

## ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR EL AGUA

Las enfermedades más conocidas, dependiendo del tipo de agente causante son las siguientes:

- **Transmitidas por grandes parásitos.**
  - **Lambliasi o 'enfermedad del castor'**. Causada por la tan conocida Giardia lamblia (5 a 15 micras), que reside en el agua contaminada con orina o excrementos infectados. Infecta el intestino delgado y sus síntomas aparecen en una o dos semanas, pudiéndose tratar con medicamentos y tardando entre 4 y 6 semanas en desaparecer. Provoca diarrea y rampas abdominales. Cada vez está más presente en América del Norte, África y Asia.
  - **Bilarciosi o esquistosomiasis**. Causada por plitihelmints, parásitos en rios de agua dulce de curso lento. Pueden penetrar la piel directamente y alojarse en el intestino. También se transmite por parásitos que residen en caracoles de agua dulce. Provoca escozor, urticaria, ataques asmáticos, agrandamiento del hígado e irritación del conducto urinario.
  - **Ancilostoma**. Las larvas del parásito penetran el cuerpo humano al beber agua o directamente a través de la piel. Los gusanos adultos se alojan en los intestinos provocando anemia y letargia. Si hay larvas en la sangre pueden causar pneumonía.
  - **Disenteria amébrica**. Se contrae al beber agua contaminada con aguas residuales infectadas. Provoca diarrea con sangre y/o pus, infección del colon. Las complicaciones de la infección pueden consistir en hepatitis, absceso de hígado y pulmones y perforación del intestino.
  - **El Cryptosporidium parvum** (2 a 5 micras), menos conocido, es muy resistente al yodo y al cloro y no puede tratarse con medicamentos.
- **Transmitidas por Bacterias.**
  - **Cólera.**
  - **Tifus.**
  - **Disenteria.**
  - **Colibacilosis y bilharciosis.**
  - **Lepra.**
  - **Tuberculosis.**
  - **Salmonella.**
  - **Leptospirosi.** Su forma más grave es la enfermedad de Weil. Se transmite a los humanos a través de animales con Leptospira bacterium (ratas, vacas, perros, cerdos). Se contrae por contacto con la orina o fluidos fetales infectados. Penetra a través de la piel escocida o por la boca, nariz, o los ojos. Provoca síntomas similares a los de la gripe (fiebre, escalofríos, dolor de cabeza, dolor muscular). Las formas más graves pueden desembocar en meningitis, ictericia, insuficiencia renal, hemorrágias y enfermedades cardíacas.
- **Transmitidas por Virus.**
  - **Hepatitis-A.**

- **Poliomielitis.**
- **Herpes.**

## **PREVENCIÓN CONTRA LAS ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR EL AGUA**

La única manera de evitar su contagio es hirviendo el agua o tratándola para purificarla.

Cuando nos encontremos en países donde existe el riesgo de Bilarcia, no debemos lavar la ropa en campings ni en aguas que puedan estar infectadas, ya que a través de la ropa podría llegar a penetrarnos.

Si alguien del grupo cae enfermo por haber bebido agua contaminada hay que separar al enfermo y a la persona que lo cura.

Daremos de comer al enfermo en platos, cubiertos y vasos separados, tener especial cuidado con los excrementos y fluidos de la víctima y con las prendas que se hayan ensuciado, las cuales pueden contener grandes cantidades del organismo que le ha afectado. Hay que vigilar la higiene del campamento.

## **CÓMO ACTUAR ANTE UNA DIARREA**

- Ayunar durante un día.
- Tomar bebidas con gas.
- Tomar colas, como la CocaCola o la Pepsicola.
- Reponer los líquidos (si se defeca medio litro, se beberá la misma cantidad inmediatamente).
- Si se defeca más de dos veces diarias, tomar Fortasec.
- Si hay fiebre o se encuentra sangre en las deposiciones, no tomar Fortasec, sino Seprin.

## **INDICADORES DE AGUA CONTAMINADA**

- Calaveras y huesos de animales.
- Restos de polvos de productos químicos en el margen del río.
- Ausencia de vegetación.
- Algas verdes en la superficie del agua.
- Aguas estancadas. La boga y los juncos suelen crecer en aguas estancadas.

## **DATOS ESTADÍSTICOS**

- La tierra está formada por un 75% de agua, aunque solo el 0,008% es apta

para el consumo humano.

- El 80% de las enfermedades de viaje son debidas a la impureza del agua.
- El E-Coli es la causa del 40% de las diarreas de viaje.
- El cólera causa más de 120.000 muertes por año.
- El tifus se cobra más de 600.000 víctimas mortales, el 80% en Asia.

## **CONSEJOS**

- Para evitar ningún percance, desconfiar sistemáticamente de aguas cristalinas aparentemente potables, ya que, incluso en el agua del Pirineo, son comunes los protozoos y bacterias.
- Siempre es conveniente utilizar el sistema de nivel de protección más alto que sea posible.
- En países donde exista la posibilidad de contraer enfermedades deberemos tomar las siguientes precauciones:
  - Asegurarse de que la comida esté completamente cocida y no comer alimentos que solo se hayan limpiado con agua (ensaladas).  
Desconfiar incluso de los mejores restaurantes.
  - En caso de comer alimentos no cocinados, elegir los que tengan piel, asegurándose de que no esté deteriorada. Lavarse las manos y el cuchillo antes de mondarlo.
  - Lavarse las manos minuciosamente con jabón y agua que esté fuera de riesgo antes de las comidas. De allí la necesidad del tratamiento de suficientes cantidades de agua.
  - Lavarse los dientes con agua tratada.
  - Tratar las heridas con agua potabilizada.