



PAE para zonas rurales dispersas Objetivos y características

Objetivo

El PAE para zonas rurales dispersas tiene como fin suministrar un complemento alimentario a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de las sedes educativas ubicadas en zonas o territorios rurales dispersos, durante el calendario escolar y la jornada académica, y busca:



Contribuir a su acceso y permanencia educativos.



Reducir el ausentismo escolar y aportar al logro de las trayectorias educativas completas con resultados de calidad.



Contribuir al bienestar y la seguridad alimentaria de niños, niñas, adolescentes y jóvenes.



Fomentar hábitos alimentarios saludables.

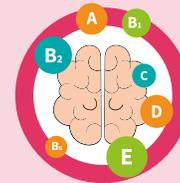
Características del complemento



Aporta **energía y nutrientes** y fomenta **hábitos alimentarios** y **estilos de vida saludables**.



Privilegia la **adquisición de alimentos** a nivel local.



Incluye **todos los grupos de alimentos** que se requieren para una **adecuada nutrición** y un **correcto aprendizaje**.

- 1 SEGURO** No pone en riesgo la salud de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de la comunidad.
- 2 SALUDABLE** Entrega alimentos de alta calidad nutricional y fomenta los hábitos alimentarios saludables.
- 3 TRANSPARENTE** Sigue los lineamientos establecidos por la UApA y rinde cuentas oportunamente a todos los ciudadanos.
- 4 LOCAL** Fortalece los mercados campesinos, la agricultura familiar, la economía y el empleo local, y respeta y promueve las tradiciones alimentarias de las comunidades.
- 5 PARTICIPATIVO** Vincula a los padres de familia como manipuladores de alimentos u operadores a través de las Asociaciones de Padres de Familia (APF) o las Juntas de Acción Comunal (JAC).
- 6 PUNTUAL** Se entrega siempre a tiempo y con el mejor servicio.
- 7 AMBIENTALMENTE SOSTENIBLE** No contamina ni desperdicia alimentos, y cuida del medio ambiente.



ESTÁ LIBRE DE CONTAMINACIÓN

No contiene objetos ni sustancias extrañas contaminantes, no huele mal, ni presenta un aspecto desagradable.



EVITA PÉRDIDAS Y DESPERDICIOS DE ALIMENTOS

Se hacen preparaciones ricas, agradables, saludables y relacionadas con su entorno sociocultural.



MANTIENE LA CALIDAD DE LOS ALIMENTOS

Ayuda a proteger y conservar los alimentos en óptimas condiciones.



GENERA CONFIANZA

Genera confianza en los estudiantes beneficiarios.



CONTRIBUYE CON LA ALIMENTACIÓN Y LA NUTRICIÓN

Fomenta un buen estado de salud de los niños, niñas adolescentes y jóvenes, ayudando a prevenir la aparición de enfermedades.



NO CAUSA DAÑO

No causa daño o enfermedad a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes que lo consumen evitando las enfermedades transmitidas por los alimentos.



PROMUEVE LA CULTURA ALIMENTARIA

Respeta y promueve las tradiciones alimentarias de las comunidades, fomentando la alimentación saludable y agradable.



PELIGROS FÍSICOS

Son **objetos extraños presentes en los alimentos** como:

- ◆ Pedazos de vidrio o de madera
- ◆ Puntillas, metales o joyas
- ◆ Piedras, tierra, astillas o incluso objetos desagradables como cabellos
- ◆ Partes no comestibles de los alimentos como trozos de hueso, espinas o semillas de la fruta

EJEMPLO

Si a la hora de servir el PAE para zonas rurales dispersas a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de su comunidad usted observa un **cabello** o la **comida está cubierta de arena o tierra**, ¡PARE! Ese complemento alimentario puede poner en peligro la salud de los beneficiarios y de la comunidad.



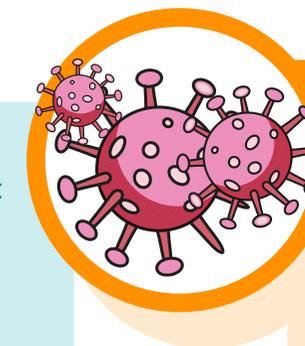
PELIGROS QUÍMICOS

Son **sustancias químicas extrañas** provenientes de:

- ◆ Residuos de plaguicidas
- ◆ Contaminantes ambientales
- ◆ Contaminantes químicos resultado del envasado
- ◆ Toxinas de origen natural
- ◆ Alérgenos o residuos de medicamentos

EJEMPLO

Cuando use plaguicidas debe lavar con abundante agua todas las áreas y menaje antes de utilizarlos de nuevo. NUNCA fumige las áreas cuando esté preparando los alimentos ya que esto puede contaminarlos y pone en peligro a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de su comunidad.



PELIGROS BIOLÓGICOS

Son organismos difíciles de ver a simple vista, llamados **microorganismos**, como bacterias, virus, mohos y parásitos, que **de encontrarse en los alimentos pueden causar mucho daño**.

EJEMPLO

- ◆ No permita que cuchillos o elementos usados en productos crudos entren en contacto con alimentos listos para su servido y consumo.
- ◆ Si usted detecta **moho** en la comida que va a preparar, o si ve que la comida tiene **mal olor**, ¡PARE! Ese complemento alimentario puede poner en peligro la salud de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de su comunidad.



RECUERDE

Cuando alguno de estos peligros o agentes contaminantes llega a los alimentos que van a consumir los niños, niñas, adolescentes y jóvenes en la sede educativa, ¡el PAE para zonas rurales dispersas ya no es seguro!



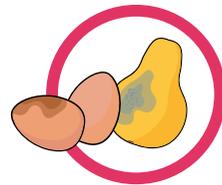


CONTAMINACIÓN PRIMARIA

Ocurre en la producción de los alimentos, es decir, durante la cosecha, faena, ordeño y/o pesca. La contaminación suele suceder cuando no se llevan a cabo unas adecuadas prácticas de higiene durante la producción de los alimentos.

EJEMPLO

- ◆ Cuando en la **siembra** se usa **agua inadecuada** que pueda contaminar los alimentos.
- ◆ Cuando en la **cosecha** no se separa de los alimentos adecuadamente la **tierra y suciedad**.
- ◆ Cuando se transfieren **microorganismos** durante el **ordeño**.



CONTAMINACIÓN DIRECTA

Ocurre cuando los agentes contaminantes llegan al alimento por medio de la persona que los manipula. Este tipo de contaminación posiblemente es la forma más común de contaminación de los alimentos.

EJEMPLO

Si a la hora de preparar o servir el PAE para zonas rurales dispersas usted o **alguien estornuda sobre la comida**.



CONTAMINACIÓN CRUZADA

Ocurre cuando un alimento o superficie contaminada entra en contacto con otros alimentos, equipos o utensilios sin la debida limpieza y desinfección requerida.

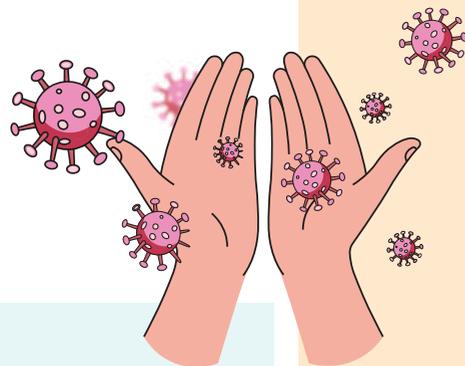
EJEMPLO

Cuando usted está preparando alimentos y:

- ◆ **permite el contacto entre un alimento crudo y uno cocido listo para consumir.**
- ◆ Usa superficies, utensilios de cocina o sus propias manos **sin antes haberlas lavado.**



1. NO LAVARSE LAS MANOS

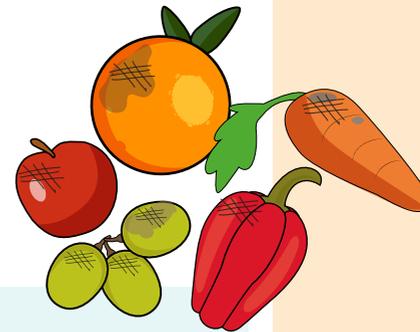


¡OJO! **Cuando una persona no se lava las manos** después de ir al baño y antes de manipular los alimentos del PAE para zonas rurales dispersas, **puede estar contaminando la comida y poniendo en peligro a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes** de la sede educativa.

RECUERDE

¡Lávese las manos antes de manipular los alimentos del PAE para zonas rurales dispersas!

2. NO LAVAR LAS HORTALIZAS, FRUTAS Y VERDURAS ANTES DE CONSUMIRLAS



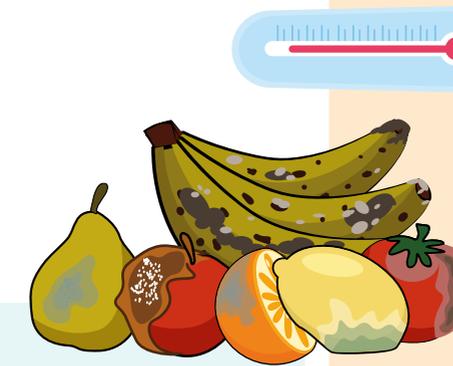
Las hortalizas, frutas y verduras que compramos no están del todo limpias y **pueden estar contaminadas con sustancias químicas o agentes biológicos peligrosos**. Esto puede ocurrir, por ejemplo, cuando la materia fecal llega a corrientes de agua que se utilizan para el riego de este tipo de productos.

¡OJO! Si no se hace un adecuado lavado y desinfección de los alimentos con agua limpia y potable antes de usarlos, estos pueden estar contaminados y muy seguramente pondrán en riesgo a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de la sede educativa.

RECUERDE

¡Lave y desinfecte los alimentos que va a usar en el PAE para zonas rurales dispersas antes de consumirlos!

3. DEJAR LOS ALIMENTOS EXPUESTOS A TEMPERATURA AMBIENTE POR MUCHO TIEMPO



¡OJO! **La temperatura y el tiempo influyen en el desarrollo de microorganismos en los alimentos**, causantes de intoxicaciones alimentarias.

Si un alimento no se almacena bien y se deja a temperatura ambiente (entre los 5°C y 65°C) durante más de dos horas, esto es sinónimo de peligro pues las bacterias pueden multiplicarse rápidamente.

Cuanto más tiempo se mantiene un alimento a temperaturas no adecuadas, mayor es el riesgo de contaminación por microorganismos infecciosos.

RECUERDE

Ahora que sabemos cómo se contaminan los alimentos y qué consecuencias puede traer consumirlos contaminados, es necesario que su Asociación de Padres de Familia o Junta de Acción Comunal se asegure de prevenir que esto ocurra!



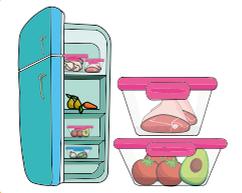
1

Asegúrese de que la **manipulación** de los alimentos sea **adecuada** y **responsable**.



2

Adquiera siempre **alimentos seguros**.



3

Conserve y almacene bien los alimentos.



4

Implemente procesos oportunos y frecuentes de **limpieza y desinfección**.



5

Transporte los alimentos de manera segura según las condiciones de acceso.



6

Use siempre agua segura, apta para consumo humano.

Guía para lavarse las manos y evitar la contaminación de los alimentos en el PAE para zonas rurales dispersas



1
Mójese las manos con agua.



2
Deposite en la palma de la mano suficiente jabón para cubrir toda la superficie de las manos.



3
Frótese las palmas de las manos entre sí.



4
Frótese la palma de una mano contra el dorso de la mano opuesta entrelazando los dedos, y viceversa.



5
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



6
Frótese el dorso de los dedos de las manos contra las palmas, agarrándose los dedos.



7
Frótese el pulgar con movimiento de rotación, atrapándolo con la palma de la mano opuesta, y viceversa.



8
Frótese la punta de los dedos contra la palma de la mano opuesta haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



9
Enjuáguese las manos con agua.



10
Séquese con una toalla desechable*.



11
Cierre el grifo utilizando la toalla.



12
¡Sus manos son segura!

* El PAE para zonas rurales dispersas sugiere que si no tiene la posibilidad de adquirir toallas desechables, disponga de una toalla de tela de uso exclusivo para secar las manos y manipular el grifo. Mantenga estas toallas limpias, secas y en cantidad suficiente para recambio. Guárdelas en un recipiente limpio, seco y tapado.

Fuente: Tomado del afiche "Limpia tus manos con agua y jabón" de OPS y OMS (2020), <https://www.paho.org/es/documentos/afiche-limpia-tus-manos-con-agua-jabon>.



Almacenamiento en seco

¿QUÉ ALIMENTOS SE ALMACENAN EN SECO?

El almacenamiento en seco es utilizado para **alimentos que no necesitan frío para su conservación:**

- ◆ Cereales (arroz, avena, quinua, pastas, panes, harinas, trigo y derivados, etc.)
- ◆ Tubérculos (papas), plátanos y raíces (Ej. yuca, ñame, arracacha, etc.)
- ◆ Sal y azúcar
- ◆ Leguminosas (Ej. frijoles, lentejas, garbanzos y semillas)

¿CÓMO DEBE SER EL LUGAR DE ALMACENAMIENTO EN SECO?

- ◆ **Iluminado, ventilado, limpio y alejado de fuentes potenciales de contaminación.**
- ◆ **Debe contar con superficies para poner los alimentos y evitar que entren en contacto directo con el suelo.** Estas superficies pueden ser estantes, canastillas o tarimas.



RECUERDE

- ◆ **Nunca deje los alimentos directamente sobre el piso** porque pueden contaminarse muy fácilmente.
- ◆ Cuando abra un producto de su empaque y no lo consuma en su totalidad, **cierre muy bien el empaque y guardelo en un recipiente con tapa** para evitar su contaminación.

Almacenamiento en frío

¿QUÉ ALIMENTOS SE ALMACENAN EN FRÍO?

Alimentos que requieren más cuidado a la hora de su manipulación y conservación, como por ejemplo:

- ◆ Carnes, productos cárnicos y derivados
- ◆ Productos de la pesca y derivados
- ◆ Productos preparados a base de huevo
- ◆ Leche y otros productos lácteos

debido a que a temperatura ambiente los microorganismos (bacterias, virus, mohos y parásitos) causantes de enfermedades pueden crecer en ellos rápidamente.

¿A QUÉ TEMPERATURA SE DEBEN ALMACENAR ESOS ALIMENTOS?

- ◆ **Refrigeración** (por debajo de 4°C)
- ◆ **Congelación** (por debajo de -18°C)

Estas temperaturas retrasan el crecimiento de los microorganismos.



RECUERDE

Si la sede educativa **no cuenta con la posibilidad de refrigerar y/o congelar los alimentos, cómprelos diariamente** y solo en las cantidades necesarias para el PAE para zonas rurales dispersas!



1

DIVIDIR LA NEVERA

En caso de tener una sola nevera, **divídala en tres secciones:**

- ◆ En la primera refrigere productos lácteos
- ◆ En la segunda ponga, siempre empacadas, las carnes (res, aves y pescados)
- ◆ En la última ubique frutas y verduras

2

NO GUARDAR CANTIDADES EXCESIVAS

No guarde grandes cantidades de alimentos en la nevera para que esta **no pierda capacidad de enfriamiento.**

3

GUARDAR CARNES CRUDAS DEBAJO

Guarda las carnes crudas un nivel por debajo de los alimentos cocidos de tal modo que **no goteen sobre los alimentos cocidos.**

4

SEPARAR LO CRUDO DE LO COCINADO

Para **evitar que unos alimentos contaminen a otros** se deben separar siempre los alimentos crudos de los cocinados o listos para consumo (como frutas y verduras).

5

CERRAR BIEN LOS RECIPIENTES

Cierre bien los recipientes en los que guarda los alimentos. Procure que estos recipientes sean de **vidrio** o de **materiales de fácil limpieza y desinfección** como el plástico.

6

SEPARAR LOS ALIMENTOS PARA DESCONGELAR

Coloque los alimentos que se quieran descongelar en **envases tapados y sitúelos en el estante inferior**, de esta manera el líquido que suelten las carnes o los pescados no cae encima de otros alimentos y los contamina.

7

LIMPIAR LA NEVERA

Escriba un **cronograma de limpieza** que le permita realizar, controlar y verificar la limpieza de la nevera mínimo una vez a la semana.

8

UBICAR FRUTAS Y VERDURAS EN EL VERDULERO

Envuelva las verduras con **papel de cocina para absorber la humedad** y **guarde las frutas en recipientes o compartimientos de vidrio o plástico.** Las verduras crudas y cocinadas no se deben mezclar en el refrigerador.

9

UTILIZAR EL CONGELADOR

Si tiene un congelador independiente, **consERVE allí las carnes, aves y pescados** siempre envasados o empacados, y separados adecuadamente.

10

MANTENER LA NEVERA CERRADA

Dado que la temperatura ideal de refrigeración oscila **entre 0 y 4°C** le recomendamos **no dejar abierta la puerta de la nevera durante mucho tiempo.**

¡IMPORTANTE!

Independientemente de cómo se almacenen los alimentos (en seco o en refrigeración/congelación), se debe velar por la rotación correcta de los productos, aplicando el principio de **“Lo primero que entra es lo primero que sale” (PEPS).**

Dicha rotación se realiza con base en alguno de los siguientes criterios:

- ◆ La fecha en que se reciben los alimentos
- ◆ El grado de maduración, vida útil o durabilidad del producto
- ◆ La fecha de vencimiento

Lo anterior permite no solo hacer una buena rotación de los alimentos, sino descartar productos vencidos y prevenir los desperdicios. (FAO, 2021) (FAO et al. 2017)



Recomendaciones para prevenir las plagas en los espacios donde opera el PAE para zonas rurales dispersas



La basura mal dispuesta propicia las plagas, por eso, **recoja los residuos sólidos y líquidos con frecuencia y dispóngalos de manera adecuada en contenedores o canecas**, alejándolos de los espacios donde se preparan o consumen los alimentos.



Utilice elementos para impedir el paso de las plagas:

- En el espacio entre el borde de la puerta y el suelo (tragaluz), ponga barreras como un pedazo de plástico grueso o de caucho.
- Evite dejar puertas y ventanas abiertas y use mallas, angeos anti-insectos o rejillas.



Asegúrese que los recipientes destinados al almacenamiento de los residuos estén en buen estado y cuenten con su respectiva tapa asegurada.



Mantenga los espacios ordenados, limpios y desinfectados:

- Al finalizar cada jornada recoja restos de comida, trapos, limpiadores, delantales y servilletas sucias; barra, limpie y desinfecte todas las superficies.
- Asegúrese de limpiar inclusive en los sitios que no se ven, por ejemplo detrás y debajo de los equipos (neveras, congeladores, etc).
- Organice un **cronograma de fumigaciones** periódicas según sea necesario.



- **Limpie los desagües regularmente.** Es importante que todos tengan rejillas.
- **Deságase de los elementos y/o equipos en desuso** o muévalos frecuentemente para evitar el anidamiento de plagas.



Almacene correctamente los alimentos y utensilios de cocina, no los guarde en cajas de cartón ni los ponga directamente en el suelo y manténgalos en recipientes bien tapados (FAO et al. 2017).



Características que deben cumplir los envases y embalajes

- ◆ Su función principal es **proteger los alimentos, facilitar su transporte y ayudar a distinguirlos de otros artículos.**
- ◆ Deben permanecer en **buen estado, limpios** y, en lo posible, **desinfectados.**
- ◆ Es preferible **que no sean de icopor**, pues este material es altamente contaminante y de difícil limpieza.

Algunas comunidades utilizan materiales como **fique, caña flecha, bijao, y hojas de plátano o mazorca** para elaborar empaques artesanales que sirven para transportar y almacenar los alimentos. Tienen la gran ventaja de ser **baratos y biodegradables**, pues se fabrican con materiales disponibles en el entorno y regresan más rápido a la naturaleza, a diferencia de materiales como el plástico o el icopor.



LOS ENVASES

- ◆ **Deben estar hechos de un material apropiado** (en lo posible plástico resistente) **según el tipo de alimento que almacenan**, esto lo protegerá adecuadamente contra la contaminación.
- ◆ **No deben haber sido utilizados previamente para fines diferentes al transporte o almacenamiento de alimentos**, esto puede contaminar los alimentos.
- ◆ Por ejemplo, los envases no deben haber contenido otros alimentos contaminados, materiales inertes (tierra, arena, etc.), ni sustancias peligrosas como detergentes, plaguicidas o medicamentos.



LOS EMBALAJES

Deben proteger los alimentos de:

- ◆ **Riesgos mecánicos** (vibraciones o colisión)
- ◆ **Riesgos climáticos** (calor, lluvia, humedad o frío)
- ◆ **Riesgos de almacenamiento** (deterioro o corrosión), manipulación (caídas, apilamiento o roces),
- ◆ **Robos**
- ◆ **Plagas**

Fuente: Cámara de comercio de Bogotá (2019).

1

CAPACIDAD DEL VEHÍCULO

Cerciórese de que la capacidad del vehículo esté acorde con la carga y el tipo de alimentos a transportar. La carga debe quedar bien acomodada y su exposición al ambiente debe ser mínima para evitar que los alimentos entren en contacto con el polvo, la humedad, la suciedad y el piso.

2

AISLAMIENTO TÉRMICO

Acondicione el vehículo con distintos materiales que permitan un aislamiento térmico, como **cavas-neveras de icopor o geles refrigerantes**, para mantener la temperatura de los alimentos que requieren conservar el frío.

3

MANIPULACIÓN

Manipule los alimentos de forma correcta, **sin dañarlos o contaminarlos**; y garantice una limpieza y desinfección de los recipientes utilizados para el transporte de los alimentos.

Fuentes: Cámara de comercio de Bogotá (2019), Ministerio de Salud y Protección social (2013).

Aspectos para garantizar que el transporte de alimentos sea seguro

4

CONDICIONES DE TRANSPORTE

Si el transporte se hace en bicicleta, triciclo o moto, **adecúe un cajón impermeable, con tapa hermética, que su interior sea de material liso y de fácil limpieza para guardar los alimentos.** Asegúrese de limpiar el cajón antes y después de su uso.

5

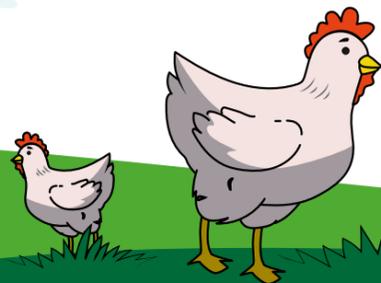
EMPAQUES

Elija **envases y/o empaques resistentes** para contener o guardar productos durante el transporte, y **que los protejan de la contaminación.**

6

SEPARACIÓN DE ALIMENTOS

Evite transportar conjuntamente, en un mismo vehículo, **alimentos junto con sustancias peligrosas** que representen riesgos de contaminación.





**MECANISMO NO. 1
HERVIR EL AGUA**

Es el método más eficaz para matar los organismos que causan enfermedades, incluidos los virus, las bacterias y los parásitos.

Teniendo en cuenta si el agua recolectada está turbia o clara, se deben seguir los siguientes consejos:



SI EL AGUA ESTÁ TURBIA

- 1** Filtre el agua a través de un paño limpio, toalla de papel o filtro de café, o deje que se asiente. Asegúrese de que el elemento usado como filtro sea de uso exclusivo para esto.
- 2** Separe el agua clara, póngala a hervir y déjela hervir de 1 a 3 minutos.
- 3** Deje que el agua hervida se enfríe y guárdela en recipientes limpios y desinfectados que tengan tapa y cierren bien.
- 4** Si desea mejorar el sabor del agua hervida, puede pasarla de un recipiente a otro y luego dejarla reposar algunas horas, también puede añadir una pizca de sal por cada litro.



SI EL AGUA ESTÁ CLARA

- 1** Ponga el agua clara a hervir y déjela hervir de 1 a 3 minutos.
- 2** Deje que el agua hervida se enfríe y guárdela en recipientes limpios y desinfectados que tengan tapa y cierren bien.



**MECANISMO NO. 2
DESINFECTAR EL AGUA**

Cuando no pueda hervir el agua, puede hacer que una pequeña cantidad filtrada y asentada sea más segura al agregar un desinfectante químico que no tenga aroma, como cloro de uso doméstico.

Los desinfectantes pueden matar a la mayoría de virus y bacterias causantes de enfermedades, pero **no son tan buenos controlando organismos más resistentes como algunos parásitos**, para ello, existen tabletas de dióxido de cloro que pueden ser eficaces.



SI EL AGUA ESTÁ TURBIA

- 1** Filtre el agua a través de un paño limpio, toalla de papel o filtro de café, o deje que se asiente. Asegúrese de que el elemento usado como filtro sea de uso exclusivo para esto.
- 2** Separe el agua clara.
- 3** Agregue a 1 litro de agua 4 gotas de blanqueador con cloro o hipoclorito de sodio y mezcle bien.
- 4** Deje reposar el agua al menos 30 minutos antes de usarla para beber.
- 5** Guarde el agua ya desinfectada en recipientes limpios y desinfectados, que tengan tapa y que cierren bien.



SI EL AGUA ESTÁ CLARA

- 1** Agregue a 1 litro de agua 2 gotas de blanqueador con cloro o hipoclorito de sodio y mezcle bien.
- 2** Deje reposar el agua al menos 30 minutos antes de usarla para beber.
- 3** Guarde el agua ya desinfectada en recipientes limpios y desinfectados, que tengan tapa y que cierren bien (CDC, 2021).

RECUERDE

Si el agua está contaminada con una sustancia química, **añadirle un desinfectante no la hará potable** (CDC, 2021).



¿Sabías que hay un método para la desinfección solar del agua llamado método sodis?



Se refiere a **aprovechar el calor y la radiación del sol para inactivar los microorganismos o gérmenes presentes en el agua.**

Para este método se recomienda utilizar botellas de plástico transparente reciclables o botellas de vidrio.

Instrucciones para realizar el método sodis:

- 1.** Lavar los recipientes y sus tapas, en este caso, las botellas.
- 2.** Llenarlas de agua sin dejar aire.
- 3.** Posicionar la botellas horizontalmente y exponerlas al sol directo, preferible sobre tejas de zinc.
- 4.** Si hay sol directo, dejarlas durante 6 horas; si está nublado, durante 2 días.

Fuente: Cartilla de uso y manejo de agua segura para consumo y la producción en huertos familiares. FAO (2012), <https://www-fao.org/3/ar649s/ar649s.pdf>.



**MECANISMO NO. 3
FILTRAR EL AGUA**

Existen varios tipos de filtros que sirven para eliminar del agua los parásitos causantes de enfermedades. Algunos son a base de ozono, carbón, carbón activado o resinas. Independientemente del filtro que elija, tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:

- ◆ **Elija uno con poros lo suficientemente pequeños** para eliminar la mayor cantidad de microorganismos.
- ◆ **Lea y siga atentamente las instrucciones del fabricante** del filtro de agua que planea usar.
- ◆ **Después de filtrar el agua, añádale un desinfectante** para matar cualquier virus o bacteria que haya quedado (CDC, 2021) (Comité técnico nacional de entornos saludables, 2010).

¡IMPORTANTE!

Estas medidas se deben usar en el agua que se utiliza para: beber, cocinar y lavar manos, utensilios, vajillas y cubiertos.

- ◆ El agua que está **contaminada con combustible o sustancias químicas tóxicas no es segura**, aún al hervirla o desinfectarla.
- ◆ Los **recipientes** donde se recoge y se almacena el agua deben estar **limpios y desinfectados**.
- ◆ En lo posible **no se deben usar recipientes que hayan contenido sustancias peligrosas** como plaguicidas o medicamentos.

