

# Prácticas seguras para los desechos humanos

*Hay inodoros [retretes o escusados] de todas las formas y tamaños. No importa qué tipo de inodoro utilice, estas prácticas ayudarán a la familia a evitar enfermedades relacionadas con la eliminación de desechos humanos peligrosos.*



## INODORO CON CISTERNA

1. Evite tocar superficies innecesariamente.
2. Siéntese en el inodoro como en una silla.
3. Utilice papel sanitario [higiénico] para limpiarse.
4. Si es posible, arroje el papel en el inodoro. De lo contrario, arrójelo a la basura.
5. Siempre descargue el agua del inodoro.
6. Deseche la basura.
7. Lávese las manos con jabón durante 20 segundos.



## INODORO EN CUCLILLAS

1. Acomódese la ropa alrededor de las rodillas.
2. Póngase en cuclillas sobre el inodoro, sin tocarlo.
3. Utilice papel sanitario para limpiarse.
4. Si es posible, arroje el papel en el inodoro. De lo contrario, arrójelo a la basura.
5. Si es posible, descargue el agua del inodoro.
6. Deseche la basura.
7. Lávese las manos con jabón durante 20 segundos.



## BAÑO AL AIRE LIBRE O EN AUSENCIA DE RETRETE

1. Elija un sitio alejado de la gente, de las casas y del agua.
2. Cave un hoyo de 15 cm de profundidad.
3. Póngase en cuclillas sobre el hoyo.
4. Utilice papel sanitario u hojas vegetales suaves para limpiarse.
5. Coloque el papel o las hojas en el hoyo. Llénelo con tierra, lodo y rocas.
6. Asegúrese de no dejar rastros de desechos.
7. Lávese las manos con jabón durante 20 segundos.

