

# Hacia una Vivienda Saludable “QUE VIVA MI HOGAR”



## ¿Qué es?

Vivienda Saludable es la concepción de la vivienda como agente de la salud de sus moradores. Implica un enfoque sociológico y técnico de enfrentamiento a los factores de riesgo y promueve una orientación para la ubicación, edificación, habilitación, adaptación, manejo, uso y mantenimiento de la vivienda y su entorno.



Existe un material educativo diseñado para apoyar la aplicación del componente educativo de la Estrategia de Vivienda Saludable. Está dirigido a los Agentes Comunitarios y Facilitadores, para ser utilizado en el trabajo de promoción Facilitadores, para ser utilizado en el trabajo de promoción del entorno saludable en las comunidades que van a ser intervenidas con la estrategia

## ¿Qué temáticas contiene?

El manual contiene, las temáticas relacionadas con los principales problemas a la salud que se dan en las viviendas y su entorno tales como: enfermedades diarreicas, enfermedades de transmisión vectorial, enfermedades relacionadas con la higiene en el hogar y su entorno, las enfermedades crónicas, las intoxicaciones por agentes tóxicos y las enfermedades que afectan la salud mental. Para tratar didácticamente las problemáticas anteriormente señaladas, se agrupan en siete temas, que a continuación se enuncian:

1. La vivienda como espacio vital.
2. Sorbos de vida agua para consumo en la vivienda.
3. La excretas y las aguas sucias andan por ahí.
4. Los residuos sólidos en la vivienda.
5. Ojo con las plagas.
6. Higiene en la vivienda y sus moradores.
7. Dinámica familiar y comunitaria.

# ¿Cómo se realiza la intervención?

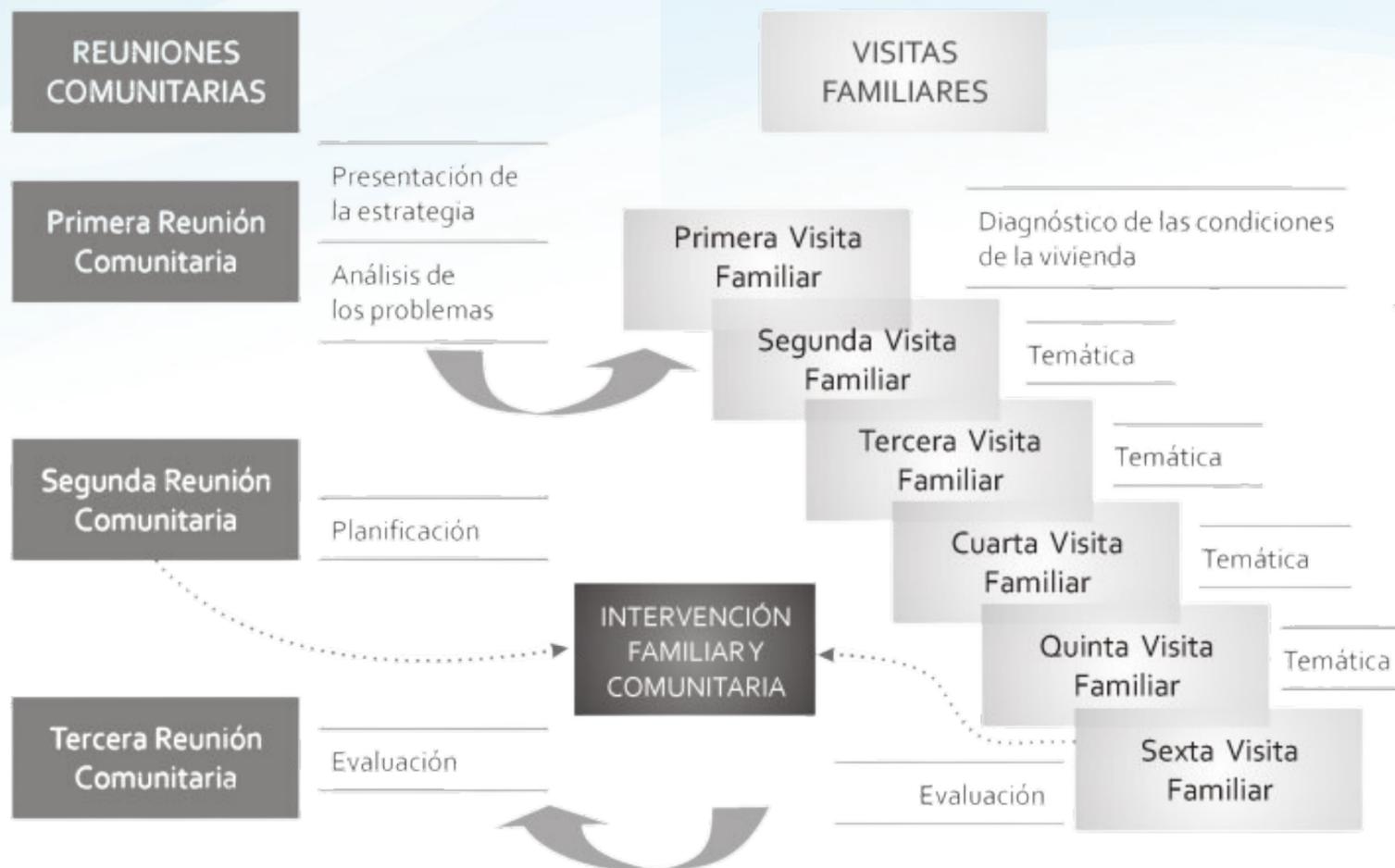


Diagrama de Implementación

VISITA	TEMA	TIEMPO	ACTIVIDAD
2	<b>LA VIVIENDA COMO ESPACIO VITAL</b> Metodología de trabajo. Ubicación, infraestructura y espacio.	45 minutos	Presentación de la visita . Comparando y descubriendo.
	<b>SORBOS DE VIDA</b> <b>AGUA PARA CONSUMO EN LA VIVIENDA.</b> Protección y métodos de tratamiento.	45 minutos	Métodos de desinfección del agua. Incidente crítico
3	<b>LAS EXCRETAS Y LAS AGUAS SUCIAS ANDAN POR AHÍ</b> Manejo y disposición de las excretas. Manejo y disposición de las aguas residuales y las aguas grises o de lavado.	45 minutos	Rutas de contaminación. Aguas que corren.
	<b>LOS RESIDUOS SÓLIDOS EN LA VIVIENDA</b> Definición, almacenamiento, recolección tratamiento, disposición y aprovechamiento	45 minutos	Armar la historia sin fin. Hagamos abono orgánico.
4	<b>OJO A LAS PLAGAS</b> Medidas de control de insectos y roedores.	45 minutos	Caminos de contaminación. Manejo de plaguicidas.
	<b>HIGIENE EN LA VIVIENDA Y SUS MORADORES</b> Higiene en la vivienda, hábitos de higiene personal, Alimentos higiene y salud, y manejo de animales domésticos.	45 minutos	Tres montones. Puntos de vista. Tejiendo telarañas
5	<b>DINAMICA FAMILIAR Y COMUNITARIA</b> Valores Recursos familiares y comunitarios y redes de apoyo social Economía familiar	45 minutos	Tres montones

# 1. La Vivienda como Espacio Vital

## La Vivienda como Espacio Vital

La vivienda es un lugar indispensable para nuestra vida, necesario para el desarrollo de los individuos y de la familia. Debe brindar seguridad, protección, intimidad y contribuir al bienestar de cada una de las personas que la habitamos.



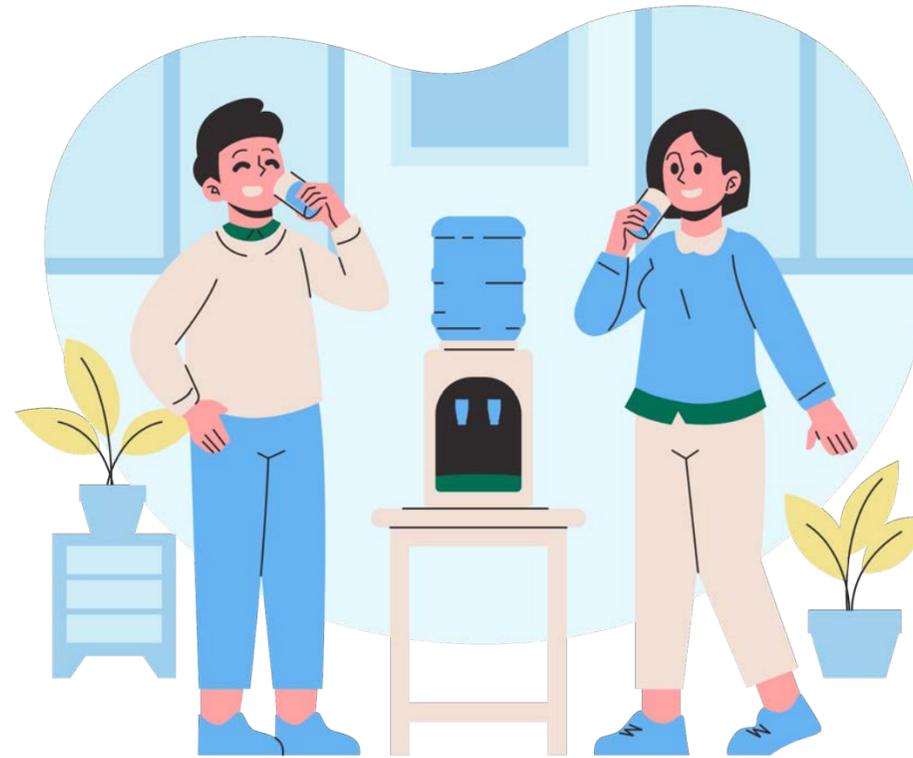
# 2. Sorbos de vida agua para consumo en la vivienda.



## El Agua para Consumo

El agua es un elemento indispensable para la vida.

Cualquiera que sea la manera como llegue el agua a la vivienda, es importante asegurarse de que no esté contaminada, almacenarla y manipularla de manera higiénica, y además contar con los espacios y artefactos sanitarios mínimos que permitan las prácticas higiénicas personales y familiares.



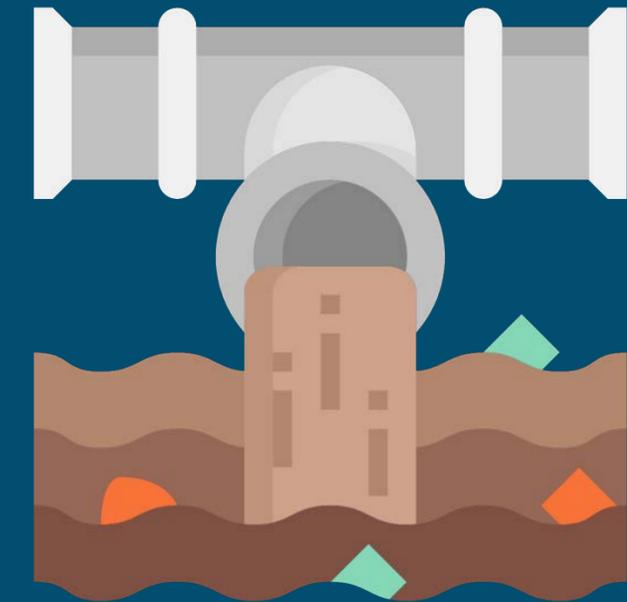
# 3. Las excretas y las aguas sucias andan por ahí.

## ¿Que son las excretas?

Las excretas son el resultado de la transformación de los alimentos en el aparato digestivo de personas y animales, luego de ser consumidos. En las excretas, llamadas también heces o materias fecales, hay microbios, parásitos y huevos de parásitos que causan enfermedades muy graves, algunas de ellas mortales.

## ¿Qué son las aguas residuales?

Las aguas residuales son aguas sucias que provienen principalmente de los inodoros e incluyen también aquellas que desechamos después de lavar la ropa, los alimentos, asear la vivienda, hacer el aseo personal, bañar los animales y realizar otras tareas. Una forma de recoger las aguas residuales de varias casas es el alcantarillado. Por medio del alcantarillado evitamos el daño que nos causaría su evacuación inadecuada



# 4. Los residuos sólidos en la vivienda.

## Manejo de los residuos sólidos en la vivienda

Los residuos sólidos son materiales de desecho que debemos manejar higiénica y adecuadamente dentro de la vivienda, y así mismo, sacarlos fuera de ella de tal forma que no ocasionen problemas ambientales o riesgos a la salud. Si arrojamos los residuos sólidos en cualquier parte (calles, lotes vacíos o a cielo abierto), propiciamos la aparición de basureros que producen problemas sanitarios e impacto en el ambiente. Para un manejo adecuado de los residuos que se producen en la vivienda se requiere:

Almacenarlos adecuadamente.

Recolección.

Tratamiento.

Disposición.

Aprovechamiento.

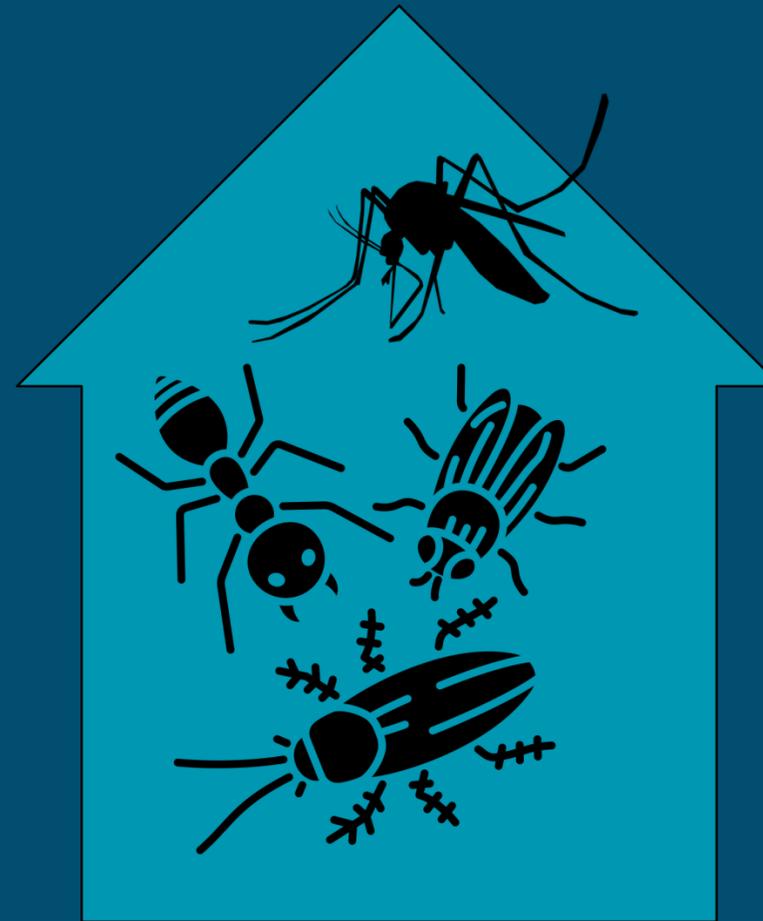


# 5. Ojo con las plagas.

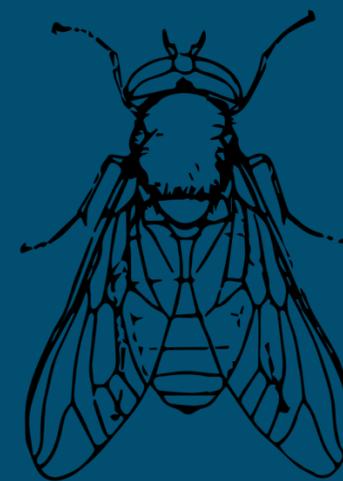
Una plaga es un animal o planta cuyas actividades interfieren con la salud humana, afectan el bienestar y generan daño económico, también reciben el nombre de vectores.

Los vectores son animales (insectos, roedores y otros) que transportan gérmenes de enfermedades desde seres enfermos o ambientes contaminados al ser humano, ya sea por picaduras, mordeduras, infectando heridas o contaminando alimentos.

La falta de higiene en la vivienda, la convivencia con animales y la falta de protección en las ventanas y en las puertas, se constituyen en los factores ambientales más importantes en la propagación de enfermedades transmitidas por vectores.



**MiRed** IPS



# 6. Higiene en la vivienda y sus moradores.

## Higiene en la Vivienda

Para que la vivienda sea saludable es importante sentir que se pertenece a ella, que es el lugar donde se habita y que por lo tanto se va a cuidar y a mantener limpia y bonita.

En este sentido, la vivienda debe conservar el orden y aseo necesarios para hacer de ella un lugar agradable y sano que nos proporcione bienestar y felicidad.

Los diferentes espacios de la vivienda (cocina, dormitorios, patios, baño) se deben mantener limpios, iluminados y ventilados.

## Hábitos Higiénicos Personales

El cuidado del cuerpo es una de las tareas más importantes para una persona. Tiene que ver con la higiene, la alimentación, el vestido y el amor a sí mismo, aspectos esenciales para el desarrollo de la autoestima y el bienestar personal. El fomento de estos aspectos permite el desarrollo integral del ser humano y previene enfermedades.



# 7. Dinámica familiar y comunitaria.

Se entiende como la interacción y proceso que se genera al interior de un grupo. En éste contexto el concepto de dinámica familiar es interpretado como el manejo de interacciones y relaciones de los miembros de la familia que estructuran una determinada organización al grupo, estableciendo para el funcionamiento de la vida en familia normas que regulen el desempeño de tareas, funciones y roles; es además, una mezcla de sentimientos, comportamientos y expectativas entre cada miembro de la familia, lo cual permite a cada uno de ellos desarrollarse como individuo y le infunde el sentimiento de no estar aislado y de poder contar con el apoyo de los demás.”

