

Lista gratuita

Agua e higiene durante un corte de electricidad

Asegurar agua potable, usar agua de servicio, mantener la higiene y evitar problemas con el sanitario.

Importante

Esta lista te ayuda a separar claramente el agua: el agua potable es para beber, cocinar y medicamentos. El agua de uso general es para sanitario, limpieza y aseo básico.

Esta lista de verificación está hecha de forma práctica. No sustituye advertencias oficiales, asesoría médica ni una evaluación profesional de riesgos especiales. En caso de peligro inmediato, tienen prioridad el número de emergencias, la información de autoridades locales y los canales oficiales de alerta.

1. Asegurar agua potable de inmediato

- Llenar botellas, garrafones, ollas o recipientes con tapa y limpios con agua potable.
- Usar para agua potable solo recipientes limpios y aptos para alimentos.
- Etiquetar recipientes: agua potable / fecha.
- Guardar el agua potable en un lugar fresco, oscuro y separado de químicos.
- Reservar primero agua para medicamentos, biberones y cuidados.

No confundir

Bañera, cubeta o bote de limpieza pueden servir para agua de uso general, pero no son automáticamente aptos para agua potable.

2. Preparar agua de uso general

- Llenar bañera, tinas o cubetas con agua mientras todavía haya agua de la llave.
- Etiquetar claramente el agua de uso general o guardarla separada físicamente.
- Usar agua de uso general para descarga del sanitario, limpieza y aseo básico.
- No beber agua de recipientes abiertos, sucios o no aptos.

3. Plan diario: racionar el agua

Uso	Prioridad	Nota
Beber	muy alta	tomar cantidades pequeñas con regularidad, especialmente con calor
Medicamentos/bebé/cuidados	muy alta	reservar por separado
Cocinar	alta	alimentos sencillos con poca agua
Lavarse las manos	alta	protección contra infecciones

Uso	Prioridad	Nota
Sanitario/limpieza	media	usar agua de uso general
Ducha/ropa	baja	solo si hay suficiente reserva

4. Higiene con poca agua

- Antes de comer, tomar medicamentos o brindar cuidados, limpiar siempre las manos.
- Usar jabón si hay agua disponible.
- Tener gel antibacterial como reserva.
- Usar toallitas húmedas solo como complemento, no como solución permanente.
- Mantener lo más limpias posible las superficies de cocina y baño.
- Separar estrictamente alimentos crudos y listos para comer.

5. Sanitario sin descarga normal

- Revisar antes si el drenaje funciona normalmente. Si hay retorno de aguas o inundación, no seguir descargando.
- Si hay agua disponible: descargar manualmente el sanitario con agua de uso general.
- Si no es posible descargar: preparar un sanitario de emergencia.
- Forrar una cubeta con una bolsa de basura resistente.
- Después de usarla, cubrir con arena para gato, aserrín o material similar.
- Cerrar bien la bolsa y guardarla lejos de niños y protegida de animales.
- Limpiar las manos de forma constante después.

Importante

Un sanitario de emergencia es incómodo, pero mejor que improvisar de forma antihigiénica. Lo decisivo es separar, cubrir, cerrar bien y mantener higiene de manos.

6. Preparar comida con poca agua

- Usar primero alimentos que requieran poca agua.
- Aprovechar el líquido de las conservas cuando sea adecuado.
- Reducir el uso de trastes: una taza, un plato y un cubierto por persona.
- Limpiar las ollas de inmediato antes de que los restos se sequen.
- Si el agua no es segura, no lavar alimentos con ella.

7. Situaciones especiales

- Bebés: planear agua limpia adicional, higiene de biberones y alimento adecuado.
- Personas mayores/cuidados: planear más agua para aseo personal y medicamentos.
- Mascotas: no olvidar agua potable y necesidades de limpieza.
- Calor/clima tropical: aumentar claramente la necesidad de agua.
- Enfermedad/diarrea/fiebre: planear más agua potable e higiene.

8. Plan personal de agua

Persona/animal	Agua potable por día	Reserva para 3 días
Persona adulta 1		
Persona adulta 2		
Niño/bebé		
Mascota		
Cuidados/medicamentos		

Reserva de agua potable revisada el: _____

Recipientes para agua de uso general disponibles: _____

Material para sanitario de emergencia disponible: _____

Gel antibacterial/jabón disponible: _____

Orientación técnica

Los contenidos fueron redactados de forma independiente y estructurados para Blackout-Tip.com. En lo técnico se orientan en recomendaciones públicas de organismos oficiales:

- Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK): guías y listas de verificación para la preparación ante emergencias.
- Ready.gov / FEMA: recomendaciones sobre kit de emergencia, agua, alimentos y comportamiento durante apagones.
- CDC / FoodSafety.gov: indicaciones sobre seguridad alimentaria durante cortes de electricidad.

Nota para el sitio web: Este PDF está pensado como descarga gratuita. Puede ponerse a disposición en blackout-tip.com y reutilizarse internamente. Para las referencias externas dentro de los artículos, las fuentes oficiales deberían enlazarse adicionalmente.