

EL Agua



Nuestros antepasados utilizaron el agua y la cuidaron, le rindieron culto. El agua fue siempre un símbolo de vida. También para nosotros el agua es uno de los elementos naturales indispensables en nuestra vida. La encontramos en muchos lugares y en diferentes formas, como en los lagos, en los ríos en forma de lluvia, la encontramos en manantiales y caídas de agua y también encontramos el agua bajo tierra.

Construimos nuestros hogares en sitios muy cerca del agua, porque es indispensable para vivir. La utilizamos para regar nuestras plantas y cultivos porque el agua da vida a las cosechas. También los animales necesitan el agua para vivir. Sin agua no podemos preparar nuestros alimentos y calmar nuestra sed.

Necesitamos el agua para asear nuestro cuerpo y lavar nuestra ropa. Pero a pesar de que el agua es indispensable en nuestras vidas no sabemos cuidarla, como cuando echamos en ella la basura, los desperdicios y animales muertos. También la ensuciamos cuando hacemos la caca cerca del río: la lluvia arrastra la caca hacia el río y contamina el agua.

Cuando lavamos la ropa en el río dejamos allí la suciedad de nuestras ropas, Sin pensar que río más abajo lo niños toman esta agua. Y el agua llena de jabón la recogemos para preparar nuestros alimentos.

Cuando bebemos agua sucia nos enfermamos con fiebre, con vómitos, dolor de estómago y tendremos parásitos. Porque en el agua, aunque la veamos, limpia y clara hay unos animalitos muy pequeños, más pequeños que la pulga y el piojo, que no podemos ver a simple vista. Estos animalitos sólo se pueden ver a través de un aparato que se llama microscopio y que aumenta el tamaño de las cosas muy pequeñas y de las que no podemos ver. Cuando tomamos una gota de agua y la colocamos en un vidrio y lo ponemos al microscopio, recién podemos ver una gran cantidad de animalitos que se llaman microbios. Estos microbios, están vivos y muchos de ellos nos enferman. Y muchas de estas enfermedades nos pueden llevar a la muerte.

Cuando lavamos la ropa en el río dejamos allí la suciedad de nuestras ropas, Sin pensar que río más abajo lo niños toman esta agua. Y el agua llena de jabón la recogemos para preparar nuestros alimentos. Cuando bebemos agua sucia nos enfermamos con fiebre, con vómitos, dolor de estómago y tendremos parásitos. Porque en el agua, aunque la veamos, limpia y clara hay unos animalitos muy pequeños, más pequeños que la pulga y el piojo, que no podemos ver a simple vista. Estos animalitos sólo se pueden ver a través de un aparato que se llama microscopio y que aumenta el tamaño de las cosas muy pequeñas y de las que no podemos ver. Cuando tomamos una gota de agua y la colocamos en un vidrio y lo ponemos al microscopio, recién podemos ver una gran cantidad de animalitos que se llaman microbios. Estos microbios, están vivos y muchos de ellos nos enferman. Y muchas de estas enfermedades nos pueden llevar a la muerte.

Una de las formas para prevenir la enfermedad causada por los microbios es hirviendo el agua. Por lo tanto, el agua que traemos de los pozos, de los caños, del río, para tomarla hay que hervirla todos los días, en una olla muy limpia, porque la única manera de matar los microbios es con el calor. Por eso necesario dejar hervir el agua durante un rato.



Muchos de nosotros no hervimos el agua porque creemos que el agua hervida tiene mal sabor. El agua que se hierve se deja reposar en una vasija de barro muy limpia; así recobra su sabor natural; se le pone una tapa para evitar que la suciedad y las moscas caigan en la olla, y se coloca en un lugar al alcance de todos. Cuando tengamos sed bebamos el agua hervida de la vasija., y enseñemos a los niños a tomarla para que no corran el peligro de enfermarse.

La mujer embarazada al momento del parto no debe olvidar hervir agua, porque con agua hervida se lava a la madre después del parto y se limpia al recién nacido. El agua hervida evita infecciones a la madre y al bebé. Aunque los bebés lloren cuando los bañamos, hay asearlos muy bien, todos los días. Cuando hervimos agua hay que dejar un poco para bañar con ella al bebé.

Cuando los niños ya no toman leche del pecho de su madre, hay que darles su leche todos los días, preparando su leche y los mates con agua hervida, para que no se enfermen del estómago.

Cuando hay una herida, se limpia con agua hervida para evitar que los microbios que están el agua aumenten la infección. Para prevenir las enfermedades no sólo ay que hervir el agua que usamos, también hay que cuidar las fuentes de agua.



Las fuentes de agua

Una de las formas de cuidar el agua es lavando la ropa en una tina fuera del río, para no contaminar el agua del río. El agua que queda sucia se bota a la tierra. Otra forma de cuidar el agua es con cañas para recoger el agua en un cauce, y evitar que se pierda. También podemos utilizar piedras o usar otro material para hacer los canales, y evitaremos que el agua arrastre la tierra de los bordes y la ensucie. En los brotes de agua, que en muchas partes llaman “ojos” de agua, cae tierra cuando pasan los animales cerca de ellos y también cuando sacamos el agua. El agua entonces, estará muy sucia. Para evitarlo podemos limpiar y mejorar estas fuentes de agua con la ayuda de toda la comunidad.

Para cuidar las fuentes de agua, necesitamos limpiar los alrededores, sacando pajas y basuras para que el lugar quede limpio. Con pico y lampa se hace un borde alrededor del ojo de agua. Se agranda el hueco para facilitar sacar el agua. La tierra, piedras y barro que sacamos también hay que llevarlos lejos. Una vez que esté limpio el terreno, conseguimos material para colocar en los bordes, material de la zona, para que no cueste mucho dinero. Podemos utilizar piedras, guadua, y hasta cemento. Si el ojo de agua está profundo, se pueden hacer unas gradas. Para las gradas utilizamos piedras grandes y lisas que permiten bajar hasta el agua. Cuando el borde este listo se va colocando primero las piedras más grandes asegurándolas con piedras más chicas. Terminado el borde y las gradas se limpia el borde de las piedras y el barro que han caído dentro durante el trabajo. Cuando haya brotado nuevamente el agua, el ojo de agua estará listo para servir a toda la comunidad.

A los animales es necesario construirles su propio bebedero, para que no ensucien y contaminen el agua de nuestros ojos de agua. El ojo de agua que hemos terminado lo protegemos de paja, piedras y animales construyendo un muro. Este puede ser de piedra, o de troncos, o de materiales de la zona. También puede protegerse el agua construyendo pequeñas grutas en piedra: la protegeremos del viento, del polvo y de los animales.

Algunas comunidades reciben el agua de pilas, o pozos que tienen llaves metálicas. Para no desperdiciar el agua hay que cerrar las llaves cuando no se necesita, para que todos podamos tener agua.

Cómo obtener el agua

Mucha gente vive lejos de las fuentes de agua, y para recogerla gastan tiempo y energía en largas caminatas. Otras comunidades están ubicadas donde las fuentes están bajo tierra. Estos pueblos pueden obtener el agua construyendo sus propios pozos con ayuda de las autoridades y los técnicos del Centro de Salud. Veamos algunos de los criterios que hay que considerar en la construcción de un pozo. Lo más importante es la selección del sitio, si hay una letrina en este sitio la distancia entre el pozo y la letrina debe tener como mínimo 35 metros de distancia.

Un pozo debe estar alejado de la letrina, porque una fuente de agua bajo la tierra alimenta el pozo; la letrina tiene un agujero profundo, y a través de suelo se podría contaminar el agua del pozo con la suciedad de la letrina. Por ello, la letrina, debe estar ubicada a una distancia de 35 a 200 metros del pozo.

Otro criterio que hay que tener en cuenta en la construcción de un pozo, es recubrir las paredes del pozo con cemento en sus tres primeros metros. Con esto evitamos que el agua de las lluvias y otros desperdicios de la superficie al filtrarse por las paredes de tierra del pozo contaminen el agua.

El agua se puede sacar con una manivela y un balde. La soga y el balde deben estar limpios para evitar que el agua se contamine con suciedad.

También se puede colocar una bomba sobre una tapa de cemento, la tapa además, cubre el pozo evitando que caigan piedras y basuras al agua.



En zonas donde hay mucho viento se puede obtener el agua bajo tierra construyendo molinos. Estos molinos necesitan un buen mantenimiento para que presten un buen servicio por mucho tiempo. La construcción de los pozos y de los molinos significa un gran trabajo y gasto de dinero, pero son un beneficio para toda la comunidad.