**Facultad de Ciencias Médicas de Sagua.**

**Departamento de Tecnología de la Salud**

**Carrera: Técnico Superior de Ciclo Corto Higiene y Epidemiologia.**

**Asignatura: HIGIENE Comunal.**

**1er año. Curso completo Primer Período.**

**Confeccionado por: Profesor Auxiliar. Lic. Marcos A Chateloin Santos.**

**TEMA 8: ASENTAMIENTOS HUMANOS Y SALUD EN LA VIVIENDA.**

**Objetivo:**

* Valorar la repercusión en la salud humana relacionada con los asentamientos humanos, y la influencia de estos en la transmisión de enfermedades.

**Sistema de Contenidos:**

8.1-Control higiénico de la vivienda.

8.2- Concepto de vivienda saludable. Requisitos de una vivienda saludable.

8.3- Clasificación de las viviendas. Control higiénico de la vivienda.

8.4- Importancia del medio residencial para la salud humana. Relación entre la vivienda y la salud.

**Desarrollo.**

**8.1 La vivienda y su entorno.**

 La vivienda, sus condiciones sanitarias y de habitabilidad y su papel dentro del entorno que rodea al ser humano durante la mayor parte de su vida. El medio residencial repercute sobre la salud física y mental de sus residentes en una magnitud que a veces no es debidamente apreciada por lo que es necesario hacer énfasis en este aspecto para que se tenga en cuenta. Deben diferenciarse el medio urbano y rural, ya que cada uno ejerce una acción distinta, aunque algunos factores de riesgo sean comunes

**Importancia del medio residencial.**

* No es un simple recinto protector
* Es el lugar donde la familia realiza actividades sociales y de descanso y disfruta su privacidad
* En este recinto el hombre encuentra protección contra los elementos a cubierto de fuerzas hostiles
* Le permite trabajar con más vigor, vivir con comodidad y satisfacción
* Protege sus bienes personales
* Preserva su intimidad y la de su familia
* Significa algo más que una estructura material

**8.2 Concepto de vivienda saludable**

Cuando el desarrollo de las viviendas en zona urbana se hace cumpliendo todas las exigencias de una correcta planificación física, el medio residencial resultante reunirá todos los **requisitos de salubridad** necesarios, y que se pueden resumir en:

1. Disponibilidad de viviendas bien construidas, conservadas e independientes y que cumplan los requisitos de salubridad expuestos por el Comité de la OMS en Higiene de la Vivienda.
2. Ubicación de las viviendas en microdistritos construidos con arreglo a normas adecuadas de planificación urbana y regional, y que reúnan las siguientes condiciones:
3. Existencia de servicios públicos de abastecimiento de agua, evacuación de residuales líquidos y aguas de lluvia, y de recolección de desechos sólidos.

 4. Protección contra la contaminación del aire por gases, humos y polvos.

 6. Existencia de servicios de extinción de incendios.

 7. Existencia de servicios públicos, centros comerciales e instituciones culturales, educacionales, recreativas y sanitarias comunicados con las viviendas por los servicios de transporte público y por calles peatonales con sus aceras.

8. Protección contra los incendios que puedan amenazar la salud y el bienestar de los habitantes.

**Requisitos fundamentales de una vivienda y de un núcleo de población urbana para ser considerados saludables.**

* Número de habitaciones adecuado de manera que evite hacinamiento ni en los dormitorios ni en los cuartos de estar
* Tener una disposición que permita a los ocupantes aislarse entre sí cuando lo deseen y evitar las molestias del exterior
* Tener una separación adecuada entre los dormitorios de adultos y adolescentes de distintos sexos salvo en el caso de los matrimonios y entre la vivienda propiamente dicha y los locales para animales domésticos
* Tener un abastecimiento de agua potable en cantidad para todos los usos domésticos y en el interior de la vivienda
* Tener un sistema higiénico de eliminación de aguas residuales y desechos sólidos
* Tener instalaciones adecuadas para el baño y el lavado
* Tener instalaciones adecuadas para de cocina, comedor, despensa, y armarios para enseres domésticos y efectos personales
* Tener protección adecuada contra el calor, el frío, el ruido y la humedad
* Tener ventilación suficiente y aire exento de sustancias tóxicas y nocivas

**8.3 Medio residencial**

Recinto donde el hombre encuentra protección contra los elementos, a cubierto de fuerzas hostiles, que le permite trabajar con más vigor, vivir con comodidad y satisfacción, proteger sus bienes personales y preservar su intimidad y la de su familia, que significa algo más que una simple estructura material.

**Vivienda**
Cualquier edificio o parte de él que se ocupe como hogar para residir de modo habitual en un ambiente familiar.

Una estructura o porción de la misma usada exclusivamente para habitación humana. Una unidad residencial autocontenida para una familia con acceso propio desde un lugar público. También se le define como el ambiente físico inmediato, tanto dentro como fuera de los edificios, en el cual viven las familias y el cual sirve como refugio.

**Requisitos sanitarios** que pudieran ser empleados como normas mínimas a cumplir en las viviendas.

a) Las viviendas tendrán un abasto de agua de buena calidad, en cantidad suficiente y con presión adecuada. El agua llegará al interior por tubería y el sistema será inspeccionado con periodicidad para evitar deterioros que puedan provocar pérdidas.

En las grandes ciudades la cantidad de agua suministrada a las viviendas será aproximadamente 270 L/persona/día. En las pequeñas comunidades y aldeas son suficientes 120 L/hab/día. En las viviendas rurales con sistema de abasto propio se deben garantizar por lo menos 75 L/persona/día.

 b) El sistema de evacuación de excretas y residuales estará en dependencia de que la vivienda disponga o no de agua corriente a presión y de su ubicación o no en una zona urbanizada. En caso de existir sistema de alcantarillado, las viviendas serán conectadas al mismo. En las zonas urbanas con acueducto y sin alcantarillado, las viviendas deberán contar con un sistema individual de disposición de excretas con arrastre hídrico (por ejemplo: tanque séptico y pozo absorbente). En las zonas suburbanas y rurales sin agua corriente, la eliminación de excretas se realizará mediante letrina sanitaria o un sistema similar.

 c) La disposición de desechos sólidos se realizará en depósitos con tapa u otro método que garantice la no procreación de vectores, los que se mantendrán siempre tapados en el interior de la vivienda, y no se permitirá colocarlos en azoteas, patios u otros lugares accesibles a los animales domésticos.

 d) La temperatura ambiente óptima de las viviendas durante el verano no debe exceder de 26 ºC cuando la humedad relativa es de 30 %, ni de 24 ºC cuando la humedad sea de 60 %. En el invierno la temperatura ambiente debe mantenerse entre 18 y 22 ºC para una humedad relativa superior al 30 % y una movilidad del aire igual o inferior a 0,1 metro por segundo.

 En los climas templados y fríos puede ser necesaria la calefacción en el invierno. En los países de clima cálido será conveniente la ventilación artificial en el verano.

 e) En un medio residencial saludable la intensidad del ruido en el interior de las viviendas no debe exceder de 50 dB(A) en horas del día y de 40 dB(A) en horas de la noche.

 f) La iluminación y ventilación naturales se garantizarán en la vivienda con una superficie efectiva mínima de huecos de puertas y ventanas al exterior del 20 % del área del piso, y además debe procurarse que la ventilación sea cruzada.

 En las viviendas ubicadas en climas templados, con sistema de ventilación artificial, la renovación del aire en los locales debe hacerse a razón de unos 0,5 m3 por minuto y por persona.

 g) El puntal libre mínimo para las viviendas será de 2,50 m, siempre que se cumplan las normas de ventilación y aislamiento térmico.

 h) Los pisos en planta baja han de tener un nivel por encima del terreno, de la acera o de la rasante de la calle, de 15 cm como mínimo. Los pisos serán impermeables, de fácil limpieza y deben evitarse las grietas y saltillos injustificados.

 i) Las paredes serán de material resistente y de fácil limpieza, tendrán un acabado y color de buena reflexión a la luz (50 %) y cierto grado de impermeabilidad, aislamiento térmico y acústico.

 j) Los techos serán de material resistente, impermeable y de aceptable aislamiento térmico y acústico, de fácil limpieza y con un alto índice de reflexión a la luz.

 k) Los dormitorios deben tener una superficie mínima de 9 m² y la dimensión mínima horizontal será de 2,50 m; además tendrán una capacidad adicional destinada a closets.

 l) Los servicios sanitarios, baños y otros lugares sometidos a la acción del agua, estarán provistos de zócalos impermeables hasta una altura no menor de 1,50 m. En el resto de la vivienda se colocarán rodapiés sanitarios de 10 cm de altura mínima en la unión del piso y las paredes, con el objeto de proteger de la humedad y de la acción de los roedores.

 m) Los pasillos exteriores serán de 1 metro o más de ancho, y los interiores tendrán un ancho mínimo de 90 cm.

 n) Las escaleras exteriores de acceso a la vivienda deben tener un ancho libre no menor de 1 m y cada rama de la escalera no tendrá más de 12 escalones. Cada escalón tendrá 15 cm de altura, y una profundidad de 27 cm. Las escaleras interiores tendrán un ancho mínimo de 80 cm. La altura de los pasamanos de las escaleras no será mayor de 95 cm ni menor de 80 cm.

**La vivienda en las zonas rurales**

 La dispersión de la vivienda rural en la mayoría de los países dificulta la labor sanitaria, aún con el más elemental de los servicios. Esta problemática puede abordarse en dos formas diferentes, según se encuentren las viviendas rurales agrupadas en pequeñas comunidades, o por el contrario, que se trate de la vivienda rural aislada.

En algunos países, sobre todo en aquellos que cuentan con un sistema económico en que los campesinos laboran en granjas agrícolas estatales o agrupan voluntariamente sus tierras en cooperativas de producción agropecuaria, se crean condiciones favorables para la unión de los núcleos familiares en centros comunales, en cuyas viviendas se pueden cumplir los requisitos mínimos de una vida confortable:

* Suministro de agua potable procedente de una fuente única.
* Sistema público de evacuación de aguas residuales..
* Servicio de recolección de desechos sólidos.
* Servicio de atención médica.
* Centro escolar.
* Servicio de electricidad.
* Centro comercial.
* Vías de acceso adecuadas.

En estas comunidades dotadas de viviendas higiénicas se facilita la realización de una labor encaminada a la elevación de la cultura sanitaria del campesino, mejorando sus hábitos, su educación y conducta social y por consiguiente, su salud en el más amplio concepto de esta palabra.

**8.4** Las viviendas existen en un entorno que presenta riesgos sociales para la salud y ofrece medios de protegerla y promoverla. Esos riesgos y los medios suelen ser muy diferentes en las zonas urbanas y en las rurales. La población urbana se enfrenta con los problemas del hacinamiento, el ruido, la contaminación del aire, la delincuencia, la pobreza, la congestión y los peligros del tránsito y el aislamiento social, si bien tiene por lo común mejor acceso a servicios de todo tipo. En las zonas rurales, el aislamiento físico, la pobreza y la falta de servicios sanitarios y de apoyo financiero pueden agravar los riesgos para la salud.

**Estudio Independiente.**

Basado en el estudio de viviendas saludables:

1-Visite una vivienda y determine si esta cumple con los requisitos para ser considerada saludable.

 2-Basado en el desarrollo de la clase clasifique su vivienda según normas y enuncie las deficiencias que usted considera que le pueden provocar presencia de enfermedades causadas por estas.

**Bibliografía Básica.**

* Conrado del Puerto Quintana. Higiene del Medio. T. I. Ed. Pueblo y Educación.1984, La Habana. Cuba.
* Colectivo de autores. Higiene y Epidemiología. Ed. Ciencias Médicas. 2003. La Habana. Cuba.
* Colectivo de autores. Agua y salud. Ed. Ciencias Médicas.2009. La Habana. Cuba
* Aguiar Prieto Pablo H, Aguiar Acosta M, Martí Pérez M. ABC de la Higiene. Ed. Ciencias Médicas.2008. La Habana. Cuba.

Rodríguez Mendoza Humberto, Manual de Técnicas y Procedimientos para Higiene y Epidemiología. Ed. Ciencias Médicas La Habana. 2012