Unidos.

Proyecto

“Adolescentes y jóvenes con discapacidad promueven entornos educativos inclusivos y seguros frente a la variabilidad climática”

Para mayor información y acceder a otras herramientas consultar en:
<http://educacioninclusivayreducciondelriesgo-panama.org/>



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Protegiendo a través de la Educación

RET

El Niño y sus efectos

¿Qué es el fenómeno de El Niño?

Es un fenómeno océano-atmosférico que se caracteriza por el calentamiento anormal de las aguas superficiales del mar, principalmente en la zona ecuatorial del Océano Pacífico.

¿Cuándo ocurre?

Este fenómeno también llamado ENOS (El Niño Oscilación del Sur). Se ha estimado que puede suceder entre 2 y 7 años, y puede durar entre 12 y 18 meses.

¿Por qué recibe este nombre?

Fue bautizado con este nombre por los pescadores de la costa de Perú y Ecuador ya que aparecía como una corriente anormalmente cálida cerca de la Navidad y se relacionó con el nacimiento del Niño Jesús.

¿Cómo se produce El Niño?

1. Los vientos alisios

del Océano Pacífico cambian de sentido a mitad de año, soplando de oeste a este.

2. Desplazando las corrientes

de agua tibia desde Australia e Indonesia hacia la corriente fría de Perú o de Humbolt en Suramérica.

3. Encontrándose estas corrientes

tibia y fría, lo que produce evaporación, generando nubes de lluvia a partir del mes de diciembre.

¿Cuáles son sus efectos en el Planeta?



Aumento de la temperatura.



Aparición de enfermedades como el Cólera y la reproducción de vectores como el Aedes Aegypti o Anopheles.



Pérdida de especies marinas por el aumento de la temperatura.

¿Cuáles son sus efectos en la Región?

Lluvias intensas/Precipitaciones extraordinarias

Ausencia de Lluvia

Sequía

Sequía Severa

Sequía Aguda

¿Cuáles son sus efectos en Panamá?

Lluvias intensas
en la vertiente Caribe

Escasas lluvias/Sequía
en la vertiente Pacífica

Efectos sobre la salud

EL NIÑO en Panamá, se manifiesta hacia la vertiente del Pacífico con escasas de precipitaciones, es decir, escasas lluvias. Esto genera un aumento considerable de la temperatura, produciéndose efectos sobre la capa vegetal, lo que a su vez genera incendios forestales y pérdida de humedad sobre la superficie del suelo. Estos fenómenos producen extensión de humo y polvo, lo cual genera la manifestación de enfermedades respiratorias. Así mismo, la falta de precipitaciones limita el acceso al agua, lo cual trae como consecuencia un aumento de las enfermedades diarreicas y enfermedades de la piel.

Por otra parte, hacia la vertiente Atlántica se producen intensas lluvias, donde el exceso y acumulación de agua, generan además de inundaciones donde se deteriora la calidad del agua para el consumo, la aparición de enfermedades transmitidas por vectores y también enfermedades diarreicas agudas, debido a la disminución de la calidad del agua. Las gestiones para controlar el impacto de estas enfermedades estarán entonces vinculadas al adecuado manejo de acciones de AGUA, SANEAMIENTO e HIGIENE o WASH por sus siglas en inglés.

Tipos de Enfermedades que se presentan



Enfermedades diarreicas



Enfermedades de los ojos y de la piel



Enfermedades respiratorias



Enfermedades transmitidas por vectores

Las personas con discapacidad suelen ser más vulnerables ante las enfermedades infecto-contagiosas, en virtud a que existe la posibilidad que por su condición no puedan autoprotgerse o puedan realizar las acciones profilácticas o de prevención para evitar su contagio, o porque no se les ha podido comunicar según su condición qué pudieran hacer. Es por ello que debemos verificar con ellos, cuando su condición lo permite, si han podido o no tomar dichas medidas, o si por el contrario no están en capacidad de hacerlo, es importante brindarles nuestro apoyo, sobre todo si son niños, niñas, adolescentes o adultos mayores.

ENFERMEDADES DIARREICAS

Son aquellas que afectan al intestino, se caracterizan por un aumento en el número habitual de evacuaciones (excremento), éstas suelen ser muy aguadas o líquidas, puede haber moco o sangre y pueden generar vómito y fiebre.

Los más vulnerables ante este tipo de enfermedad son las niñas y niños menores de 3 años, las madres gestantes, personas con discapacidad (que tengan compromiso orgánico o sistema inmune debilitado por su discapacidad) y los adultos mayores.

Si advierte estos síntomas en usted o en la población indicada se recomienda consultar al servicio de salud más cercano lo antes posible.



ACCIONES PARA EVITAR LAS ENFERMEDADES DIARREICAS



- Lávate las manos con agua y jabón antes de comer y después de ir al baño.



- Consume agua segura / hervida.



- Lava todos los alimentos antes de consumirlos.



- No compartas cubiertos y menajes que ya han sido utilizados por otras personas sin antes lavarlos adecuadamente.



ENFERMEDADES DE LOS OJOS Y LA PIEL

Son aquellas donde se presenta irritación o congestión de los ojos o lesiones e inflamaciones en la piel.

Si tus ojos se ponen rojos, lagrimean o presentan lagañas podrías tener conjuntivitis, enfermedad ocasionada por virus, bacterias o alergia.

Si tienes heridas en la piel, debes tener cuidado, éstas podrían infectarse.



ACCIONES PARA EVITAR LAS ENFERMEDADES DE LOS OJOS Y LA PIEL



- Lávate las manos con agua y jabón antes de comer y después de ir al baño.



- Si identificas alguna irritación o lesión inusual en la piel no te rasques.



- No te toques los ojos con las manos sucias.



- No compartas toallas, pañuelos o piezas de ropa con otras personas.

ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

Las lluvias, inundaciones y el polvo podrían incrementar las enfermedades respiratorias (crisis asmáticas o broncoespasmos, neumonía y resfríos).

Al igual que en las enfermedades diarreicas, la población más vulnerable ante este tipo de enfermedad son las niñas y niños menores de tres años, las madres gestantes, personas con discapacidad (que tengan compromiso orgánico o sistema inmune debilitado por sus discapacidades) y los adultos mayores.

Si advierte estos síntomas en usted o en la población indicada se recomienda consultar al servicio de salud más cercano lo antes posible.



ACCIONES PARA EVITAR LAS ENFERMEDADES RESPIRATORIAS



- Cumple con todas las vacunas.



- Mantén limpia y ventilada tu vivienda.



- Abrígate y abrigo y protege de la lluvia en especial a niños, personas con discapacidad y adultos mayores.



- Mejora las defensas de tu bebé con lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses.



ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR VECTORES

Son aquellas enfermedades que son transmitidas a través de un animal o insecto que ha sido infectado con un organismo patógeno. A partir de la lluvia se produce la acumulación o empozamiento de agua en charcos y repositorios como llantas, tinacos, etc. lo cual produce el ambiente ideal para la reproducción de los vectores más comunes que son los zancudos o mosquitos.

Los zancudos son los transmisores de enfermedades como el dengue, la Chikunguña y el Sika (portado por el Aedes Aegypti o zancudo patas blancas) o la malaria o paludismo (transmitido por el zancudo Anopheles).

Si ha sido picado por un zancudo y aparece en un lapso de 2 a 7 días erupción en la piel, acompañada de dolores musculares y/o articulaciones, fiebre y malestar general, se recomienda consultar al servicio de salud más cercano lo antes posible.



ACCIONES PARA EVITAR LAS ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR VECTORES



- Elimina objetos que puedan acumular agua de lluvia o colócalos boca abajo.



- Mantén las piscinas limpias y tratadas con cloro.



- Lava muy bien los recipientes en los que almacenas agua, eliminando cualquier fondo o partícula y colócale tapa.



- Usa gel o arena mojada en lugar de agua en los floreros o cambiala todos los días.



- Protege tus puertas y ventanas con mallas.



- Usa repelente al menos cada tres horas sobre la ropa y en los lugares donde la piel esté descubierta.



- Seca y drena los charcos de agua y elimina la maleza cerca a tu hogar.



- Coloca mosquiteros para dormir, sobre todo en las cunas y camas de los niños, personas con discapacidad y adultos mayores.

Fuente: Ministerio de Salud/Perú



En caso de **EMERGENCIA** o **DESASTRE**

y para mantenernos **SALUDABLES** recordemos:



- Utilicemos siempre agua segura para beber, lavar los alimentos y asearnos.



- Utilicemos siempre los baños y letrinas. Estos deben estar siempre aseados.



- Debemos lavarnos las manos con agua segura y jabón, asegurando tenerlas siempre aseadas.

AGUA SEGURA

Asegurarnos de que el agua es apta para su consumo a través de filtración, hervido, purificación química o desinfección solar y almacenándola en envases limpios y cerrados.

BAÑOS O LETRINAS LIMPIOS

Debemos mantener aseados los baños o letrinas para reducir la transmisión de enfermedades y mantener nuestros espacios libres de malos olores y moscas.

LAVARNOS LAS MANOS

- Después de usar el baño o letrina.
- Antes y después de comer o lavar los alimentos.
- Después de asear las heces de los bebés o niños pequeños.

¿CÓMO LAVARNOS CORRECTAMENTE LAS MANOS?



- Humedece tus manos con agua apta para ello.



- Aplica jabón.



- Restriega entre tus palmas y entre tus dedos contando al menos 20 segundos.



- Enjuaga con agua segura, hasta asegurarte que ya no tienes residuos de jabón.



- Seca tus manos con toalla de papel higiénico o similar.



- Tira la toalla de papel en el cesto de la basura, sin hacer contacto con el mismo.

