

MANUAL DE CAPACITACIÓN A FAMILIAS

“CUIDADO, USO Y MANTENIMIENTO DE NUESTRAS LETRINAS ABONERAS”



FUNDACIÓN INTERNACIONAL LEGADO

2022

PRESENTACIÓN

Las letrinas en zonas rurales, donde no se tiene acceso a servicios de alcantarillado, son una alternativa práctica para mantener un ambiente agradable, sano, sin riesgo de contaminación y que proporcione el bienestar que merecemos.

El disponer de este servicio, aunado a las adecuadas prácticas de higiene, contribuyen a la disminución de los riesgos de enfermedad de la población, así como, la contaminación del agua, suelo, y aire, favoreciendo mejores condiciones para la salud.

La letrina para que dure y cumpla con su finalidad es necesario que las familias desarrollen capacidades para adoptar prácticas de higiene saludables, valoren la importancia de este servicio, su adecuado uso y mantenimiento.

El presente Manual “Cuidado, uso y mantenimiento de las letrinas aboneras”, está dirigido a las familias a fin que sirva de guía para la reflexión conjunta sobre este importante tema, que permita el compromiso para las prácticas adecuadas, cuyos aprendizajes permitirán mejorar las condiciones de salud y calidad de vida de la población.



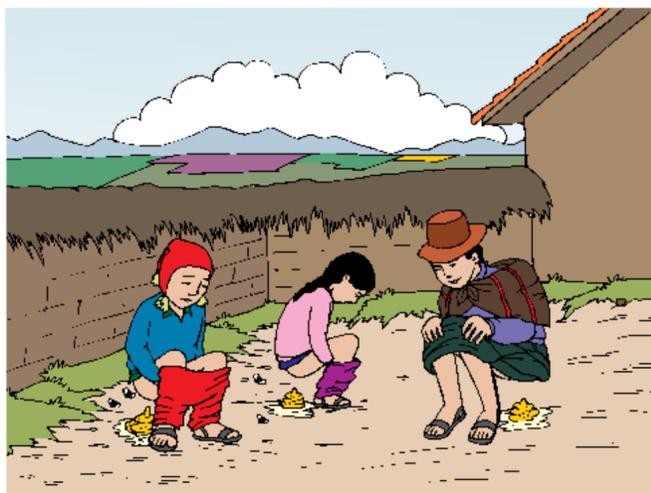
ANALIZANDO JUNTOS EL PROBLEMA

Revisemos juntos:

¿Cómo son nuestras prácticas de higiene y saneamiento y cuáles son los efectos en la salud y en el medio ambiente?

- ¿Dónde se eliminan las excretas o caca ((hatun hispay) en nuestra comunidad?
- ¿Cómo son nuestras prácticas de higiene en relación a la eliminación de las excretas o caca?

A. Las comunidades que no cuentan con letrinas o baños orinan y defecan al aire libre.



Este hábito o práctica inadecuado es muy peligroso:

- Contamina el medio ambiente.
 - Atrae la presencia de moscas y otros roedores.
-
- Trae enfermedades a las personas, especialmente a los niños menores como diarrea, parasitosis o enfermedades de la piel.



¿Por qué es importante tener una letrina o baño en nuestra vivienda y comunidad?.

PORQUE ASI:

- Tenemos un servicio para hacer nuestras necesidades de orinar, defecar.
- Nuestras casas están limpias.
- Así nuestra casa estará siempre bonita y saludable.
- Reducen el riesgo de contraer enfermedades gastrointestinales.
- Permite el ahorro de dinero; ya que al utilizar adecuadamente la letrina reduce el riesgo de contraer enfermedades y por ende los gastos médicos disminuyen.
- Contribuye al saneamiento básico en nuestros hogares, ya que se evitan los olores desagradables, la proliferación de insectos dañinos para la salud como moscas, cucarachas, roedores y otros insectos.
- Obtenemos abono orgánico gratuito para nuestras plantas y cultivos cada 6 meses aproximadamente.



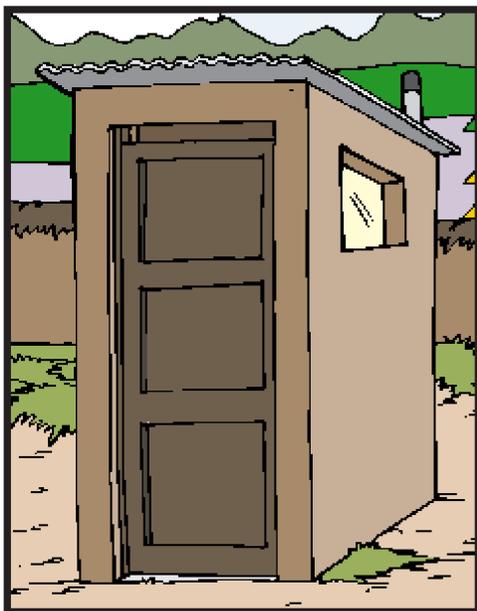
¿Qué debemos considerar antes de construir nuestra letrina o baño?

1. Evaluar las condiciones del terreno, si es seco, húmedo, arcilloso o permeable.
2. Determinar el tipo de letrina o baño que va a tener nuestra vivienda o la comunidad.

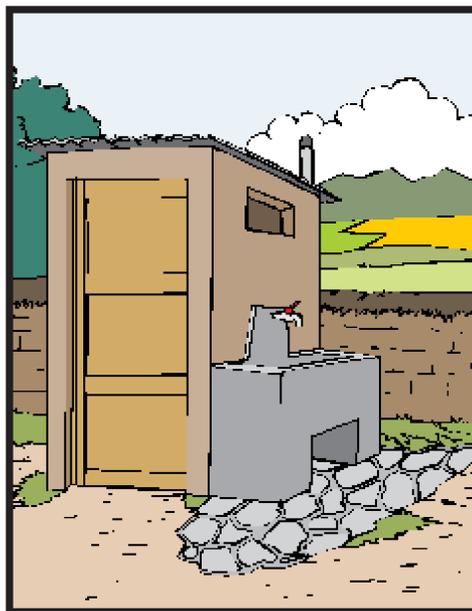


Hay variedad de letrinas. Las más comunes y más usadas son:

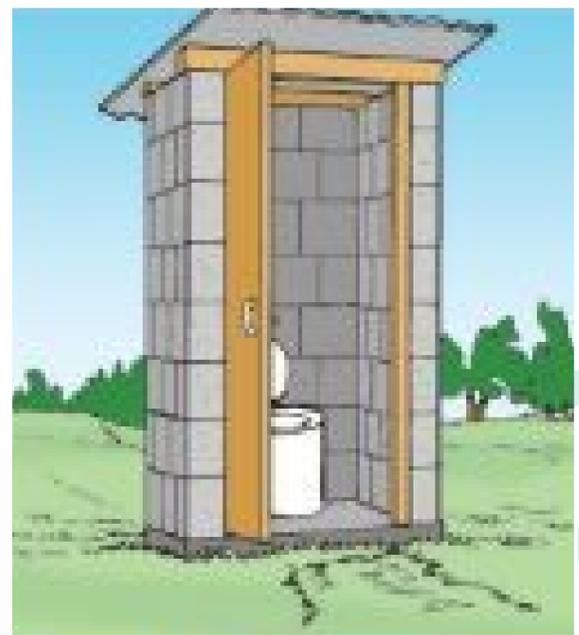
Letrina Seca



Letrina de arrastre hidráulico



Letrina seca abonera



3. Pedir el asesoramiento técnico de un personal capacitado.



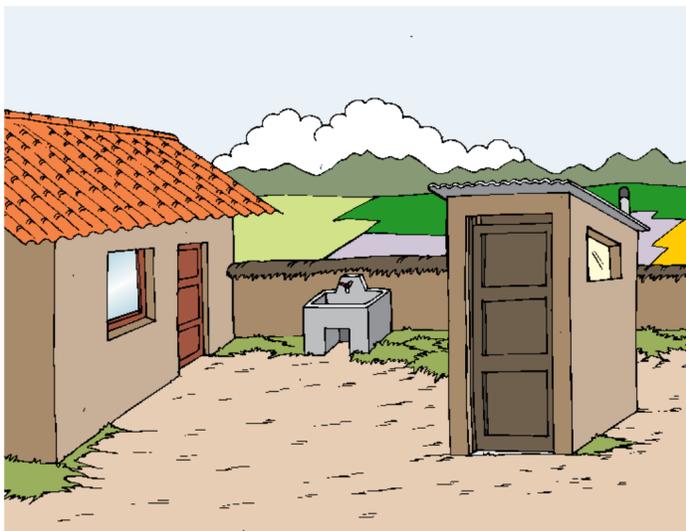
¿Dónde ubicar nuestra letrina o baño?

Para ubicar la letrina o baño, se debe tener presente los siguientes aspectos:

- Ubicarla en un lugar estable.
- A no menos de 20 metros de una fuente de agua.
- Cuidar de no ubicarla por encima de fuentes de agua, porque podrían contaminar esta fuente.
- La puerta debe estar en lo posible en la misma dirección del viento para mejorar la ventilación.

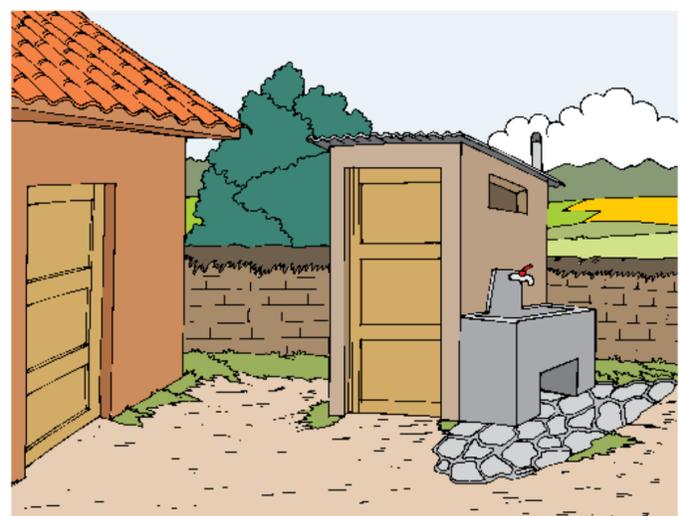
La letrina de pozo seco simple, de pozo seco ventilado y la abonera:

Ubicarla a no más de 5 mts. de la vivienda.



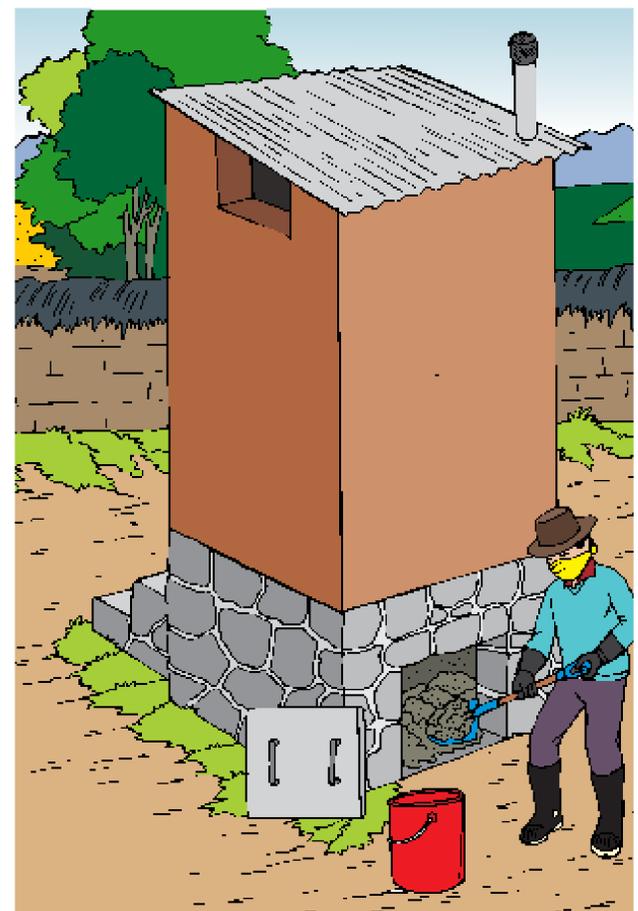
Letrina o baño de arrastre hidráulico :

Debe estar cerca de la pileta o batea para tener disponible el agua a ser utilizada en la limpieza después de usarla.



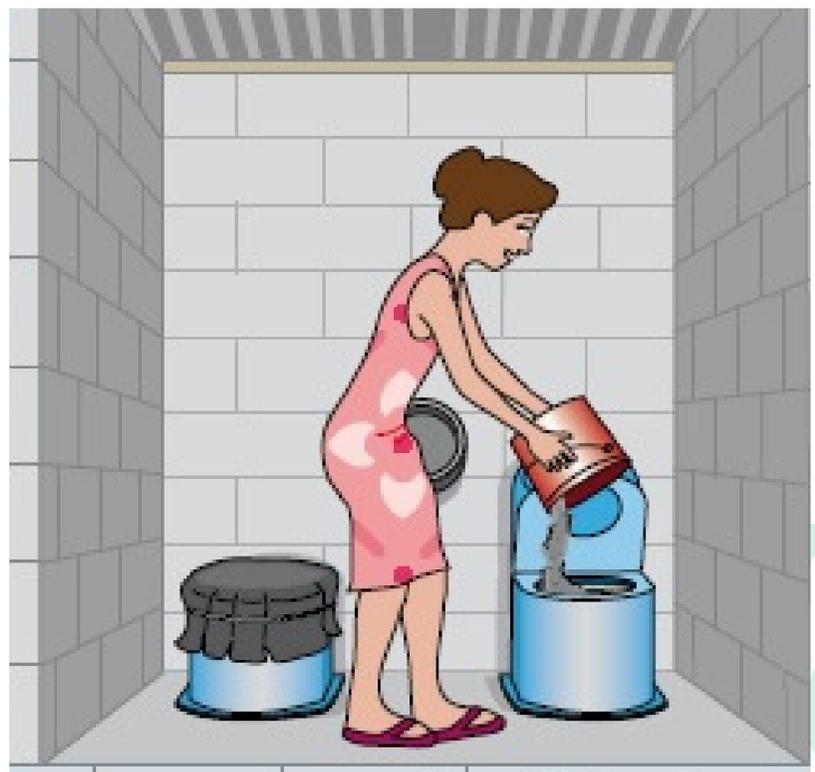
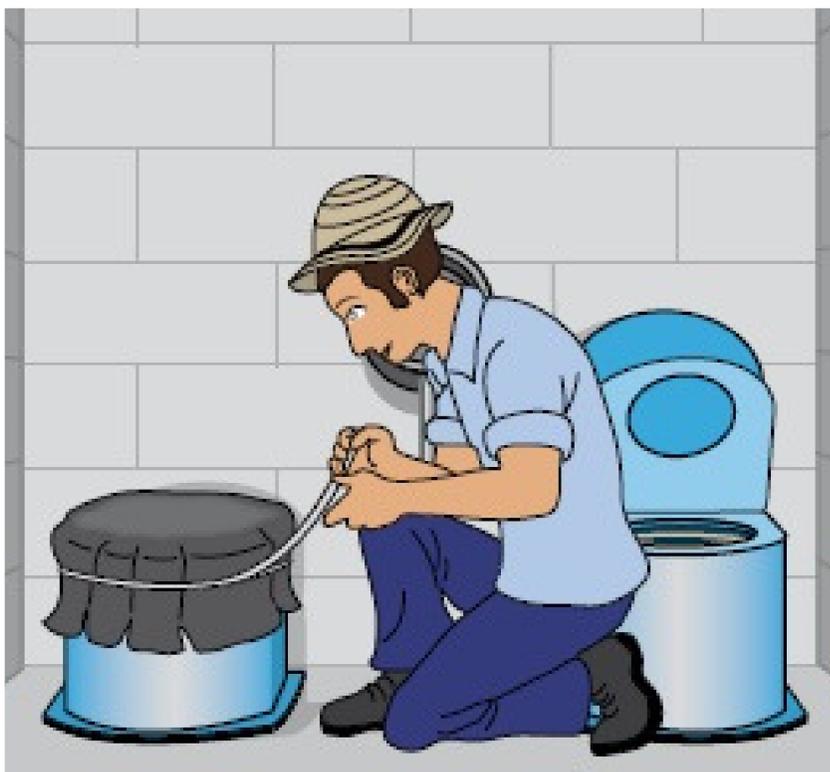
USO Y MANTENIMIENTO DE LA LETRINA ABONERA

- Cuando la letrina (LASF) está lista para su uso, se debe sellar primero la cámara que no se utilizará; posteriormente, colocar en la cámara donde se iniciará el proceso, una capa de aproximadamente 0.03 m. de espesor de cal, ceniza o una mezcla de ambas en igual proporción, observando que la materia sólida y líquida se separen perfectamente.
- Después de cada defecación debe agregarse una medida equivalente a media libra de material secante, de tal manera que cubra los excrementos, teniendo el cuidado de no obstruir la salida de la orina al momento de aplicar dicho material.
- El contenido de la cámara, debe revolverse como mínimo una vez por semana a fin de homogenizar el material en proceso de degradación; continuando de esta manera hasta su llenado. Para tal efecto, debe utilizarse un utensilio preferiblemente de madera cuyo extremo permita realizar este procedimiento y que solamente sea utilizado para tal fin.



- 
- Cuando el nivel de llenado ha llegado aproximadamente a 0.10 m. de la loseta o plancha, debe cubrirse con cal, ceniza o una mezcla de ambas en igual proporción hasta llegar a la plancha, sellando la tapadera con mezcla de cemento pobre de proporción de 1 medida de cemento por 8 de arena ó utilizando plástico con hule para su sostén. Posteriormente, debe iniciarse el uso de la segunda cámara siguiendo el mismo procedimiento.
 - Cuando la segunda cámara esté por llenarse, se debe extraer el producto de la primera cámara; siempre y cuando haya transcurrido un tiempo mínimo de reposo de 6 meses.
 - Cuando el contenido extraído de las cámaras tenga un aspecto seco y no presentara malos olores, éste debe enterrarse de inmediato a una profundidad no mayor de los 0.60 m. con una cubierta de tierra de 0.30 m.; y en caso que sea pastoso o que el nivel freático sea demasiado superficial, éste debe asolearse hasta lograr que esté seco, teniendo cuidado en la manipulación del mismo y verificando que el lugar destinado para el secado sea adecuado, a fin de evitar riesgos de contaminación en el agua y los alimentos, malos olores y proliferación de insectos.
- 
- 

- Los materiales secantes que deben aplicarse a las letrinas (LASF) son los siguientes: cal, ceniza, cal y ceniza mezcladas en iguales proporciones.
- Dentro de la letrina debe ubicarse un depósito de 20 Litros para el almacenamiento del material secante a utilizar y un depósito más pequeño que pueda contener un aproximado de media libra como mínimo (de material secante), con el que se realizará la aplicación directa después de cada uso.
- El papel que se ha utilizado se colocará dentro de la letrina, esto permitirá absorber la humedad del pupú.
- Debe cerciorarse que la cámara contenga suficiente material secante y su aspecto seco y de color oscuro (gris á negro).



- Aproximadamente a los 6 meses (tiempo promedio), se debe realizar el vaciado de la cámara respectiva previa separación de la compuerta ubicada en la parte trasera de la cámara, utilizando para ello las herramientas adecuadas.
- Se debe revisar frecuentemente la salida del drenaje de la orina a fin de eliminar cualquier objeto que pudiera obstruirlo o producir malos olores.

HÁBITOS QUE DEBEMOS TENER CON LA LETRINA ABONERA

1. Usar el baño sólo para orinar o defecar
2. Todos los días, barrer el interior de la caseta y los alrededores.
3. Tener en la caseta una papelerera.
4. El piso debe permanecer limpio y completamente seco.
5. La taza debe permanecer completamente tapada.
6. Se debe realizar en forma pronta y oportuna cualquier reparación que amerite en su infraestructura.



7. Se debe propiciar a la infraestructura de la letrina, las condiciones de estética que se consideren pertinentes a fin de que esta brinde una vista y ambiente agradable en la vivienda.

8. No debe usarse como bodega, ni darle otros usos distintos para los que fue construida.

9. Después de usarla dejar la letrina o baño siempre MUY LIMPIO, de modo que la persona que después la utilice esté contenta de usar este servicio.

10. Mantener siempre cerrada la puerta para evitar el ingreso de insectos y animales pequeños.



Deja tu letrina o baño tan limpia cómo quisieras encontrarla cuando te toque usarla.

PROGRAMA DE OPERACIÓN Y MANTENIMIENTO DE LAS LETRINAS ABONERAS

Con el fin de organizar las labores de operación y mantenimiento preventivo, a continuación, se presenta un programa general de las diversas actividades a realizar:

ACTIVIDAD	PERÍODO DE REALIZACIÓN
Limpieza del interior y exterior de las letrinas	Cada semana.
Colocación de material secante	Cada uso
Revolver el contenido de la recámara	Cada semana
Revisión del drenaje de la orina	Cada mes
Extracción del producto de la recámara (desechos)	Cada 6 meses (tiempo promedio)

RECOMENDACIONES



1.

Evitar al máximo
introducción de líquidos
dentro de la cámara.



2.

Lavar el palo con agua y
jabón, siempre que se
utilice para revolver los
desechos, luego colocarle
cal y guardarlo
nuevamente en la letrina

4.

Lavarse las manos
con agua y jabón
después de utilizar la
letrina.

3.



Después de utilizarla
letrina colocar una
tapadera para evitar que
se introduzcan insectos.



¡RECUERDA SIEMPRE!

LAVARTE LAS MANOS CON AGUA Y JABON

- Después de usar la letrina o baño.
- Antes de comer.
- Antes de preparar los alimentos y
- Después de cambiar los pañales a los niños pequeños.



1



2



3



4



5



Legado

Fundación internacional



¡De las buenas prácticas de higiene, del cuidado y adecuado mantenimiento de tu letrina o baño, depende su buen funcionamiento y duración, así tendremos mejor salud y calidad de vida!



Zaragoza
AYUNTAMIENTO



MANUAL DE CAPACITACIÓN A FAMILIAS
“CUIDADO, USO Y MANTENIMIENTO DE NUESTRAS LETRINAS O BAÑOS”

FUNDACIÓN INTERNACIONAL LEGADO

2022