



SEQUIAS

Tenga en cuenta que los mensajes básicos se incluyen en la sección anterior: Mensajes clave para todos los riesgos de la casa y para la planificación familiar en caso de desastre. También se dispone de mensajes separados en referencia a otros peligros en concreto.

La sequía es un fenómeno de evolución lenta que consiste en un período prolongado de lluvias, nevadas o deshielos anormalmente bajos, que se traduce en la reducción de las aguas subterráneas, aguas superficiales y/o niveles de embalses. La escasez de agua para beber, higiene y riego tiene un impacto en la capacidad para sostener la agricultura, la ganadería y los medios de vida, y puede conducir a la inseguridad alimentaria, a la propagación de enfermedades, desnutrición y hambruna, migración y desplazamiento y pérdidas económicas. La sequía también puede ejercer negativamente sobre la generación de energía, el transporte y las necesidades comerciales o industriales.

Los períodos de sequía inusual son una característica normal y recurrente del clima, y suelen ser

predecibles. Sin embargo, también se ven influenciados por la degradación causada por el uso humano del suelo, la construcción de presas y el cambio climático. La vulnerabilidad se ve agravada por los siguientes factores:

- presión demográfica
- inseguridad alimentaria
- sistemas económicos que son estrictamente dependientes de la agricultura de secano
- infraestructura deficiente, incluidos los sistemas de riego, abastecimiento de agua y saneamiento
- condiciones de salud
- estacionalidad
- ausencia de sistemas de alerta
- otras condiciones concomitantes económicas y políticas.



IDENTIFIQUE Y PLANIFIQUE

MENSAJES CLAVE	Detalles específicos según el contexto
<p>Mantengase informado o informada</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conozca los pronósticos climáticos mensuales, estacionales y de largo plazo, y lo que estos pueden implicar para su área. • Comprenda las condiciones climáticas óptimas para diferentes practicas agrícolas y requerimientos hídricos y compárelas con las practicas actuales. • Infórmese sobre los canales de comunicación para la alerta temprana sobre sequias en su comunidad.
<p>Trabaje con sus vecinos y vecinas y con la comunidad para presentar los impactos de las sequias</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Participe en el mapeo del riesgo, mapeo de capacidades y en el monitoreo de las sequias en la comunidad. • Trabaje con autoridades locales para desarrollar un plan de preparación frente a sequias. • Trabaje con los proveedores locales de agua para desarrollar un plan de conservación de agua.
<p>Participe en la planificación del racionamiento de agua y alimentos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Planifique para una ración básica inicial de alimento equivalente a unas 2.100 calorías por persona por día. La ración de alimentos debe ser tan simple como sea posible e incluir: <ul style="list-style-type: none"> • un alimento básico, tal como arroz, maíz, harina de trigo o mezcla de maíz-soja • una fuente concentrada de energía (aceite u otra grasa) • una fuente concentrada de proteína, tal como frijoles, guisantes o arvejas, lentejas. • Aprenda acerca de las personas más vulnerables de su comunidad, incluyendo quienes son y dónde están y cómo usted puede ayudarles.
<p>Considere el agua como un recurso comunitario y planifique cómo corresponde</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Trabaje con las autoridades locales siempre que sea posible para planificar y reducir los impactos de la escasez de agua. • Identifique los recursos hídricos y aprenda a conservarlos y prolongarlos. • Planifique su propio uso del suelo considerando la conservación del agua.
<p>Evalúe los riesgos de epidemia y planifique su prevención</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Manténgase en contacto con sus proveedores de atención primaria de salud y aprenda sobre: <ul style="list-style-type: none"> • cómo mantener el agua limpia o cómo purificarla • buenas prácticas de saneamiento e higiene • programas de inmunización disponibles riesgos en el aire, agua o transmitidos por vectores que puedan afectarle • qué tipo de información comunicar.
<p>Planifique mejorar la seguridad alimentaria de su hogar</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Adquiera un seguro de cosechas. • Plante huertos caseros. • Establezca bancos de semillas. • Almacene alimentos para usarlos en tiempos de escasez. • Busque fuentes alternativas de ingreso para cubrir el déficit alimentario. • Monitoree la situación del pastoreo y del forraje para el ganado.



Mitigue los riesgos: físicos y ambientales

Mensajes clave	Detalles específicos según el contexto
Participe en la gestión comunitaria de los recursos hídricos	<ul style="list-style-type: none"> • Proteja las zonas de captación de agua de la evaporación y la contaminación (por ejemplo, causada por pesticidas) y reduzca los residuos.
Evite la deforestación y practique la reforestación	<ul style="list-style-type: none"> • Proteja las zonas de captación de agua de la deforestación. • Reforeste zonas de captación de agua.
Conserve el agua en el suelo por medio de prácticas sostenibles de agricultura y jardinería	<ul style="list-style-type: none"> • Plante arboles – especialmente especies que necesiten poca agua - y cubra sus alrededores con mantillo. • Utilice el mantillo y otras cubiertas de cultivos para capturar o retener el agua y reducir la evaporación • Recicle el agua de riego. • Evite desperdiciar el agua de riego debido a canales de riego de mala calidad. • Identifique y cultive especies de maduración temprana tolerantes a la sequía. • Reduzca la escorrentía y mejore la infiltración del agua de lluvia plantando barreras, tales como vetiver, hierba de limón o agave. • Implemente la diversificación de cultivos y el intercalado de los mismos para mejorar el rendimiento al hacer que las plantas se complementen y apoyen mutuamente. • Evite la agricultura de tala y quema. • Practique la agricultura de conservación. Esto implica: <ul style="list-style-type: none"> • asegurar la mínima perturbación mecánica del suelo (técnicas de 'cero labranza') para conservar los minerales, detener la erosión y prevenir la pérdida de agua • administrar la capa superior del suelo para crear una cubierta orgánica permanente, lo que permite el crecimiento de organismos • practicar la rotación de cultivos con más de dos especies. • Incremente la fertilidad del suelo y la retención de agua mediante el uso de abono animal y abonos vegetales para agregar nutrientes y materia orgánica al suelo. • Reemplace los sistemas de rociado con riego por goteo, aplicado cerca de las raíces para evitar el desperdicio. • Utilice un indicador de la humedad del suelo para ver cuando es necesario regar. Riegue el jardín o la cubierta de tierra temprano en el día y no en días ventosos. • Coloque caminos verdes y asfalto permeable al agua en lugar de hormigón.

<p>Conserve agua minimizando su uso en exteriores</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Inspeccione las tuberías y grifos exteriores para encontrar fugas, y repárelas. • Almacene agua en el hogar. • Cubra los pozos para reducir la evaporación. • Capte agua de lluvia en tanques sobre o bajo tierra. (Nota: el agua de lluvia puede necesitar tratamiento de purificación antes de que sea apta para el consumo.) • Use alternativas al agua para el lavado (por ejemplo, arena). • Evite el sobre-pastoreo y gestione la carga animal. • Recicle el 'agua gris' en el hogar, para los inodoros; así como para riego y para los jardines caseros. • Recicle el agua de pecera para uso de las plantas. • Reduzca el consumo de agua mediante el diseño paisajístico que utilice plantas de bajo consumo y jardines de roca. En condiciones de lluvia apague rociadores automáticos. • Conserve el agua en exteriores limpiando los caminos con una escoba (no agua), lavando los automóviles con una cubeta y cubriendo las piscinas para reducir la evaporación. • Aplique aislamiento en las tuberías de agua caliente. • Explore métodos alternativos de uso de agua en caso los animales usen la misma fuente que utilizan las personas,.
<p>Ménagez les ressources en eau en économisant l'eau à l'intérieur</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Inspeccione tuberías, grifos e inodoros para que no haya fugas y repárelas si las encuentra. • Conserve el agua en el hogar. Por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> • Cierre grifos al lavarse los dientes o afeitarse. • Tome duchas más cortas. • Instale grifos de aireación y cabezales de ducha de bajo flujo. • Lave las verduras en un recipiente en vez de bajo el chorro de agua. • Limpie grasa en las manos con un limpiador de manos que no necesite agua. • Instale inodoros de compostaje o inodoros de bajo volumen, o coloque un ladrillo o una bolsa de agua sellada en la cisterna del inodoro para reducir la descarga de agua. • Lave los platos utilizando dos tinas, en lugar de hacerlo bajo el chorro de agua. • Haga que el ajuste de la carga en la lavadora de ropa, coincida con la cantidad de ropa, o lave solamente cargas completas.
<p>Protéjase a sí mismo en su hogar</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cierre ventanas y puertas para mantener el calor afuera. • Cree flujos de ventilación natural dentro de la casa. • Beba mucha agua. • Limite el uso de estufas y cocinas de fuego.

* Kadihasanoglu A. Guide on how to secure food and livelihoods of communities in a pandemic influenza. Genève, IFRC, 2009



Preparese para la respuesta: desarrolle capacidades y almacene provisiones

Mensajes clave	Detalles específicos según el contexto
Almacene alimentos esenciales	<ul style="list-style-type: none"> Tenga en cuenta en cuál de los tres niveles de seguridad o inseguridad alimentaria usted se puede encontrar: <ul style="list-style-type: none"> auto-suficiente inseguridad alimentaria inseguridad alimentaria y de medios de vida
Conservez et stockez des vivres toute l'année	<ul style="list-style-type: none"> Conserve y almacene alimentos secos, enlatados y granos que duren 3-12 meses. Almacene levadura seca, azúcar, mermeladas, chutneys, salsas, hojas de te, mantequilla de maní y galletas. Almacene productos para preparar comidas frescas en el hogar, tales como: yogur (leche en polvo, agua y cultivo de yogur), hierbas, semillas germinadas (brotes de frijol, semillas de cebolla).
Conozca los principios de la buena alimentación	<ul style="list-style-type: none"> Bajo condiciones normales, un adulto debe beber aproximadamente dos litros de agua al día, aunque esta cantidad puede aumentar o disminuir dependiendo de las circunstancias. Planifique para una ración básica de alimento equivalente a unas 2.100 calorías por persona por día. Esta debería ser tan simple como sea posible, e incluir: <ul style="list-style-type: none"> un alimento básico tal como arroz, maíz, harina de trigo o mezcla de maíz-soja una fuente concentrada de energía (aceite u otra grasa) una fuente concentrada de proteína, tal como legumbres (frijoles, guisantes o arvejas, lentejas*). Aprenda acerca de las personas más vulnerables de su comunidad, incluyendo quienes son y dónde están, y cómo usted puede ayudarles. Amplie las dietas mediante el cultivo de alimentos en huertos caseros y la recolección. Para una buena alimentación, coma todos los días de cada uno de estos cuatro grupos alimenticios:

	<p>Grupo 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • vegetales y frutas secas • vegetales y frutas enlatadas/en conserva • vegetales y frutas embotelladas • jugos de vegetales y de fruta • hierbas secas • pasta de tomate • productos que se pueden almacenar (en el frío y la oscuridad) por periodos relativamente largos, tales como el ajo, la cebolla, papa, manzanas, cítricos, zanahoria y repollo o coliflor.
	<p>Grupo 2</p> <ul style="list-style-type: none"> • guisantes o arvejas, frijoles y lentejas • frijoles enlatados • leche en polvo (con toda su grasa),leche evaporada o de larga duración • queso que no requiera refrigeración • carnes y pescado deshidratado • carne y pescado enlatado/en conserva <p>Grupo 3</p> <ul style="list-style-type: none"> • granos tales como sorgo, mijo, arroz, maíz o trigo • yuca, ñame o plátano • pastas, cereales o harina • pan de todo tipo • galletas saladas • fideos • productos instantáneos, tales como pure de papa deshidratado <p>Groupe 4</p> <ul style="list-style-type: none"> • aceite • semillas, incluidas las de sésamo y girasol. • Si no se dispone de alimentos frescos, los suplementos vitamínicos son recomendables. Use sal y condimentos para hacer la comida más sabrosa.
<p>Reduzca la pérdida de ganado</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gestione los pastizales o tierras de pastoreo para proteger el ganado. • Determine el número óptimo de animales que el hogar puede mantener. • Planifique la reducción del inventario de animales antes de que la crisis les afecte seriamente. • Utilice los forrajes para mantener a los animales más importantes: las madres y las crías y otros animales productivos/valiosos. • Conserve una parte del ingreso proveniente de la reducción del inventario para la repoblación después de las crisis de sequía. • Utilice servicios veterinarios para garantizar la salud de su ganado.

* Kadihasanoglu A. Guide on how to secure food and livelihoods of communities in a pandemic influenza. Genève, IFRC, 2009