



# 33. Fomentar el uso y mantenimiento de letrinas

Last update: 2024-08-07

## Descripción general

- Muchas enfermedades (como la diarrea, el cólera, la fiebre tifoidea y las hepatitis E y A) se transmiten a otras personas cuando las heces contaminan el agua, las manos, los alimentos o las moscas y entran en la boca de otra persona. Esta forma de transmisión se denomina "fecal-oral".
- El uso de letrinas y la eliminación adecuada de las heces pueden salvar muchas vidas durante una epidemia. Cuando todo el mundo utiliza las letrinas, el entorno permanece limpio. Es importante depositar también las heces de niños y bebés en la letrina, ya que sus heces también contienen gérmenes.
- En una epidemia, animar a la comunidad a utilizar y mantener las letrinas es una parte importante de la prevención de la propagación de enfermedades.

## Qué hacer y cómo hacerlo

### *Fomentar el uso de letrinas*

1. Muchas cuestiones sociales y culturales pueden hacer que la gente no las utilice.
  - Averiguar qué motivará a la gente a utilizar las letrinas y animarla en consecuencia.
  - Debatir con la comunidad qué dificultades podrían encontrar para utilizarlas y cómo ponerlas a disposición de todos los usuarios (niños, adultos mayores, personas con discapacidad, etc.).
2. Muchos tipos de letrinas, como las de pozo, pueden construirse fácilmente con materiales locales. El tipo de letrina que se construya en un contexto determinado dependerá de:
  - Las preferencias de la comunidad.
  - El espacio del que dispone la comunidad.
  - El tipo de suelo y la proximidad del agua subterránea a la superficie (manto freático).
  - La ubicación de las fuentes de agua (la distancia entre las instalaciones de confinamiento y las fuentes de agua debe ser de al menos 30 metros, y el fondo de las fosas debe estar al menos 1.5 metros por encima de la capa freática).
  - El número de personas que utilizarán las letrinas.
  - Con qué frecuencia deben retirarse las heces. Si es necesario recurrir a una gestión externa, deben tenerse en cuenta el costo, la disponibilidad y el acceso.

Pida información sobre cómo construir letrinas a un experto en agua, saneamiento e higiene o al supervisor de voluntarios.

### *Hacer que las letrinas sean seguras y utilizables*

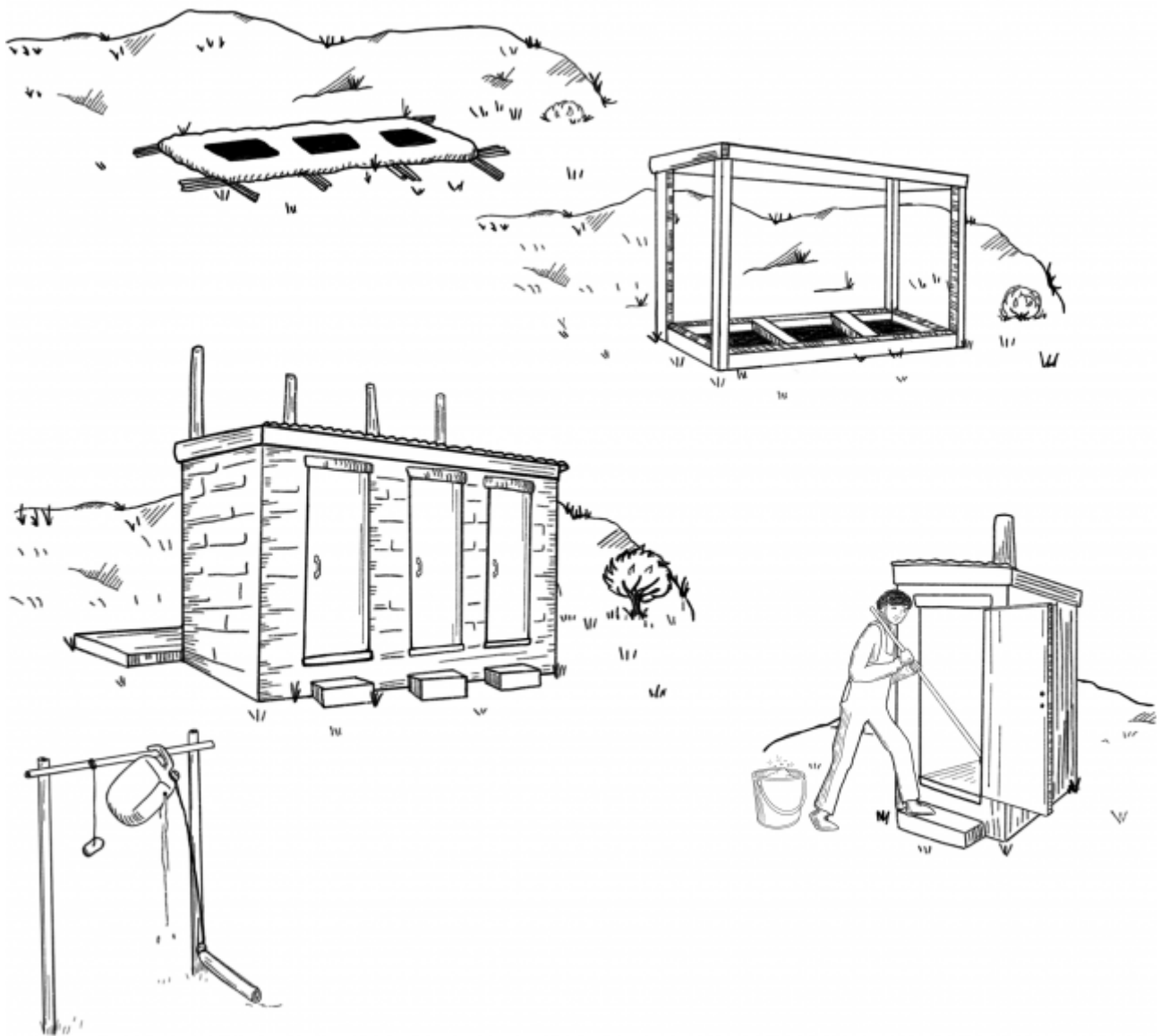
1. Garantizar la higiene
  - Es muy importante lavarse las manos después de ir al baño para evitar la propagación de enfermedades.
    - Todas las letrinas deben tener cerca un lugar para lavarse las manos. Debe estar en

funcionamiento y debe haber agua y jabón disponibles.

- Proporcionar material de limpieza anal localmente apropiado (para limpiarse o lavarse después de ir al baño).
  - Si se utiliza una letrina de zanja, proporcionar tierra para cubrir las heces.
2. Garantizar que las letrinas sean seguras y accesibles para todos.
- Asegúrese de que las mujeres y las niñas se sientan seguras para utilizar las letrinas durante el día y la noche.
    - Los hombres y las mujeres deben utilizar letrinas separadas
    - Las letrinas deben estar bien iluminadas
    - Los usuarios deben poder cerrarlas desde dentro
    - Deben tener ganchos u otro dispositivo para colgar la ropa y que no se quede en el suelo
    - Deben tener paredes y puertas sólidas para garantizar la intimidad y evitar que entren o salgan personas o animales.
    - Deben disponer de un lugar para desechar el material menstrual o de incontinencia
    - Deben tener un asidero o cuerdas para ayudar a las personas mayores o discapacitadas
    - Deben estar adaptados a los niños para evitar que se caigan dentro
    - Si las letrinas están elevadas, hay que asegurarse de que haya una rampa con una pendiente adecuada para que una persona con discapacidad pueda acceder a ella por sí sola

### ***Garantizar el mantenimiento de las letrinas***

1. Asegurarse de que las letrinas se mantienen físicamente y son robustas, de modo que sigan siendo seguras para su uso.
2. Las letrinas se llenan y hay que vaciarlas.
  - La rapidez con la que esto ocurre depende del número de personas que los utilicen, del tamaño de la fosa o el depósito, del tipo de suelo y de si la gente tira basura o compresas menstruales en la fosa.
3. Cuando sea posible, cree comités en la comunidad para mantener la letrina y asegúrese de que disponen de todos los materiales necesarios.



## Mensajes comunitarios



06. Usar una letrina limpia



08. Lavarse las manos con jabón