



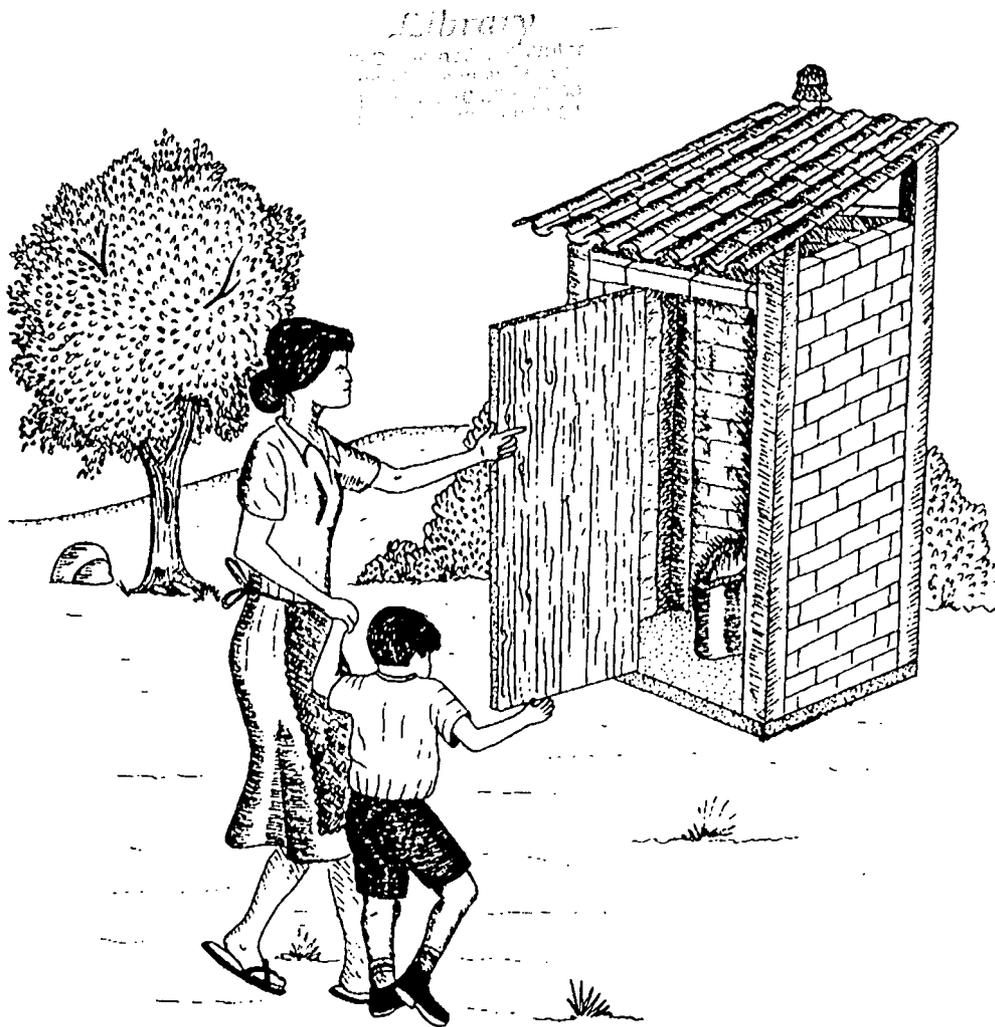
SANAA



KfW

IRC

Uso adecuado de la **letrina**



Programa de Agua y Saneamiento Choluteca/Valle

Choluteca, Honduras
1995

205.1-16812

LIBRARY IRC
PO Box 93190, 2509 AD THE HAGUE
Tel.: +31 70 30 689 80
Fax: +31 70 35 899 64
BARCODE: 16812
LO:

Uso adecuado de la
letrina

Manual para uso del promotor comunitario

Proyecto SANAA-KfW-IRC
Tegucigalpa, Honduras, 1995.

Este documento ha sido producido por el equipo del proyecto:

Angel Álvarez
Efraín Barralaga
Israel Cerritos
Martha Cruz
Herta Neves
Francisco Rivera

*quienes fueron apoyados y supervisados por Norah Espejo, del
Centro Internacional de Agua y Saneamiento (IRC).*

Edición y diagramación:
Ediciones Guardabarranco, S. de R. L.

Dibujos:
Asdrúbal Lobo

Introducción

En los últimos años se han hecho enormes esfuerzos para aumentar la cobertura en la construcción de letrinas. Sin embargo, a pesar de estos esfuerzos, gran parte de la población sigue desconociendo las heces fecales como fuente de contaminación del agua y de los alimentos.

Las personas están acostumbradas a defecar al aire libre. Las heces esparcidas son aprovechadas por las moscas, que actúan como vectores contaminando los alimentos y el agua. Una solución para evitar este tipo de problema es la letrina, ya que en ella las heces quedan depositadas en un hoyo.

La falta de utilización de las letrinas implica un problema social y educativo, por lo cual las personas deben acostumbrarse a construirlas y usarlas en su comunidad.

Este módulo tiene por objetivos que los participantes conozcan las partes de la letrina, así como la importancia de su uso y mantenimiento correctos para evitar problemas de enfermedades y contaminación.

Para cumplir con los objetivos anteriormente mencionados, desarrollaremos los siguientes temas:

- Las partes que conforman una letrina;
- Las medidas higiénicas necesarias para el buen uso y mantenimiento de la letrina; y
- El problema de las excretas humanas como factor de contaminación del agua y los alimentos.

Resumen

Tema: *Uso adecuado de la letrina*

- Objetivos:**
- Que los participantes conozcan los diferentes tipos de letrinas disponible en las comunidades y su forma de funcionamiento.
 - Que los participantes conozcan las partes que forman una letrina.
 - Que los participantes conozcan y comprendan la importancia de las medidas de higiene en el uso y mantenimiento de la letrina.
 - Que los participantes reflexionen críticamente sobre los problemas identificados y expresen soluciones concretas al problema de las letrinas.

Dirigido a:

- Grupos organizados, patronatos, clubes de amas de casa, juntas de agua, comités de apoyo y niños de escuela.

Duración:

- 3 horas

Momento de aplicación:

- Antes, durante y después del proyecto.

Técnicas participativas:

- La visita
- Láminas
- Procesamiento

Materiales a utilizar:

- Marcadores
- Tijeras
- *Masking tape*
- Papel bond en pliegos
- Tiza

Pasos metodológicos

1. El promotor, como trabajo preparatorio, habrá identificado una casa donde haya una letrina en buen estado y los dueños hayan aceptado que los participantes la visiten.
2. Iniciar la reunión creando una atmósfera de cordialidad y confianza, presentándose brevemente y explicando el propósito de la reunión, que es el de “conocer más sobre el uso adecuado de las letrinas”.
3. Iniciar la conversación con el uso de las tarjetas de contaminación (*ver Técnica No. 1*).
4. Después de la presentación, el grupo se desplazará hasta la letrina, donde se inicia una conversación sobre qué tipo de letrina es, las partes que la componen y el estado en que se encuentra (*ver Técnica No. 2*).
5. Al regreso de la visita, presentar la lámina de tipos y partes de la letrina. Continuar resumiendo con el grupo el nombre de las partes y su función (*usar la lámina indicada y el Tema No. 1*).
6. Continuar con el Tema No. 2 sobre uso de las letrinas en la comunidad:
 - ¿Cuántas casas no poseen letrinas?
 - ¿Qué problemas hay con las letrinas?
 - ¿Se acepta la letrina?

Anote en la pizarra o papelógrafo los problemas que se van mencionando y los temores sobre el uso de las letrinas.

Discutir cada uno de los temores y dar la información correcta sobre la letrina.

7. Utilizando las tarjetas de uso, operación y mantenimiento, discutir con el grupo las medidas que deben practicarse para el uso y mantenimiento de la letrina. (*Tema No. 3.*)
8. Finalmente, comprometa a los miembros de la Junta de Agua y del Comité de Salud, para que sean ellos los encargados de hacer el monitoreo. Para esto, entrégueles las encuestas, que deberán llenar durante las visitas domiciliarias (*ver Ficha de Monitoreo*).

TÉCNICA No. 1

LAS TARJETAS DE CONTAMINACIÓN

Objetivo: • Mostrar una situación real de defecación al aire libre y sus consecuencias, a manera de despertar el interés por la defecación segura en letrinas.

Material: • 5 tarjetas mostrando problemas de defecación al aire libre.

Aplicación: 1. Mostrar las tarjetas y que armen un cuento con ellas.

2. Discutir con el grupo cuáles son las desventajas de la defecación al aire libre.

3. Los siguientes mensajes deben quedar claros:

- Las moscas y las manos son transmisores de enfermedades.
- Las moscas y las manos pueden llevar las heces a los alimentos.

TÉCNICA No. 2

VISITA A UNA LETRINA

Objetivo: • La visita directa a la letrina se hace con la intención de que los participantes observen las partes, el uso y mantenimiento adecuados.

Aplicación: 1. Visitar una letrina de cada tipo, en caso de que exista más de uno.
2. A manera de conversación, el facilitador pedirá a los participantes:

- Que nombren todas las partes de una letrina
- La función de cada una de las partes
- Los problemas que pueden surgir al usarla
- La forma de limpiarla y mantenerla.

Tema No. 1

LA LETRINA: PARTES Y TIPOS

¿Qué es una letrina?

La letrina es el lugar adecuado y seguro para depositar las heces fecales. Para ello debe reunir ciertas condiciones de higiene en el uso, en la operación y el mantenimiento.

Partes de la letrina

La letrina está constituida de los siguientes componentes:

Hoyo o agujero: Es el lugar donde caerán y se almacenarán las heces fecales.

Ademe: Es la pared de piedra para asegurar que el agujero no se derrumbe o aterre.

Plancha: Es la protección del agujero, donde se coloca la sentadera y la caseta.

Sentadera o taza: Es donde se sienta la persona para hacer más cómodamente las necesidades del cuerpo.

Tapadera del asiento: Sirve para evitar la entrada de animales, moscas y otros insectos.

Caseta: Es la casita que se construye para protección del sol, de la lluvia y para que las demás personas no nos vean.

Techo: Es el cielo de la caseta que sirve para protegernos del sol y de la lluvia.

Puerta: Evita la entrada de animales domésticos y permite la privacidad en el momento de defecar.

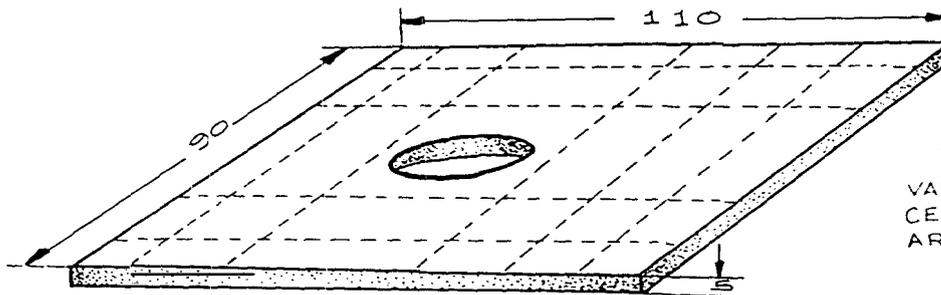
Pasador: Sirve para evitar que se abra la puerta.

Tubo de ventilación: Tubo que viene desde el hoyo y sirve para expulsar los malos olores.

Malla del tubo de ventilación: Sirve para evitar la entrada y salida de moscas y otros insectos.

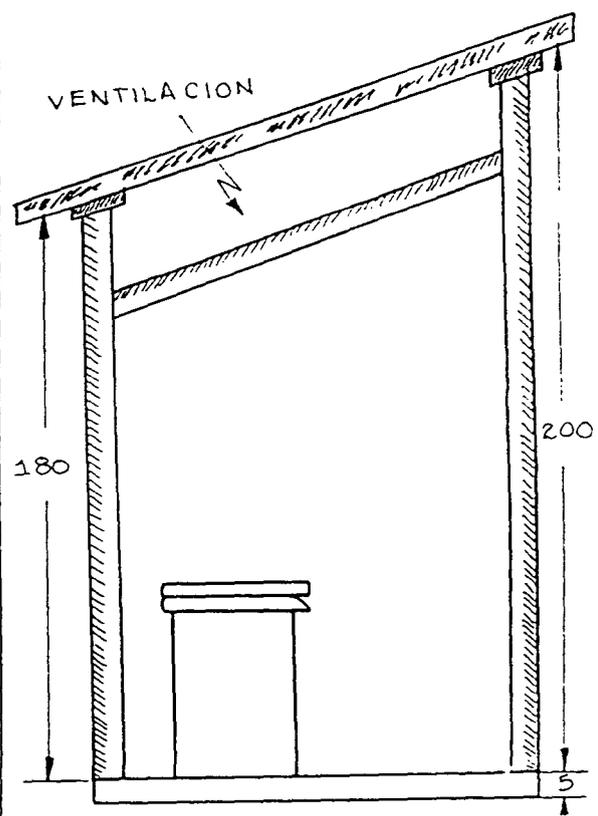
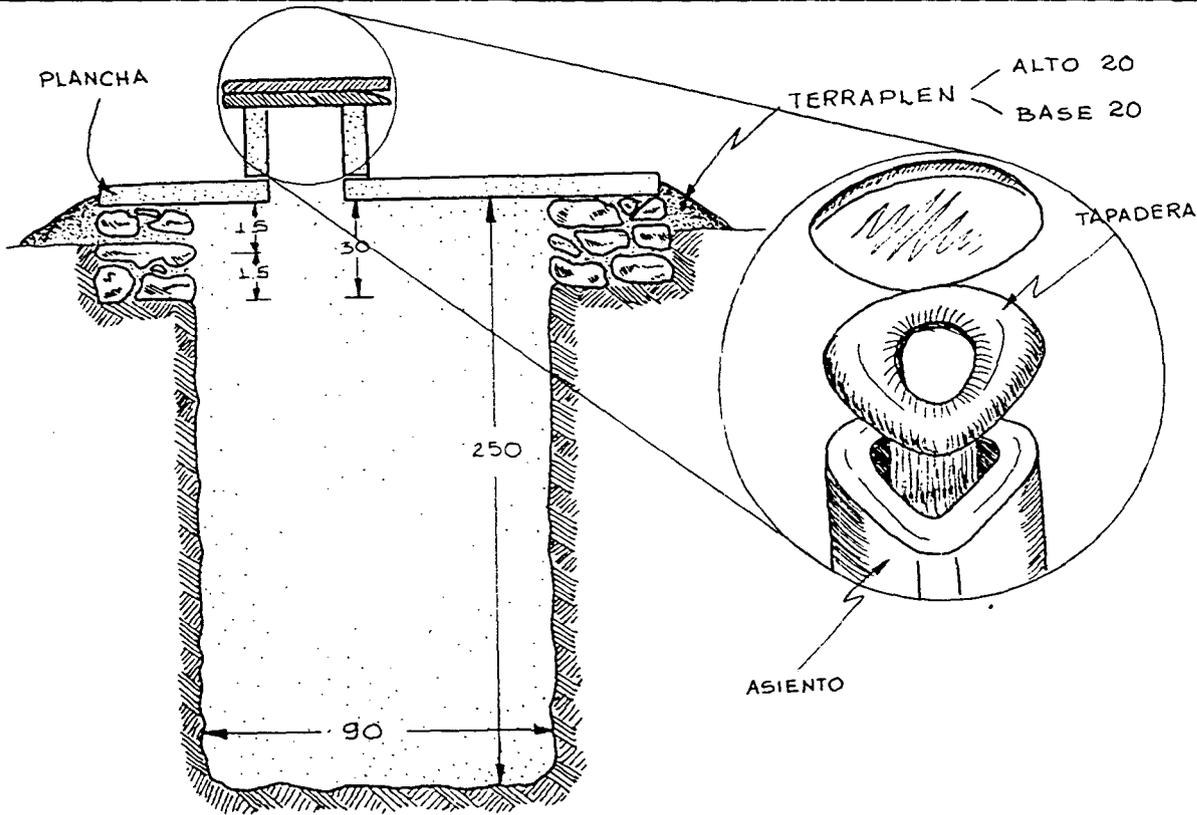
PARTES DE LETRINA DE FOSA SIMPLE

DIMENSIONES
 LARGO 110
 ANCHO 90
 GROSOR 5

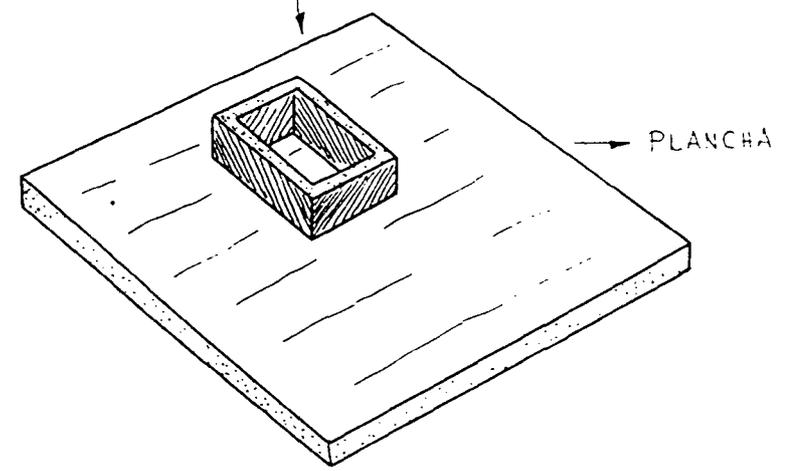
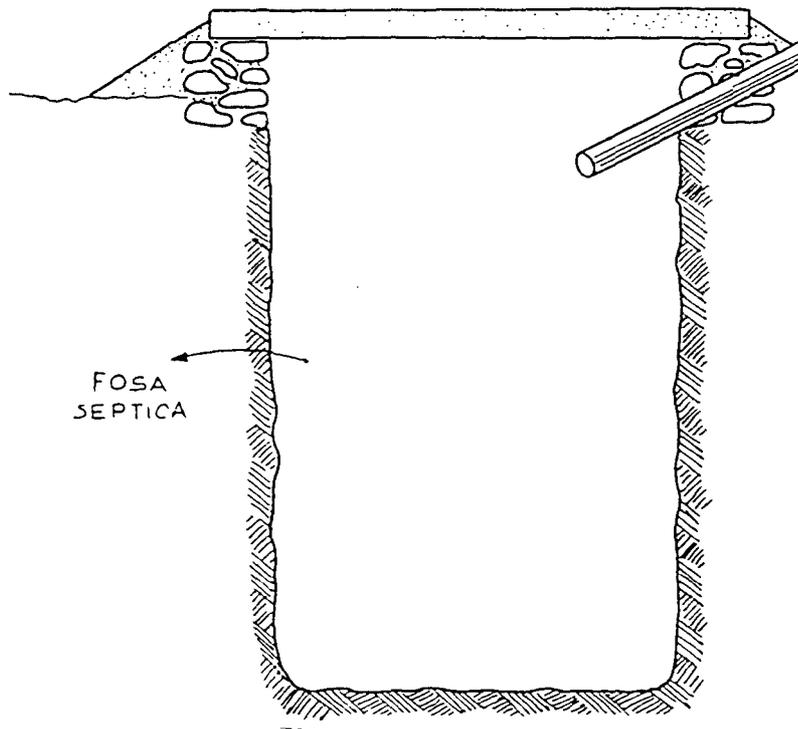
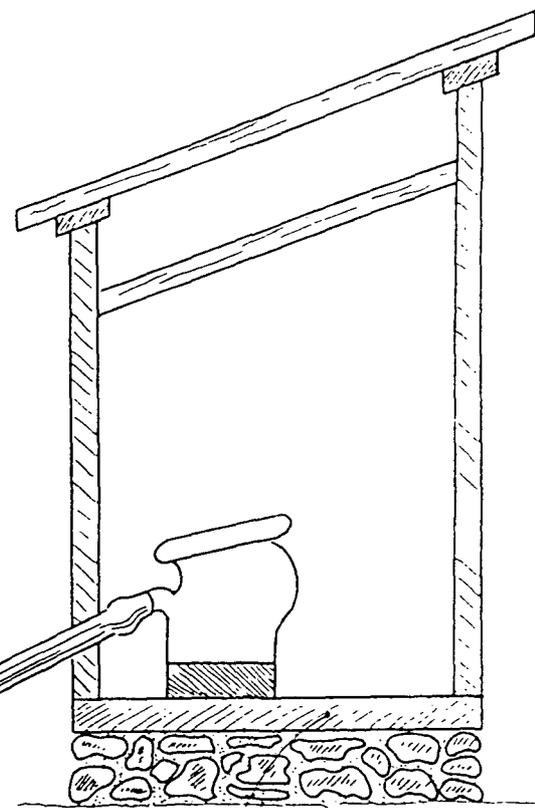
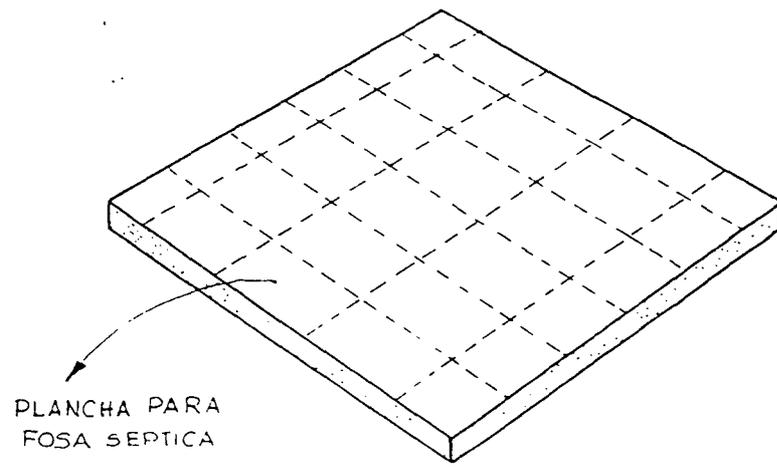


MATERIALES
 VARILLA DE HIERRO DE 1/4"
 CEMENTO
 ARENA

10

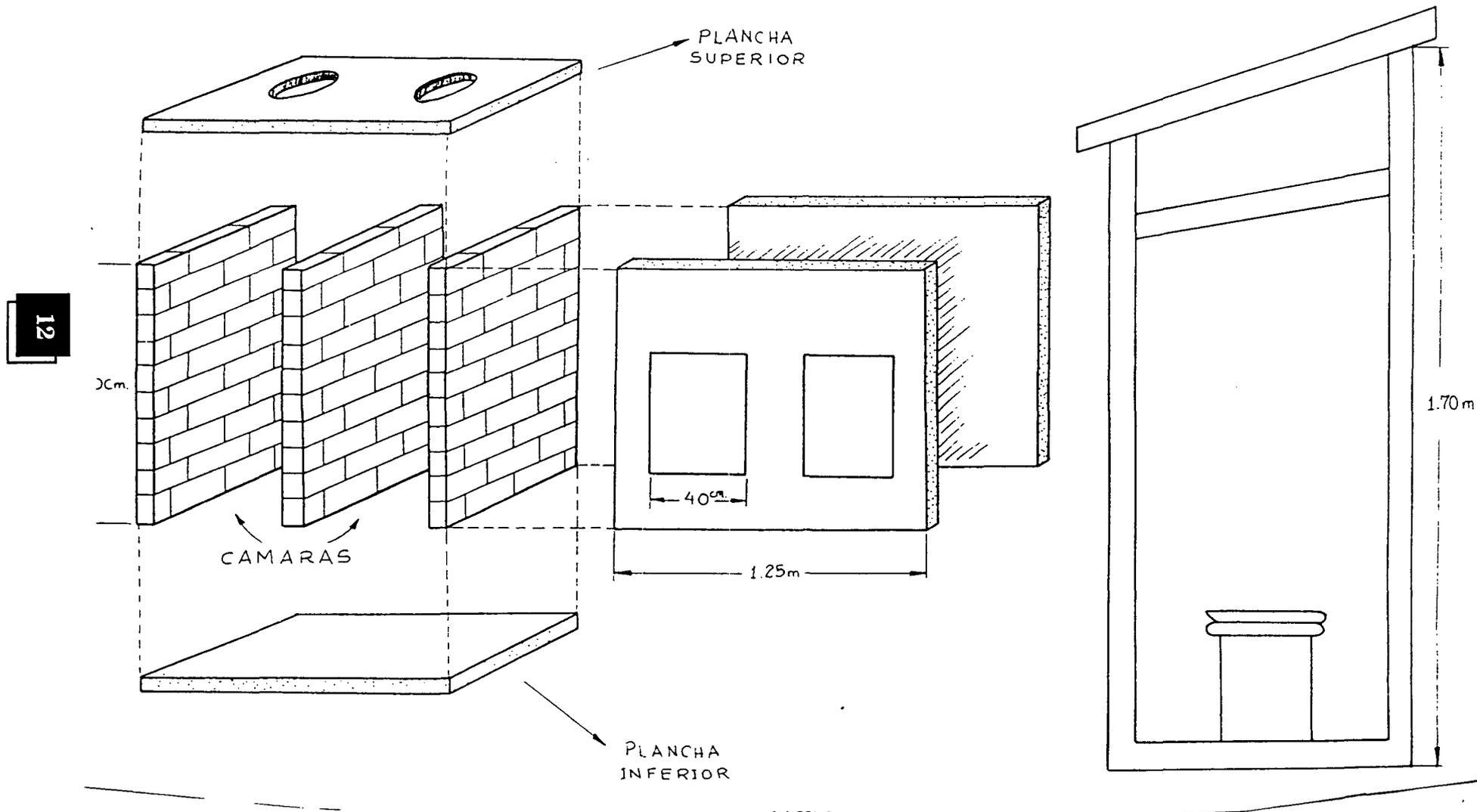


PARTES DE LETRINA DE TAZA LAVABLE



11

PARTES DE LETRINA ABONERA



Tema No. 2

TEMORES Y COSTUMBRES RELACIONADOS CON LA UTILIZACIÓN DE LA LETRINA

Existen muchos temores falsos y costumbres negativas por los cuales las personas no construyen, ni utilizan las letrinas; entre ellos los más importantes son:

- Que la letrina se caiga al estar sentados
- Que los niños se caigan dentro de la letrina
- Que se pierdan las “ganas” al estar sentados
- Que lo puede picar algún animal o víbora
- El viento no circula, lo que causa malos olores
- Hay que esperar mucho tiempo cuando la letrina está ocupada
- Que se transmitan enfermedades al sentarse varias personas en el mismo lugar.

El conocimiento de cada parte de la letrina, su función y su mantenimiento, ayudará a disminuir los temores falsos y a tener una mejor actitud hacia la letrina.

Cuando los temores se relacionan con la seguridad de la construcción, se puede explicar que las letrinas han sido diseñadas y probadas para soportar el peso de una persona. Déles el ejemplo, sentándose usted mismo o misma en la letrina para demostrar que es segura y que además nadie puede “pasar” por el agujero. En el caso de los niños, es necesario que los padres les enseñen a usarla apropiadamente.

Con respecto a las picaduras de animales y para evitar la entrada de animales, se puede explicar que será necesario mantener la puerta de la letrina cerrada.

Con respecto a los malos olores, un buen mantenimiento e higiene, así como la existencia del tubo de ventilación, ayudan a evitarlos.

BENEFICIOS DEL USO DE UNA LETRINA BIEN MANTENIDA

<p>MADRE</p> <ul style="list-style-type: none">• Se enferman menos los niños• Disminuyen los gastos en salud• Hay menos heces esparcidas alrededor de la casa <p>AMBIENTE</p> <ul style="list-style-type: none">• No se contaminan las fuentes de agua	<p>CASA</p> <ul style="list-style-type: none">• Ambiente limpio• No hay mal olor• Mejor aspecto <p>PERSONAS ADULTAS</p> <ul style="list-style-type: none">• Más privacidad• Más comodidad• Nos protege de la lluvia y el sol
--	--

Tipos de letrina

Letrina común de fosa simple

Consiste en una plancha de concreto (cemento, grava y arena), con asiento y tapadera colocado sobre un agujero. La letrina es protegida por una caseta que puede ser de madera, ladrillo, bloque, varas o cualquier otro material existente en la comunidad. Está cubierta con techo que puede ser de teja, asbesto, zinc, cartón, paja o cualquier otro material, y está provista de un tubo de ventilación vertical con malla o cedazo en la parte superior.

Este tipo de letrina sólo puede instalarse en terrenos secos y firmes para evitar que se hunda, atierre o se llene de agua.

Debe construirse por lo menos de 15 a 20 metros de distancia (40 a 50 pasos) de la vivienda o de cualquier fuente de agua.

Letrina lavable o de cierre hidráulico

Consiste en una taza de porcelana o de cemento parecida al servicio sanitario, con la diferencia de que no tiene tanque de agua, que puede instalarse dentro de la vivienda o cerca de ella. La letrina lavable puede ser instalada de dos formas:

- Conectando la taza por medio de tuberías a una fosa séptica, construida a cierta distancia de la vivienda;
- O conectándola directamente al sistema de alcantarillado.

Este tipo de letrina sólo puede instalarse en casas donde se cuenta con suficiente agua.

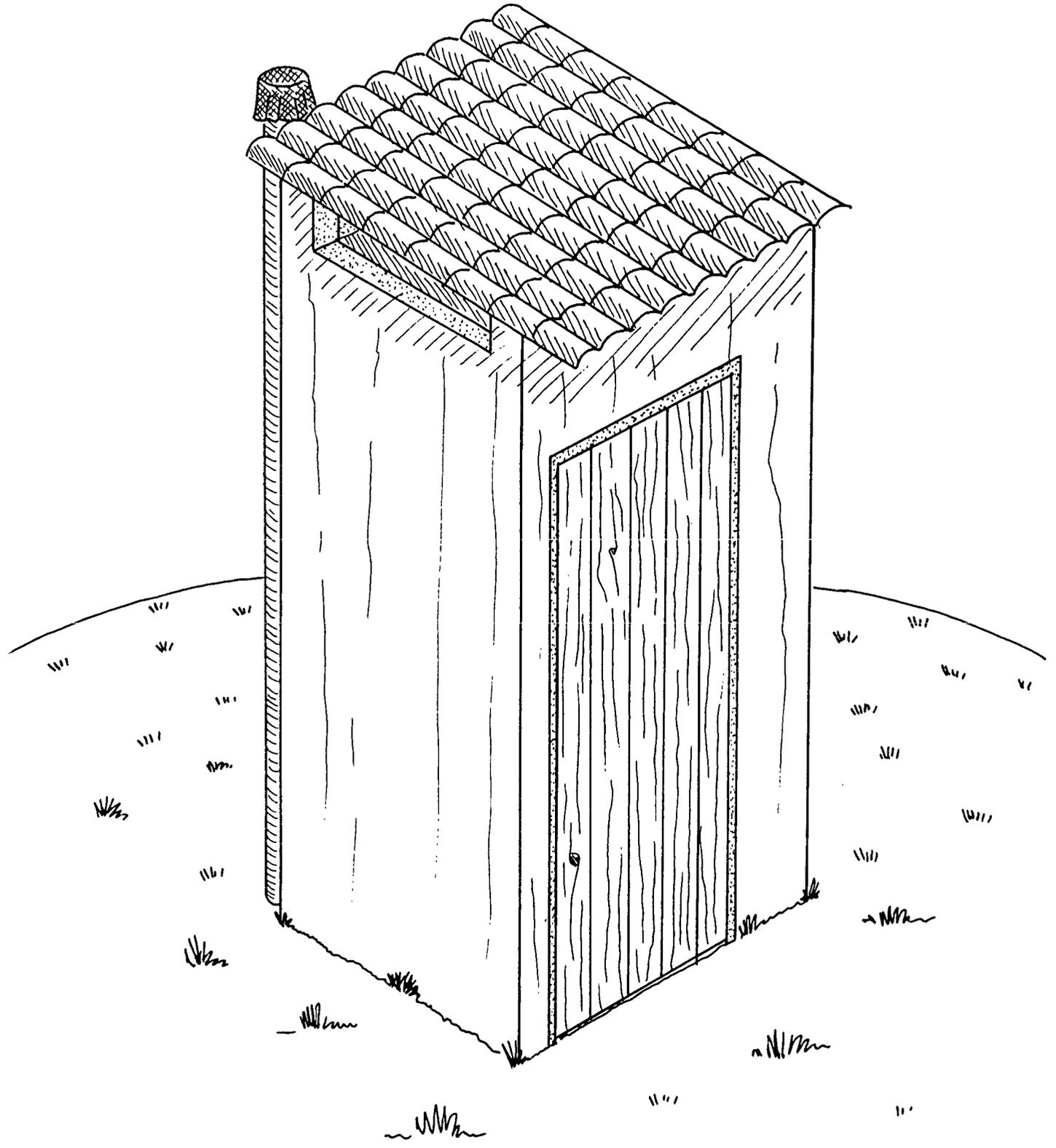
Letrina abonera

Consta de dos (2) depósitos, que son cajones de concreto construidos sobre la superficie del terreno. Cada depósito posee una sentadera con tapadera en la parte de arriba y una puerta en la parte de atrás, que sirve cuando se llena para sacar las heces que se han hecho tierra (deshidratado).

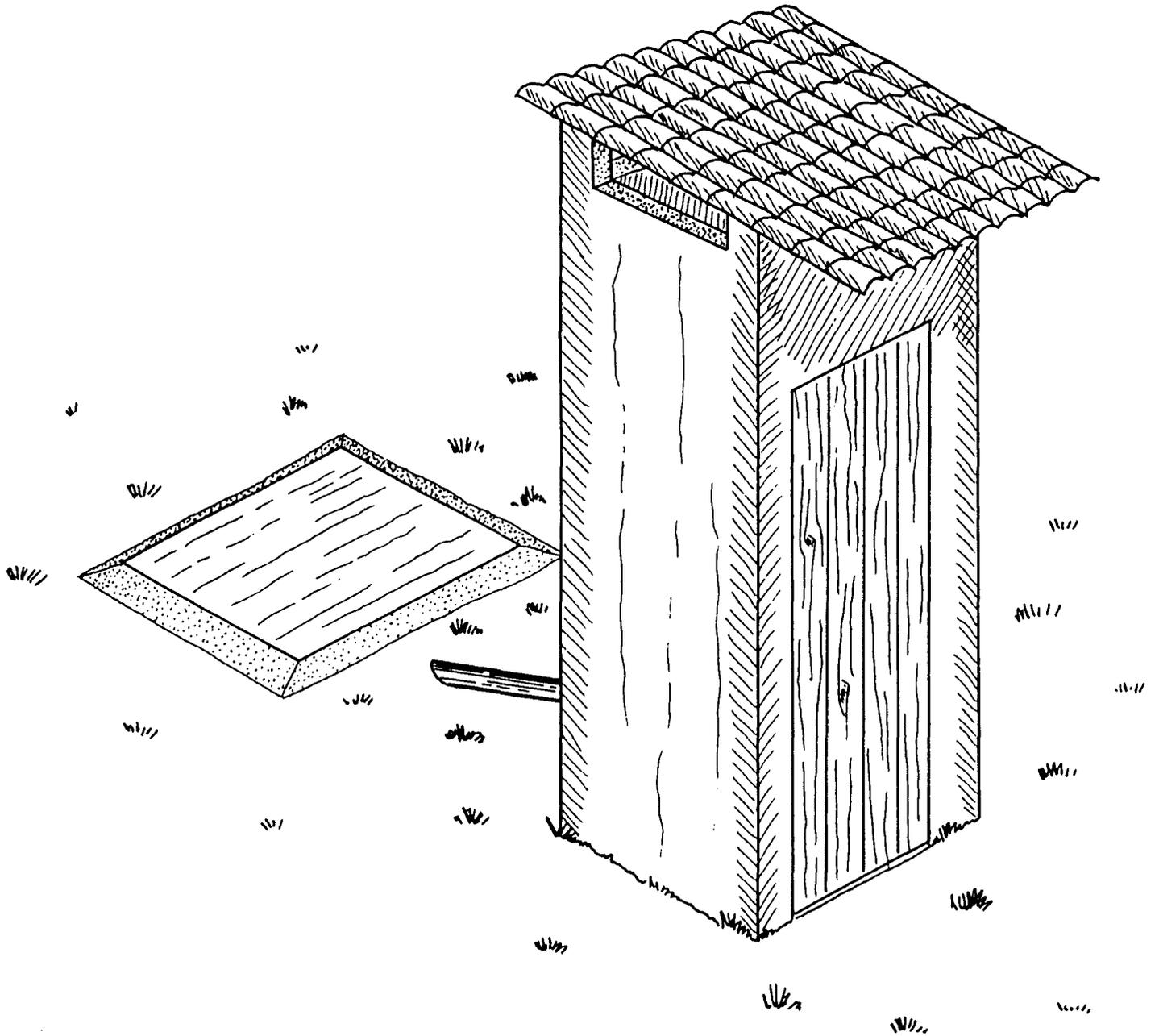
Esta letrina permite separar las heces de la orina en el momento de la defecación; las heces caen dentro del depósito y la orina se expulsa por medio de una manguera a un resumidero. Una vez que las heces caen al depósito se le debe agregar: cal, ceniza o tierra blanca. Al momento que el primer depósito se llena, se le agrega suficiente tierra y se sella, antes de utilizar el otro depósito.

Se recomienda construir este tipo de letrina en lugares donde el terreno es duro o rocoso. Cada depósito de la letrina abonera es utilizada por familias de seis personas, durante un tiempo promedio de 6 meses. Cuando se llenan los dos depósitos, se procede a sacar la materia del primero, la cual se ha convertido en abono orgánico de buena calidad.

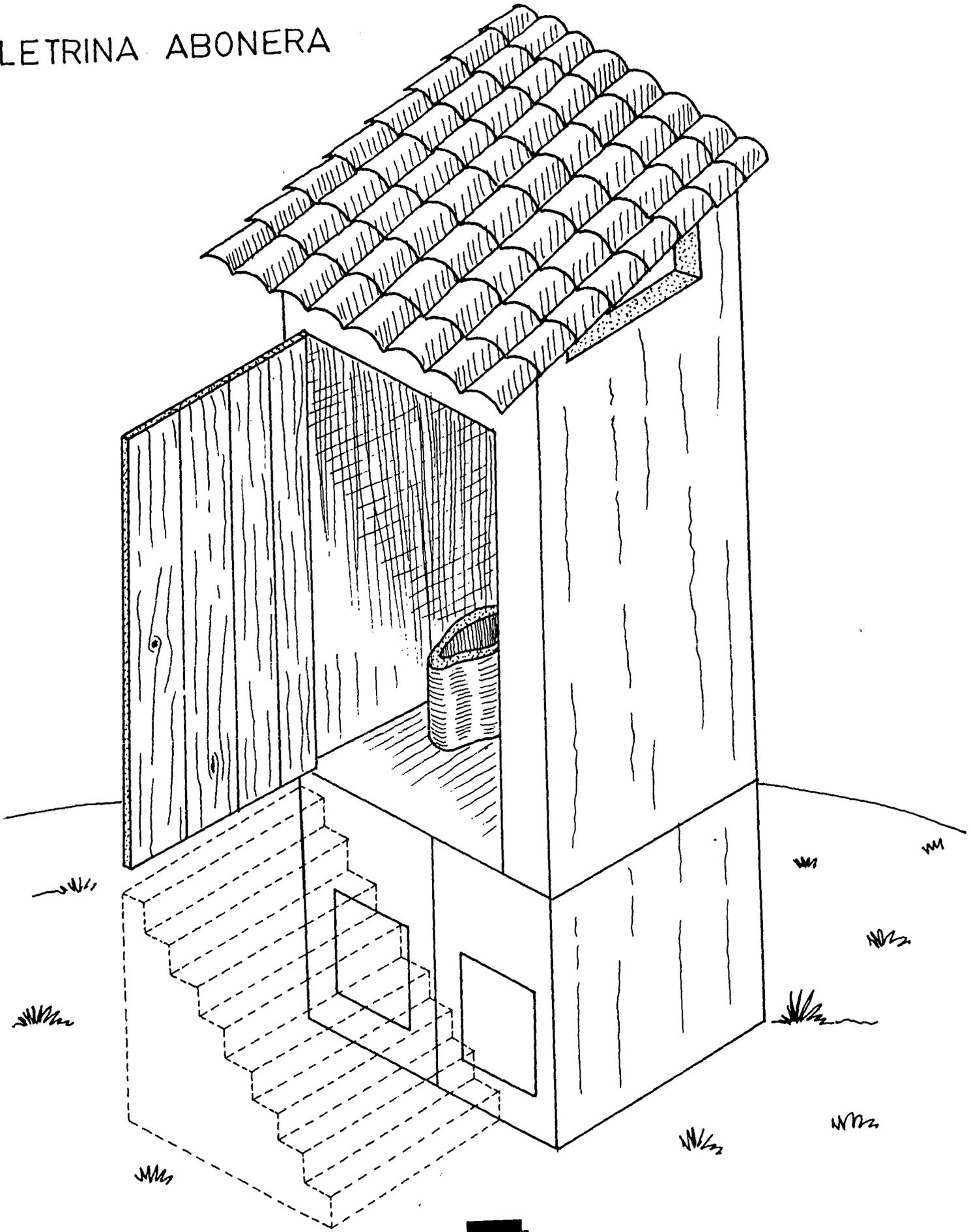
LETRINA DE FOSA SIMPLE



LETRINA DE TAZA LAVABLE



LETRINA ABONERA



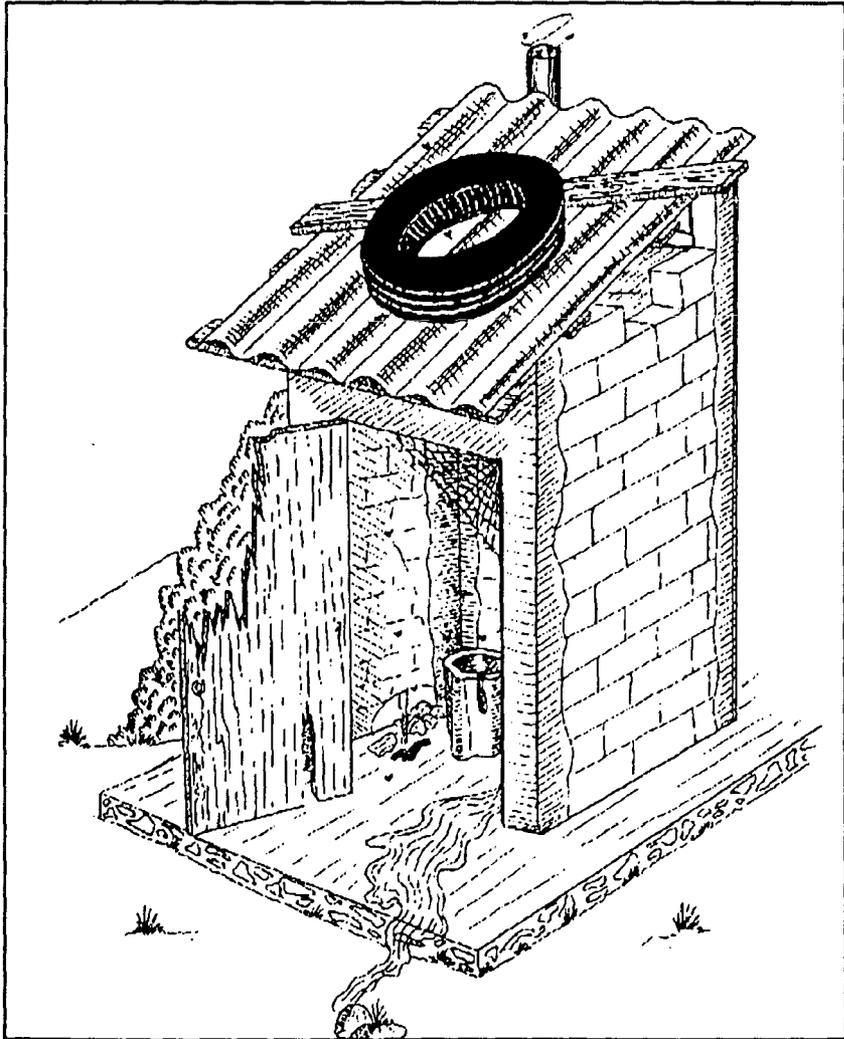
TÉCNICA No. 3

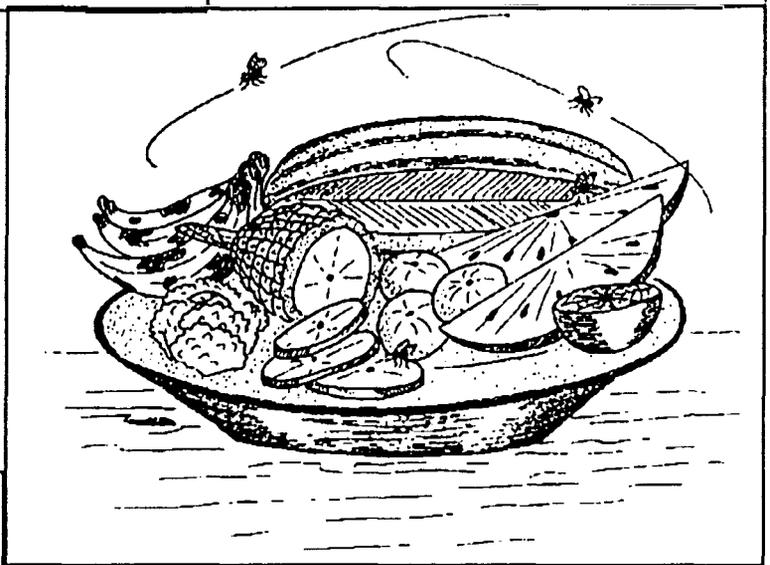
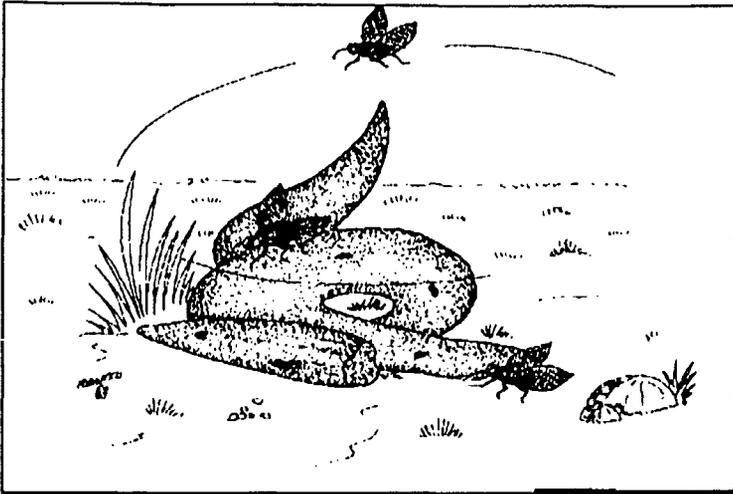
LAS TARJETAS DE USO, OPERACIÓN Y MANTENIMIENTO

Objetivo: • Iniciar la discusión en pequeños grupos sobre el buen uso, operación y mantenimiento de las letrinas.

Aplicación:

1. Presentar las tarjetas al grupo y pedirles que las agrupen según uso, operación y mantenimiento.
2. Discutir la situación que cada tarjeta presenta, viendo las posibilidades de llevarla a la práctica.
3. Los mensajes que deben resaltarse están indicados en el Tema No. 3.





Tema No. 3

LETRINA SEGURA: BIEN USADA Y BIEN MANTENIDA

Uso de la letrina

La letrina es un lugar higiénico donde se puede hacer con mucha seguridad las necesidades del cuerpo. La letrina solamente es segura y apropiada cuando ha sido construida correctamente y se le da uso, mantenimiento y operación adecuada; de lo contrario, aumenta el riesgo de transmisión de enfermedades, en vez de reducirlas.

- Las heces o excremento, sean estos de niños o adultos, tienen muchos microbios que causan enfermedades. Debe eliminarse la falsa creencia de que las heces de los niños no transmiten enfermedades.
- Tener una letrina no garantiza que no habrá contaminación, ya que si a ésta no se le da un buen mantenimiento, el mal olor que desprende puede atraer a las ratas, lo mismo que a moscas, cucarachas y otros insectos.
- Las moscas actúan como vectores mecánicos, transportando microbios causantes de enfermedades, principalmente diarreicas. Las moscas tienen la facilidad de volar a largas distancias y poseen excelente olfato. Son atraídas por toda clase de suciedad y las letrinas mal utilizadas son un lugar apetecido por ellas, ya que les sirven de fuente de reproducción y de fuente de alimentación
- La letrina no debe ser utilizada como granero, gallinero o chiquero, ni tampoco como bodega.
- En el caso de las letrinas de fosa simple, se pueden arrojar en el agujero material utilizado en la limpieza del cuerpo, como hojas de papel u otros como la tusa de maíz. Para acelerar el proceso de descomposición de las heces y también evitar malos olores, se puede echar ceniza o cal una vez a la semana.
- En el caso de la letrina abonera, cuando uno de los depósitos esta lleno, hay que sellarlo y dejarlo por lo menos 8 meses para poder usar estas heces como abono orgánico. De este modo, estamos seguros de que la materia orgánica está totalmente descompuesta y no hay peligro de encontrarse microbios o parásitos que sean dañinos a la salud, y se utilizan las heces como abono para hortalizas, árboles frutales y huertos escolares, sin temor a la contaminación.

Usar la letrina adecuadamente significa:

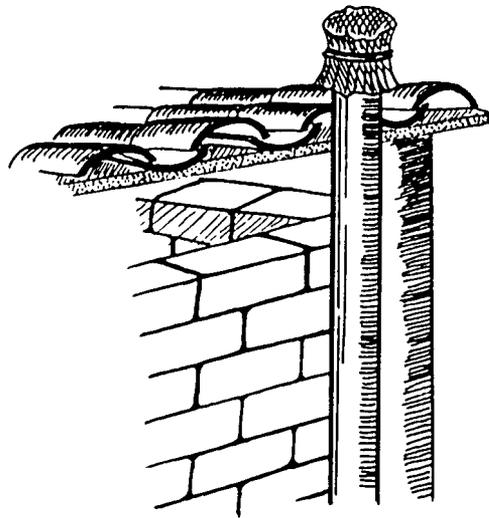
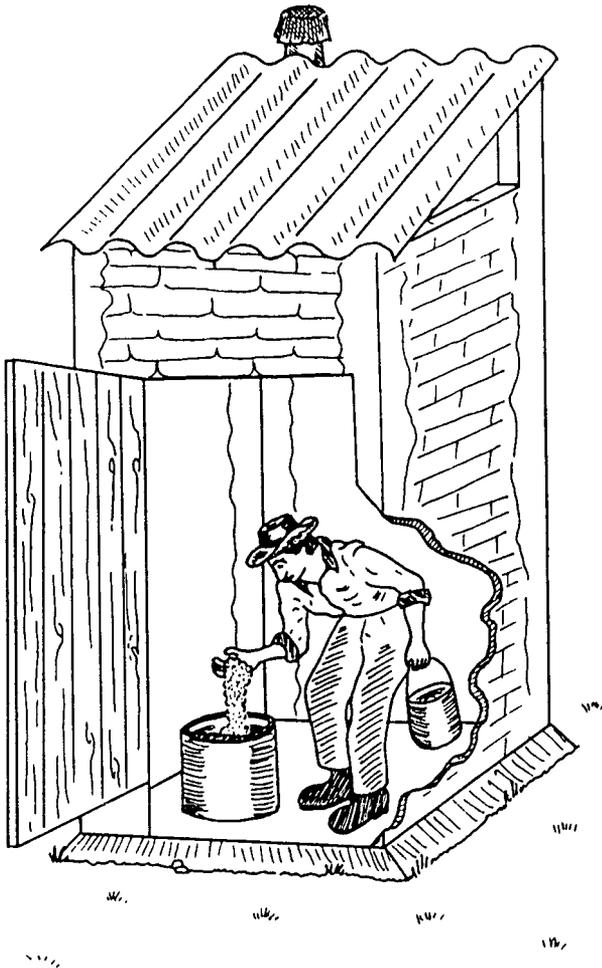
1. Que todos los miembros de la familia deben defecar en la letrina.
2. Depositar las heces de los niños menores de cinco años dentro de la letrina.
3. Debemos acompañar y enseñar a los niños mayores de cinco años a defecar en la letrina.
4. El material que se va a utilizar para la limpieza anal (papel, hojas, tusas, etc) debe mantenerse en la letrina.
5. Lavarse las manos después de usar la letrina.

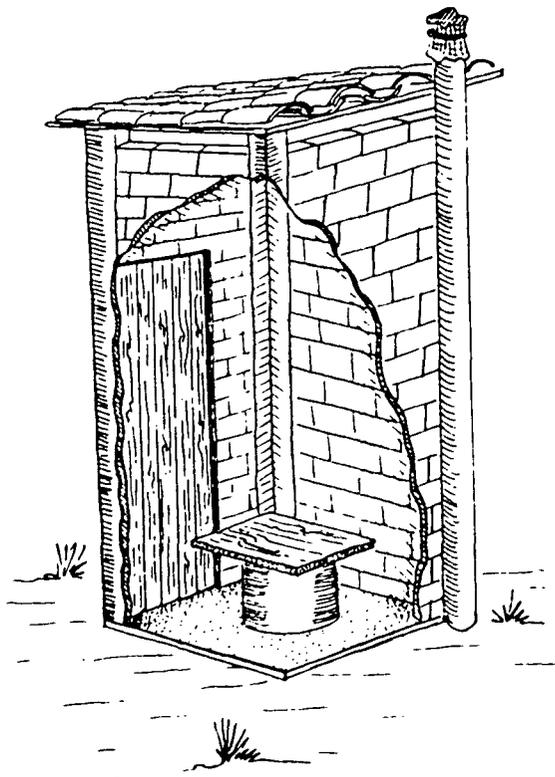
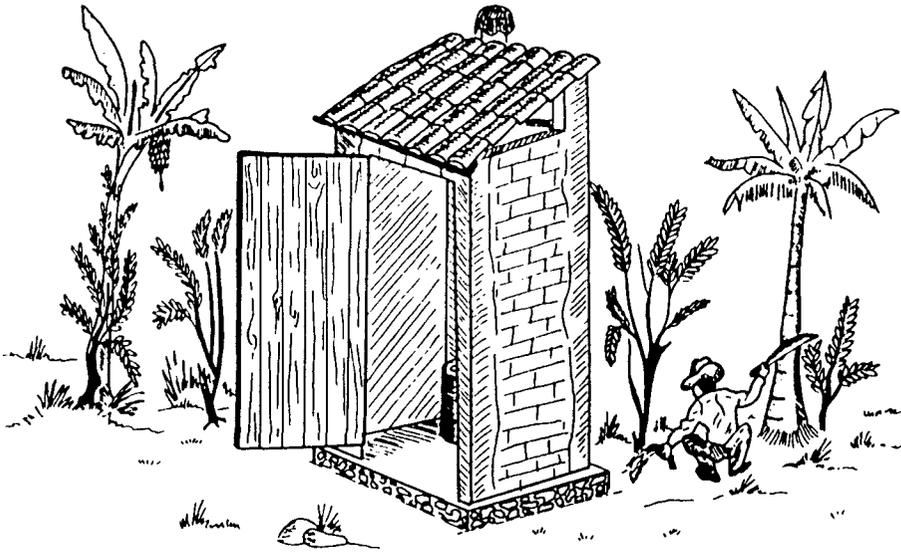
Operación adecuada significa:

6. Echar ceniza o cal dentro del agujero de la letrina de fosa simple, una vez a la semana, si es abonera echarle cada vez que se utiliza.
7. Mantener siempre bien cerrada la puerta y tapadera de la letrina.

Mantenimiento adecuado significa:

1. Que el tubo de ventilación esté en buenas condiciones.
2. Que la malla esté en el tubo y en buenas condiciones.
3. En el caso de la letrina lavable y abonera, quemar o enterrar el material de limpieza anal; en caso de las letrinas de fosa simple, tirarlos dentro del agujero, o si no quemarlos o enterrarlos.
4. Limpiar los alrededores de la letrina.
5. Reparar desperfectos que existan en la letrina, como por ejemplo: taza, puertas, piso, pared, etc.
6. En las letrinas lavables, mantener siempre un recipiente con tapa para depositar los materiales utilizados en la limpieza anal.
7. Lavar y barrer la letrina por dentro y por fuera.





FICHA DE MONITOREO
ENCUESTA SOBRE USO, OPERACIÓN Y MANTENIMIENTO DE LA LETRINA

Comunidad: _____ Fecha: _____

Responsable: _____

- | | SÍ | NO |
|--|-----|-----|
| 1. Se encuentra en uso la letrina | () | () |
| 2. Los niños menores de 5 años usan la letrina | () | () |
| 3. Depositán las heces de los niños pequeños en la letrina | () | () |
| 4. Se encuentra cerrada la tapadera | () | () |
| 5. Se encuentran limpios* la sentadera, el piso y la pared | () | () |
| 6. Depositán los papeles en un recipiente o en el agujero | () | () |
| 7. Se encuentra cerrada la tapadera del recipiente | () | () |
| 8. Se encuentran menos de tres moscas en el interior de la letrina | () | () |
| 9. Se encuentran aseados los alrededores de la letrina | () | () |
| 10. Tiene malla o cedazo el tubo de ventilación | () | () |
| 11. Se encuentra cerrada la puerta | () | () |
| 12. El pasador está en buen estado | () | () |
| 13. Los niños pequeños alcanzan el pasador para abrir la puerta | () | () |
| 14. Utilizan cal o ceniza | () | () |
| 15. Utilizan aceite quemado | () | () |

Observaciones: _____

* Limpio: Significa sin heces.

MENSAJES:

- Las heces de los niños tienen parásitos y bacterias que pueden causar enfermedades.
- Siempre hay que depositar las heces en la letrina.
- Después de defecar o limpiar a los niños, lavarse bien las manos.