



Guía Comunitaria de Agua, Saneamiento e Higiene (ASH) en Emergencias



Esta guía práctica ha sido diseñada para los miembros del Comité Comunitario de Respuesta ante Emergencias y Desastres. Su objetivo es proporcionaros las herramientas necesarias para garantizar agua segura, saneamiento adecuado e higiene efectiva en situaciones de emergencia, especialmente durante inundaciones y otros desastres en entornos rurales.

Basada en los estándares del Manual Esfera y con enfoque en derechos humanos e inclusión, esta guía les ayudará a reducir transmisión de enfermedades y proteger la dignidad y salud de las personas afectadas. Aquí encontraréis instrucciones paso a paso, tablas prácticas y medidas operativas que podéis implementar de inmediato.

Fuentes de Agua en Emergencia



Identificación de Fuentes

En emergencias, debes identificar rápidamente fuentes de agua disponibles. Las principales opciones incluyen pozos protegidos, manantiales, ríos alejados de zonas de inundación, agua de lluvia captada y tanques de almacenamiento existentes.

Prioridad: Siempre elegir fuentes elevadas y alejadas de letrinas (mínimo 30 metros de distancia).

Principales fuentes de agua que se pueden utilizar preferentemente en casos de emergencias.

Aguas subterráneas profundas

Por lo general, esta fuente es limpia, de buena calidad biológica y está sujeta a pocas variaciones estacionales. Sin embargo, algunas veces sufren de contaminación por sustancias químicas.

Aguas superficiales y de manantiales

Esta fuente suele estar contaminada, principalmente durante la estación de lluvias, y está sujeta a considerables variaciones

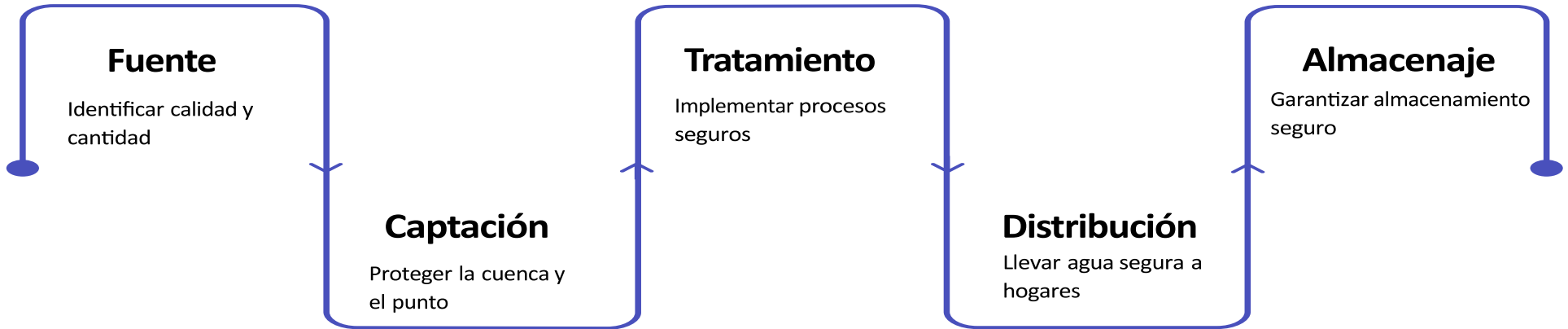
Aguas de lluvia

Puede ser una fuente de agua limpia, pero se puede contaminar al entrar en contacto con la superficie de captación. El consumo exclusivo de aguas de lluvia por períodos prolongados puede dar lugar a deficiencias de minerales. Por lo general se usa solo como fuente complementaria. Debe ser tratada antes de consumirla (filtrar y desinfectar)

Enfermedades infecciosas relacionadas con el agua y que hacer

Mecanismo de transmisión	Factores de riesgo en zonas rurales	Enfermedades más comunes	Acciones comunitarias prácticas
Consumo de agua contaminada	Uso de ríos, quebradas o pozos sin protección, animales cerca de fuentes, agua sin tratar	Diarrea aguda, cólera, tifoidea, hepatitis A, paratuberculosis	Proteger pozos y manantiales, clorar o hervir el agua, separar animales de fuentes, usar recipientes tapados
Contacto con agua contaminada	Lavado de ropa o baño en ríos contaminados, caminar descalzo, inundaciones estacionales	Leptospirosis, infecciones cutáneas	Uso de calzado, evitar bañarse en aguas sucias, drenaje básico, mensajes comunitarios
Escasez de agua para higiene	Fuentes lejanas, priorización del agua solo para beber, falta de jabón	Tracoma, infecciones de piel y ojos	Asegurar agua para higiene, puntos de lavado de manos cercanos a viviendas, promoción del uso de jabón
Preparación de alimentos con agua no segura	Cocción en fogones, agua sin tratar para lavar alimentos, utensilios sucios	Salmonelosis, shigelosis, paratuberculosis	Usar agua tratada, cocinar bien los alimentos, lavar utensilios, cubrir los alimentos
Vectores relacionados con el agua	Charcos, canales de riego, recipientes abiertos, lluvias	Dengue, malaria, chikungunya	Drenar charcos, tapar recipientes, usar mosquiteros, manejo comunitario del entorno
Saneamiento inadecuado	Defecación al aire libre, letrinas mal ubicadas, cercanía a fuentes de agua	Diarreas, cólera, paratuberculosis	Construcción de letrinas simples (≥ 30 m de fuentes), uso y limpieza regular, educación sanitaria

Diseño de Sistemas de Agua Rural



El diseño de un sistema de agua potable en emergencias debe ser rápido pero seguro. Seguir estos pasos fundamentales para establecer el suministro.

01

Identificación de la fuente

Evaluar la calidad, cantidad y accesibilidad. Verificar que no haya contaminación visible.

02

Protección de la fuente

Construir un cerco perimetral, cavar zanjas de drenaje y colocar una tapa o cubierta protectora.

03

Tratamiento del agua

Aplicar sedimentación, filtración, desinfección (cloración, hervido o SODIS) y almacenamiento según los recursos disponibles.

04

Almacenamiento seguro

Usar tanques limpios, elevados y con tapa. Desinfectar antes

05

Distribución comunitaria

Establecer puntos de distribución accesibles y organizando turnos para evitar aglomeraciones.

Demanda Mínima de Agua según Normas Esfera

Uso del agua	Litros/persona/día	Prioridad
Beber	2,5 – 3 L	Muy alta (vital)
Preparación de alimentos y cocción	3 – 6 L	Muy alta
Higiene personal básica (lavado de manos, cara, cuerpo)	2 – 6 L	Alta
Lavado de utensilios domésticos	2 – 4 L	Media
Limpieza del hogar	1 – 2 L	Media
Uso de letrinas / saneamiento	2 – 3 L	Alta
Total recomendado mínimo	≥ 15 L	—

Prioridades en fase de emergencia



Fase aguda (primeros días):

- Priorizar beber + cocinar + higiene básica
- Mínimo aceptable inicial: **7,5 L/persona/día**



Fase de estabilización:

- Alcanzar y mantener **≥ 15 L/persona/día**



Recuperación:

- Aumentar volumen según contexto (clima, medios)

Mensajes clave



Primero beber, luego cocinar y lavarse las manos



El lavado de manos es una prioridad, no un lujo



Distribuir el agua de forma equitativa



Explicar a las familias cómo priorizar el uso del agua cuando es escasa

Medidas Operativas:

El sistema de rotación para distribuir agua de forma equitativa cuando el suministro es limitado. Permite organizar el acceso por grupos, evitando conflictos y garantizando que todos reciban su ración mínima.

Implementación del Sistema de distribución

1

División

Dividir la comunidad en grupos de 20-30 familias

2

Horarios

Asignar franjas horarias fijas a cada grupo

3

Registro

Llevar control de litros entregados por familia

4

Rotación

Cambiar el orden de grupos cada semana



Cloración de Tanques de Almacenamiento

La cloración es esencial para mantener el agua segura durante el almacenamiento. Seguir esta fórmula básica:

Dosis Estándar

2 gotas de cloro al 5% por cada litro de agua

litro de agua

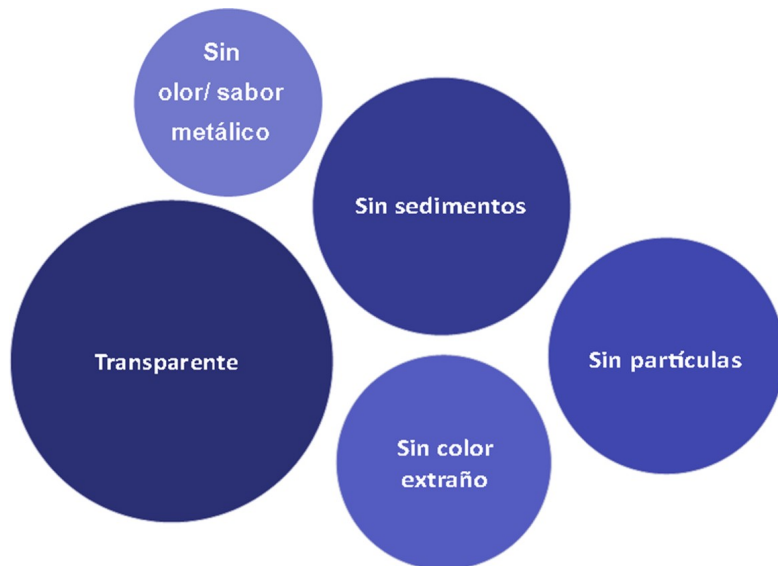
O bien: 2 ml por cada 20

Tiempo de Contacto

Dejar reposar el agua clorada durante 30 minutos antes de consumir

Verificación

Observa que el agua sea totalmente transparente, sin sedimentos, partículas flotando, color extraño, ni olor/sabor a tierra o metálico. Un ligero olor a cloro tras la desinfección indica seguridad, mientras que turbiedad señala contaminación.



Almacenamiento seguro en casa: Usar recipientes limpios con tapa y grifo. Nunca introduces las manos o vasos directamente. Limpiar los recipientes cada 3 días con agua clorada.

Sistemas de Saneamiento: Construcción de Letrinas

¿Por qué necesitamos una letrina?

Protección de la salud

Una letrina adecuada evita que las heces contaminen el suelo y el agua, previniendo enfermedades graves como el cólera, la diarrea y las infecciones

Beneficios clave

- Protege las fuentes de agua potable
- Reduce la transmisión de enfermedades
- Mantiene la dignidad y privacidad
- Mejora las condiciones del campamento
- Protege el medio ambiente

En situaciones de emergencia, el saneamiento básico es una prioridad para salvar vidas. Una letrina bien construida puede atender las necesidades de hasta 20 personas diariamente.



Consejo importante: Si no tienes todos los materiales, puedes adaptar usando lo disponible: ramas, bambú, costales, cartón grueso o láminas recicladas.

Pasos para Construcción Básica



Herramientas básicas

2 palas, 1 pico, 1 barra de hierro, 1 martillo, 1 sierra, cinta métrica, cuerda



Losa y cobertura

Cemento (2 sacos), arena, grava, 1 tubo PVC (10cm diá-



Estructura

8 tablas de madera (2m x 20cm), 6 postes de madera (2.5m), clavos, alambre, láminas de zinc o plástico



Mantenimiento

Cal viva o ceniza, recipiente con tapa para agua, jabón,

Pasos para Construcción Básica

1 Ubicación correcta

Mínimo 30 metros de cualquier fuente de agua, 6 metros de viviendas. En terreno elevado y a favor de la pendiente respecto a pozos.

Características del terreno : Suelo firme y estable; Terreno ligeramente elevado; Sin riesgo de inundación

Acceso y seguridad: Fácil acceso para todos; Zona con algo de privacidad; Lejos de áreas de cocina

Elegir el lugar correcto es fundamental para la seguridad y salud de todos. Una ubicación inadecuada puede contaminar el agua y causar enfermedades graves.

2 Excavación del pozo

Cavar entre 2.5 y 3 metros de profundidad. El diámetro debe ser de 1 a 1.5 metros para estabilidad. De forma circular o cuadrada.

3 Construcción de la plataforma

Instalar una losa resistente que cubra todo el pozo. Dejando un agujero de 25-30 cm para uso.

4 Levantamiento de la caseta

Construir paredes de 1.5m de altura con materiales locales. Asegurado ventilación y privacidad.

5 Señalización y tapa

Colocar una tapa movable para el agujero y señalar el área. Construir rampa si hay personas con movilidad reducida.

Advertencia: Nunca instales una letrina cerca de fuentes de agua o en zonas donde el agua se acumula.

Uso y Mantenimiento de Letrinas

Normas de Uso Comunitario

El éxito de las letrinas depende del uso correcto por parte de toda la comunidad. Establecer normas claras desde el primer día y nombrar responsables de vigilancia.


Capacidad recomendada: Una letrina por cada 20 personas en situaciones de emergencia (Norma Esfera). En albergues, procurar separar letrinas por género con señalización clara.

- La letrina debe estar en buenas condiciones, esto significa que no debe estar deteriorada, que tenga techo, puerta con pasador y luz, que la letrina tenga tapa y no se sientan malos olores.
- Mantener siempre la puerta y tapa cerrada cuando no se use.
- No arrojar basura, paños ni productos de higiene femenina al pozo.
- Niños y niñas menores de cinco años utilizamos la bacinilla, eliminamos inmediatamente las excretas en la letrina
- **Lavar las manos inmediatamente después con agua y jabón**

- Los padres y madres deben acompañar a la letrina a los niños y niñas menores.
- Todas las personas deben entrar usando zapatos a la letrina.
- La letrina no debe utilizarse como depósito de herramientas o insumos agrícolas, ni como gallinero .
- La letrina no debe utilizarse para vaciar basura, desperdicios de alimentos y mucho menos se debe hacer fuego dentro de ella

Mantenimiento

1. Se debe lavar la letrina con agua y jabón por lo menos dos veces a la semana y lavar el piso todos los días. Limpiar el piso con agua clorada y escoba
2. Verificar que la tapa cierre correctamente
3. Revisar la estabilidad de paredes y techo
4. Aplicar ceniza o cal alrededor del agujero para controlar olores
5. Se debe mantener libre de maleza los alrededores de la letrina.
6. Retirar telarañas y asegurar ventilación
7. Comprobar que haya agua y jabón en el lavamanos cercano





 **Señal de alerta:** Si el nivel del pozo alcanza 50 cm de la superficie, es momento de cerrar la letrina y construir una nueva. Sellar el pozo antiguo con tierra compactada.

INSTALAR UN BAÑO SENCILLO PARA ATENCIÓN DE EMERGENCIAS




Pasos para Construcción Básica

Materiales Necesarios




Herramientas básicas

-  Martillo
-  Clavos o tornillos
-  Cinta de medir
-  Serrucho o machete

Sistema de agua

-  1–2 baldes resistentes (10–20 L)
-  Jarra o recipiente pequeño (botella plástica cortada, cucharón)
-  Soporte o repisa para balde

Estructura

-  6 postes de madera (2 m de alto)
-  6 tablas o láminas. Encerados (paredes)
-  Bloques, piedras o ladrillos (base)

Drenaje

-  Grava o piedras pequeñas



Usar primero materiales disponibles en la comunidad. No esperar materiales nuevos si hay alternativas locales seguras.

1. Organización del Comité



Meta: Construir un baño accesible y seguro para emergencias.

1 Organización del comité antes de construir

- Nombrar una persona coordinadora
- Dividir tareas (materiales, construcción, agua, limpieza)
- Acordar el lugar con la comunidad
- Definir quién dará mantenimiento

INSTALAR UN BAÑO SENCILLO PARA ATENCIÓN DE EMERGENCIAS

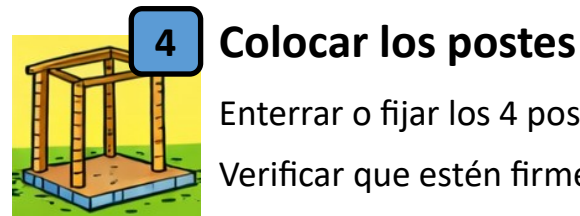


2 Elegir lugar adecuado

Cerca de las viviendas
Terreno firme y plano
Lejos de pozos o fuentes de agua (mín. 30 m)
Zona con buen drenaje
Lugar privado y seguro

3 Preparar el suelo

Limpiar el área
Nivelar el terreno
Colocar piedras o base firme



4 Colocar los postes

Enterrar o fijar los 4 postes principales
Verificar que estén firmes



5 Instalar paredes y piso

Colocar tablas, láminas o telas resistentes
Dejar espacio para entrada (min 90 cm)
Colocar piso de madera, cemento rústico o tierra compactada
Crear pendiente hacia el drenaje



6 Hacer el drenaje

Abrir un hoyo pequeño
Rellenar con piedras y grava
Conectar con tubo si es posible

7 Preparar el sistema de baño manual



Colocar una repisa firme o gancho a la altura del pecho
Mantener los baldes fuera del piso
Usar jarra o recipiente pequeño para controlar el agua
No se requiere presión ni bombeo

INSTALAR UN BAÑO SENCILLO PARA ATENCIÓN DE EMERGENCIAS



Elementos de accesibilidad y seguridad

- ☞ Barra de apoyo resistente
- ☞ Banco plástico o de madera (para sentarse)
- ☞ Piso antideslizante
- ☞ Balde liviano o a media altura para personas mayores
- ☞ Evitar cargar peso excesivo
- ☞ Barra de apoyo lateral
- ☞ Piso antideslizante (madera rugosa, goma)
- ☞ Rampa suave si hay desnivel
- ☞ Cortina o puerta sencilla para privacidad



Uso, limpieza y mantenimiento

- ⇒ Asignar turnos de limpieza
- ⇒ Controlar el uso adecuado del agua
- ⇒ Vigilar que el área esté seca y segura
- ⇒ Escuchar reportes de problemas
- ⇒ Limpiar el piso todos los días
- ⇒ Usar jarra o recipiente pequeño para ahorrar agua
- ⇒ Revisar drenaje cada semana
- ⇒ Cambiar piezas dañadas



Advertencias básicas

- ⚠ No usar si la estructura está suelta
- ⚠ Evitar charcos alrededor
- ⚠ No usar agua contaminada
- ⚠ Mantener el área limpia y seca



Una **ducha sencilla**, bien hecha, mejora la **higiene**, la **dignidad** y la **salud** de la comunidad en emergencia.

Gestión de Residuos: Excretas y Desechos

Recolección y separación

Tratamiento y eliminación segura

Monitoreo ambiental

Principios Básicos

Una gestión adecuada de residuos previene brotes de enfermedades y protege las fuentes de agua. En emergencias, la prioridad es evitar la contaminación fecal del ambiente.

Aplicar el principio de las tres barreras: separación de desechos en origen, tratamiento apropiado según tipo, y disposición final segura lejos de zonas habitadas.

Tipos de Residuos y Tratamiento

1

Excretas Humanas

Siempre en letrinas. Si no hay letrina, cavar letrinas de zanja de 30 cm de profundidad y cubrir con tierra tras cada uso.

2

Desechos Sólidos

Separar orgánicos e inorgánicos. Enterrar orgánicos en fosas de 1.5m. Quemando o enterrado inorgánicos en área designada.

3

Aguas Grises

Agua de lavado de manos, platos y ropa. Dirigirlas a zanjas de infiltración o huertos alejados de pozos.

4

Residuos Peligrosos

Pilas, medicinas vencidas, envases de químicos. Almacenarlos separadamente para gestión especializada posterior.

Establecer puntos de recolección comunitarios a más de 50 metros de fuentes de agua y zonas de cocina. Vaciar y cubrir las fosas cada 2-3 días.

Promoción de la Higiene en la Comunidad

La promoción de la higiene salva vidas. Su papel como comité es educar y motivar prácticas seguras. Organizar sesiones educativas dos veces por semana usando materiales visuales y demostraciones prácticas.

Mensajes Clave de Higiene



Lavado de Manos

Lavar las manos con agua y jabón en estos momentos críticos: después de usar el baño, antes de preparar alimentos, antes de comer, después de cambiar pañales y después de tocar animales.



Agua Segura

Tratar toda el agua antes de beberla. Almacenar en recipientes limpios y tapados. Usar vasos o grifos para servir, nunca meter las manos dentro o objetos sucios.



Alimentos Seguros

Cocinar bien los alimentos, especialmente carnes. Cubrir la comida para protegerla de moscas. Lavar frutas y verduras con agua segura.

"El agua sucia causa diarrea que puede matar a los niños pequeños"

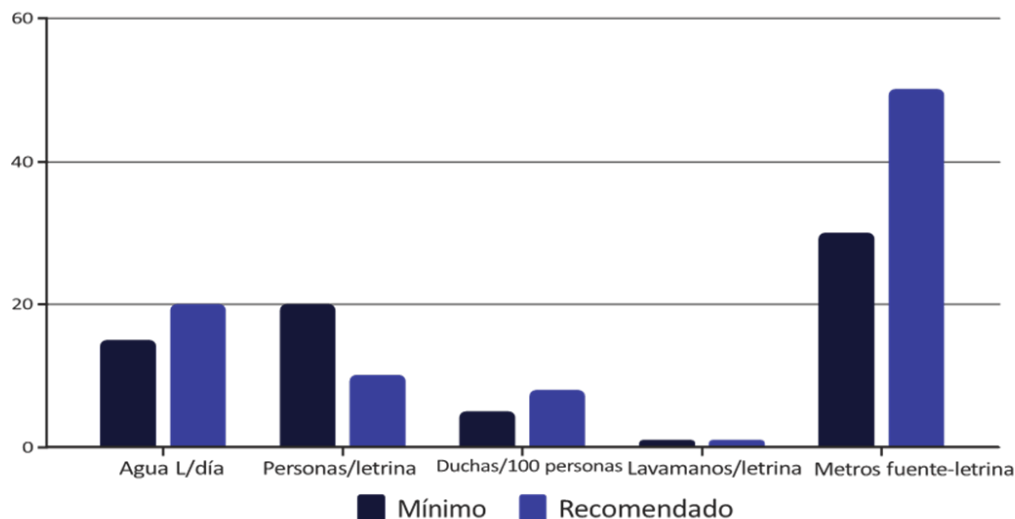
"30 segundos de lavado de manos pueden prevenir enfermedades graves"

"Una letrina limpia protege a toda la familia"

Montaje de Albergues con Enfoque ASH

Cuando se establece un albergue temporal, el agua, saneamiento e higiene deben planificarse desde el inicio. Las Normas Esfera establecen estándares mínimos que debéis cumplir para proteger la salud y dignidad de las personas albergadas.

Estándares Esfera para Albergues



Distribución del Espacio

Organizar el albergue en zonas claramente diferenciadas: área de dormitorios, cocina comunitaria, zona de distribución de agua, bloque de letrinas y duchas, y área de gestión de residuos.

Distancias de seguridad:

- Letrinas a 30-50m de la cocina y dormitorios
- Letrinas a mínimo 30m de fuentes de agua
- Puntos de agua accesibles a máximo 500m
- Fosas de residuos a más de 100m del albergue

Lista de Verificación ASH en Albergues

- Hay letrinas separadas para hombres y mujeres con señalización visible
- Todas las letrinas tienen iluminación nocturna y están a distancia segura de dormitorios
- Existe al menos un lavamanos con agua y jabón por cada letrina
- Los puntos de distribución de agua están protegidos del sol y tienen turnos organizados
- Hay recipientes de almacenamiento suficientes para cada familia (20L mínimo)
- Se realizan actividades de promoción de higiene al menos 3 veces por semana
- Existe un sistema de recolección diaria de basura con contenedores tapados

Recursos Clave y Próximos Pasos

Materiales Esenciales ASH

Para implementar esta guía necesitaréis contar con un kit básico de emergencia. Coordinar con organizaciones humanita-

Material	Cantidad sugerida
Pastillas purificadoras	2 por persona/día
Tanques de agua 1000L	1 por cada 50 personas
Bidones 20L con tapa	1 por familia
Jabón en barra	250g por persona/mes
Palas y picos	10 unidades
Cal o ceniza	50 kg
Lonas plásticas	20 unidades 4x6m

15L

Agua mínima diaria

Por persona para garantizar supervivencia

20

Personas por letrina

Capacidad máxima según Norma Esfera

30M

Distancia de seguridad

Entre letrinas y fuentes de agua

2

Gotas de cloro

Por litro para desinfección efectiva

Su Papel es Fundamental

Como Comité Comunitario de Respuesta, son la primera línea de defensa ante emergencias. Esta guía les proporciona las bases técnicas, pero vuestro conocimiento local y liderazgo son insustituibles.

Acciones inmediatas:

1. Identificar ahora las fuentes de agua de vuestro territorio
2. Elaborar un mapa de riesgos de contaminación
3. Formar brigadas ASH con al menos 5 voluntarios
4. Realizar simulacros de montaje de letrinas
5. Preparar materiales educativos en su idioma local

Recordar: El acceso a agua segura, saneamiento digno e higiene adecuada no son lujos, son derechos humanos fundamentales. Vuestro trabajo salva vidas y protege la dignidad de las personas en los momentos más difíciles.