

Secretaria de
Saúde



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

2026 | 2027

CARTILHA

EL NIÑO E OS IMPACTOS À SAÚDE

**Preparação dos municípios para respostas
aos eventos climáticos extremos**

Orientações para a proteção da
população e dos animais



CIEVS-RJ

Centro de Informações Estratégicas de Vigilância
em Saúde do Estado do Rio de Janeiro

Unidade de Resposta Rápida



Comitê de Enfrentamento

EL NIÑO RJ



Governador do Estado

Ricardo Couto de Castro

Secretário de Estado de Saúde

Ronaldo Damião

**Subsecretária de Vigilância e
Atenção Primária à Saúde**

Silvia Cristina de Carvalho Cardoso

Organização e Elaboração Técnica:

Aline Maria Pereira de Almeida

Cristina Freire da Silva

Cristina Maria Giordano Dias

Gilvania de Lima Moura

Luciane de Souza Velasque

Maria Isabella Luiz da Silva

Rita de Cássia Peres Braga

Shenon Bia Bedin

Silvia Cristina de Carvalho Cardoso

Colaboradores:

Beatriz Garcia

Bruna Miguel

Halene Armada

Karen Athie

Keli Marini dos Santos Magno

Michelli Melo

Sandro Ribeiro

SUMÁRIO

O que é o El Niño e por que ele importa
para a saúde no Rio de Janeiro 04

Como usar esta cartilha
(código de cores por público) 06

Seção azul

Orientações para Gestores
(estaduais e municipais) 07

Seção verde

Orientações para Profissionais de Saúde 13

Seção laranja

Orientações para a População em Geral..... 18

Seção terracota

Cuidados com a Saúde Animal 24

Contatos úteis e canais de notificação 31

Referências..... 31

O QUE É O EL NIÑO E POR QUE ELE IMPORTA PARA A SAÚDE

O El Niño é a fase mais quente de um fenômeno natural chamado El Niño–Oscilação Sul (ENSO). Ele ocorre quando as águas do Oceano Pacífico ficam mais quentes que o normal, o que altera os ventos, a umidade e o regime de chuvas em escala global — inclusive no Sudeste do Brasil.

De acordo com o Climate Prediction Center da NOAA, encontramos-nos em um episódio de El Niño (“El Niño Advisory”), com expectativa de fortalecimento ao longo do segundo semestre de 2026 e alta probabilidade de persistência até o início de 2027. Historicamente, anos de El Niño estão associados a chuvas acima da média no verão do Sudeste brasileiro, aumentando o risco de alagamentos, inundações, enxurradas e movimentos de massa (deslizamentos) — os mesmos cenários que fundamentam o Plano de Contingência Complementar para Respostas aos Desastres Ocasionados por Chuvas Intensas e de Excesso de Calor da Secretaria de Estado de Saúde - SES/RJ.

Esses eventos geram impactos diretos e indiretos sobre a Saúde Única, afetando simultaneamente a saúde humana, animal e ambiental. Entre os principais impactos estão óbitos e ferimentos, interrupção do acesso aos serviços de saúde, contaminação de água e alimentos, proliferação de vetores e roedores, aumento de doenças transmissíveis, agravamento de doenças crônicas, sofrimento emocional para indivíduos, famílias e comunidades, deslocamento e perda de animais, além do comprometimento das condições sanitárias dos territórios afetados.

Os desastres também aumentam o risco de abandono, fuga, ferimentos e morte de animais domésticos, comunitários e de produção, reforçando a necessidade de que as ações de prevenção, preparação, resposta e recuperação contemplem

medidas de proteção e bem-estar animal, integradas às estratégias de vigilância em saúde e defesa civil.

O El Niño também traz um segundo tipo de risco, muitas vezes menos lembrado: segundo nota técnica conjunta do Instituto Nacional de Pesquisas Espaciais (INPE), Instituto Nacional de Meteorologia (INMET), Fundação Cearense de Meteorologia e Recursos Hídricos (Funceme) e Centro Gestor e Operacional do Sistema de Proteção da Amazônia (CENSIPAM) (abril/2026), há indicativos de condições mais secas para o estado do Rio de Janeiro na primavera (setembro a dezembro), combinadas a temperaturas acima da média em praticamente todo o país no segundo semestre de 2026 — o que eleva o risco de ondas de calor, estiagem, incêndios florestais e comprometimento da disponibilidade e qualidade da água. Ou seja, o mesmo fenômeno que aumenta o risco de chuvas intensas em determinados períodos também aumenta o risco de calor extremo e escassez hídrica em outros. Por isso, esta cartilha traz orientações para os dois cenários.

A preparação antecipada permite reduzir danos, proteger vidas, garantir a continuidade dos serviços de saúde e diminuir os impactos econômicos e sociais provocados pelos desastres. Municípios preparados respondem de forma mais rápida e coordenada às emergências.



IMPORTANTE: as previsões de El Niño indicam tendência climática, não uma garantia de que cada chuva será intensa. **Por isso a preparação prévia — e não apenas a reação no momento do evento — é a estratégia mais eficaz para reduzir danos, proteger vidas humanas, preservar o bem-estar animal e fortalecer a capacidade de resposta dos municípios.**

COMO USAR ESTA CARTILHA

Este material traduz o Plano de Contingência da SES/RJ em orientações práticas, organizadas por público-alvo e identificadas por cores. As recomendações foram elaboradas com base nos princípios da Saúde Única, reconhecendo que a proteção da saúde humana depende também da saúde animal e da preservação do ambiente. Cada gestor, profissional ou cidadão pode consultar diretamente a seção de seu interesse, embora a leitura integral favoreça a compreensão das ações integradas de prevenção, preparação, resposta e recuperação.

AZUL
GESTORES

VERDE
PROFISSIONAIS DE SAÚDE

LARANJA
POPULAÇÃO EM GERAL

TERRACOTA
SAÚDE ANIMAL

SEÇÃO AZUL

Orientações para Gestores Municipais

Gestores municipais de saúde são responsáveis por transformar o planejamento em capacidade de resposta.

As orientações abaixo seguem as três etapas do Plano de Contingência da SES/RJ: prevenção/preparação, resposta e recuperação, considerando os princípios da Saúde Única e a integração entre saúde humana, saúde animal e meio ambiente.

1. ANTES DA TEMPORADA DE CHUVAS — PREVENÇÃO E PREPARAÇÃO

- ▶ **Elabore/Atualize e articule o plano de ação municipal:** prepare o Plano de Contingência Municipal e alinhe-o ao Plano de Contingência Complementar da SES/RJ para chuvas intensas, com base na matriz de atividades x responsabilidades. Prepare um plano de ação para minimizar os efeitos do excesso de calor na saúde da população e dos animais, considerando a atuação integrada dos órgãos municipais.
- ▶ **Mapeie riscos e vulnerabilidades:** identifique áreas de deslizamento, alagamento e enxurrada, e as unidades de saúde localizadas nessas áreas ou em rotas de acesso comprometidas e os locais com maior concentração de animais, abrigos, organizações de proteção animal, para subsidiar ações preventivas.
- ▶ **Garanta insumos estratégicos:** verifique estoques de medicamentos, soros (inclusive antiofídico/anti veneno em seu município ou no polo de sua região), kits de coleta e Equipamentos de Proteção Individual (EPI), bem como avaliar a disponibilidade de recursos necessários para eventual apoio às ações de

proteção e bem-estar animal durante emergências.

- ▶ **Atualize o Plano de Chamada:** confirme contatos de plantão 24h de cada setor (CIEVS, Serviço de Atendimento Móvel de Urgência - SAMU, transporte inter-hospitalar - TIH, Vigilância Sanitária, entre outros) e teste os canais de comunicação, incluindo, quando existente, o órgão municipal responsável pela proteção e bem-estar animal.
- ▶ **Capacite as equipes:** promova formação sobre o Sistema de Comando de Operações (SCO) e os fluxos de acionamento por Nível de Criticidade (NC 0 a NC 5).
- ▶ **Realize exercícios simulados:** teste o plano com simulações antes do período crítico, avaliando tempo de resposta e comunicação entre setores.
- ▶ **Articule-se externamente:** mantenha diálogo permanente com a Defesa Civil municipal e estadual (SEDEC), o Centro Estadual de Monitoramento e Alertas de Desastres Naturais (CEMADEN/RJ), o Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Rio de Janeiro (CBMERJ) e as Secretarias municipal e estadual de Desenvolvimento Social e Direitos Humanos (SEDSODH).

2. DURANTE O EVENTO — RESPOSTA

- ▶ **Monitore o Nível de Criticidade (NC):** acompanhe a classificação divulgada pela Defesa Civil e ative o Plano Municipal de Contingência. Utilize as equipes da APS (Atenção Primária à Saúde) para apoiar a busca ativa e identificar as necessidades de saúde da população, principalmente em maior vulnerabilidade.
- ▶ **Ative o Centro de Operações de Emergência (COE-SES/RJ):** instale o Sistema de Comando de Operações, ou gabinete de crise, com a definição de pessoas responsáveis para atuar nas diferentes frentes de trabalho (Operações, Planejamento, Logística e Administração/Finanças).
- ▶ **Mantenha comunicação constante com o CIEVS/RJ e o Ponto Focal do Vigidesastres do seu Município:** o plantão CIEVS funciona 24h, 7 dias por semana, e deve ser o canal central de notificação de eventos e danos. O ponto focal é a referência municipal para informações, ações e respostas referentes às ocorrências do território.

(CIEVS-RJ: 21 98596-6553 ou notifica.ses.rj@gmail.com)

- ▶ **Acione o apoio complementar da SES caso seja necessário:** SAMU, Serviço de Transporte Inter-Hospitalar (TIH) e Superintendência de Operações Aéreas (SOAer/SES-RJ), conforme a gravidade da situação.
- ▶ **Centralize a comunicação com a mídia:** designe um porta-voz único para evitar informações conflitantes.
- ▶ **Registre tudo:** documente decisões, recursos mobilizados e ocorrências em formulários padronizados, para subsidiar a etapa de recuperação e as lições aprendidas.

3. DEPOIS DO EVENTO — RECUPERAÇÃO

- ▶ Avalie danos e necessidades da população e das unidades de saúde afetadas.
- ▶ Planeje e execute a desmobilização gradual dos recursos emergenciais.

- ▶ Inicie o retorno gradativo dos atendimentos da APS.
- ▶ Documente lições aprendidas, atualize o plano de contingência para o próximo ciclo de chuvas e envie as atualizações para equipe Vigidesastres Estadual.

4. ATENÇÃO PRIORITÁRIA AOS GRUPOS EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE

- ▶ Mapeie e cadastre, por território, idosos que moram só, gestantes, crianças pequenas, pessoas com deficiência ou mobilidade reduzida, obesos, pessoas com doenças não transmissíveis e com problemas graves de saúde mental e população em situação de rua, para priorização em alertas, evacuação e atendimento. Reforce com a Atenção Primária a necessidade da atualização do cadastro territorial e utilize o cadastro do e-SUS APS.
- ▶ Garanta rotas e transporte acessíveis para evacuação de pessoas com mobilidade reduzida e para o deslocamento de equipes até comunidades isoladas por deslizamentos ou alagamentos.
- ▶ Assegure estoque de medicamentos de uso contínuo (hipertensão, diabetes, saúde mental, entre outros) nos abrigos e unidades de referência, evitando a interrupção de tratamentos crônicos.
- ▶ Inclua as comunidades em áreas de risco (encostas, palafitas, ocupações irregulares) no planejamento com prioridade, dado que concentram maior exposição e menor capacidade de resposta própria.
- ▶ Garanta acessibilidade nos abrigos (rampas, banheiros adaptados, espaço para acompanhantes) e a presença de equipe de saúde mental e assistência social, com criação de espaços de escuta coletivos e protegidos.

5. DIANTE DA SECA, DA ESTIAGEM E DO CALOR EXCESSIVO

- ▶ Implemente um Plano Municipal de Contingência para Calor Extremo e Estiagem, articulado ao Plano de Contingência da SES/RJ e à Defesa Civil, com definição de gatilhos de acionamento a partir de alertas do INMET/Alerta Rio/CEMADEN-RJ. Garantindo a divulgação para todos os setores da SMS dos alertas emitidos pela equipe do Vigidesastres da SES/RJ, e enviados para o ponto focal do Vigidesastres do seu município.
- ▶ Mapeie e cadastre a população mais exposta ao calor: idosos que moram sós, pessoas em situação de rua, trabalhadores que atuam ao ar livre, gestantes, crianças e pessoas com doenças cardiovasculares, respiratórias ou renais.
- ▶ Garanta prioridade de abastecimento de água para hospitais, unidades de saúde e serviços críticos (como diálise), com plano de contingência para eventuais interrupções ou rodízio no fornecimento.
- ▶ Comunique com antecedência qualquer racionamento de



água, evitando impacto na rede de saúde e orientando a população sobre armazenamento seguro (recipientes bem tampados, para não formar criadouros do mosquito da dengue).

- ▶ Instale pontos de hidratação e “refúgios de calor” climatizados em espaços públicos, priorizando bairros mais quentes (ilhas de calor urbanas) e regiões com maior concentração de população vulnerável.
- ▶ Monitore o risco de incêndios florestais e a qualidade do ar, articulando-se com o Corpo de Bombeiros, Defesa Civil (CE-MADEN-RJ) e órgãos ambientais, com alerta específico para grupos com doenças respiratórias.
- ▶ Capacite equipe de saúde para o reconhecimento precoce e o manejo sintomas relacionados ao calor e agravos relacionados à escassez de água. Desenvolva na APS ações de educação em saúde com a finalidade de mitigar danos.
- ▶ Inclua a vigilância sanitária agropecuária e a defesa e bem-estar animal no planejamento, considerando os impactos da seca e do calor sobre a produção animal e o abastecimento de água para rebanhos.



SEÇÃO VERDE

Orientações para Profissionais de Saúde

Profissionais da Atenção Primária, da Urgência e Emergência e da Vigilância em Saúde são a linha de frente na identificação precoce de agravos relacionados às chuvas intensas. A notificação oportuna do Vigilância/CIEVS municipal ao CIEVS/RJ é o elo entre a assistência individual e a resposta coletiva.

1. VIGILÂNCIA E NOTIFICAÇÃO

- ▶ Notifique imediatamente ao CIEVS/RJ qualquer suspeita de doença, agravo ou dano relacionado aos desastres — plantão 24h, 7 dias por semana (CIEVS/RJ).
(CIEVS-RJ: 21 98596-6553 ou notifica.ses.rj@gmail.com)
- ▶ Redobre a atenção às doenças de notificação compulsória (DNC) associadas ao período de chuvas intensas, descritas a seguir.

2. PRINCIPAIS DOENÇAS E AGRAVOS NO PERÍODO DE CHUVAS INTENSAS

- ▶ **Leptospirose:** transmitida pelo contato com água ou lama contaminada por urina de roedores. Sintomas incluem febre, dores musculares e icterícia. Oriente a população a evitar contato com água de enchente e lama e, busque diagnóstico precoce diante de sintomas compatíveis.
- ▶ **Doenças diarreicas agudas:** associadas à contaminação de água e alimentos. Reforce a vigilância de surtos e a orientação sobre água segura e higiene.
- ▶ **Hepatite A:** a contaminação ocorre principalmente pela ingestão de água e alimentos contaminados. Em situações de

enchentes e alagamentos, é importante redobrar os cuidados com a qualidade da água, dos alimentos e com a higiene das mãos. A vacinação faz parte da rotina para crianças e é indicada somente para alguns grupos especiais.

- ▶ **Arboviroses (dengue, Zika, chikungunya):** poças de água acumuladas após as chuvas favorecem a proliferação do *Aedes aegypti*. Reforce ações de eliminação de criadouros junto às equipes de Atenção Primária e Vigilância Ambiental.
- ▶ **Doenças respiratórias agudas:** o aumento da umidade, o mofo e a permanência em abrigos temporários favorecem a transmissão. Atenção especial a crianças, idosos, pessoas com doenças respiratórias crônicas e necessidades especiais.
- ▶ **Tétano acidental:** ferimentos por contato com entulho, lama ou materiais contaminados exigem verificação da situação vacinal do paciente.
- ▶ **Acidentes por animais peçonhentos:** o deslocamento de serpentes, escorpiões e aranhas provocado pelas enchentes aumenta o risco de acidentes. Verifique a disponibilidade de antivenenos no polo dispensador de sua região.
- ▶ **Saúde mental:** sofrimento psíquico, luto e estresse pós-traumático são comuns entre pessoas atingidas e também entre as equipes de resposta. Articule o apoio psicossocial (SUPAPPSV/SES-RJ) sempre que necessário. Articule o apoio psicossocial (SUPAPPSV/SES-RJ) dando espaço de escuta coletivo como forma de prevenir agravos e construir soluções considerando a experiência dos sobreviventes e escuta e acolhimento individual de situações de crise sempre que necessário.

3. ATUAÇÃO EM ABRIGOS E ÁREAS ATINGIDAS

- ▶ **Priorize grupos vulneráveis:** crianças, idosos, gestantes, pessoas com necessidades especiais, pessoas em situação de rua e em tratamentos de saúde (Diálise, Quimioterapia, etc.). Manter o acompanhamento pela APS de pessoas com doenças crônicas, gestantes, puérperas, crianças, idosos e pessoas

com deficiência, nos abrigos, por visitas domiciliares e busca ativa dos que interromperam o acompanhamento.

- ▶ Oriente sobre água segura, higiene pessoal e manejo adequado de resíduos nos abrigos (humanos e animais).
- ▶ Mantenha o registro de casos e óbitos suspeitos relacionados ao evento, para subsidiar a Vigilância Epidemiológica.

4. CUIDADO CLÍNICO PRIORITÁRIO AOS GRUPOS EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE

- ▶ **Idosos e pessoas com doenças crônicas:** verifique a continuidade do tratamento (hipertensão, diabetes, doenças respiratórias, etc.) e o risco de descompensação em abrigos ou após perda de acesso a medicamentos.
- ▶ **Gestantes e crianças pequenas:** avalie a carteira de vacinação, sinais de desidratação, de doenças diarreicas e garanta acesso ao pré-natal e ao acompanhamento de puericultura mesmo em situação de deslocamento.
- ▶ **Pessoas com deficiência ou mobilidade reduzida:** verifique a necessidade de equipamentos, órteses/próteses ou insumos específicos que podem ter sido perdidos no evento.
- ▶ **População em situação de rua e famílias de baixa renda em áreas de risco:** essas populações têm maior exposição à água contaminada e menor acesso prévio à informação; priorize busca ativa e linguagem acessível na orientação.
- ▶ **Saúde mental de todos os grupos vulneráveis:** esteja atento a sinais de sofrimento intenso, luto e desorganização emocional, articulando o apoio psicossocial (SUPAPPSV/SES-RJ), sempre que necessário. Articule o apoio psicossocial através dos Serviços da atenção psicossocial municipais como a APS, equipes E-multi e CAPS (SUPAPPSV/SES-RJ) dando espaço de escuta coletivo como forma de prevenir agravos e construir soluções considerando a experiência dos sobreviventes e escuta e acolhimento individual de situações de crise sempre que necessário.

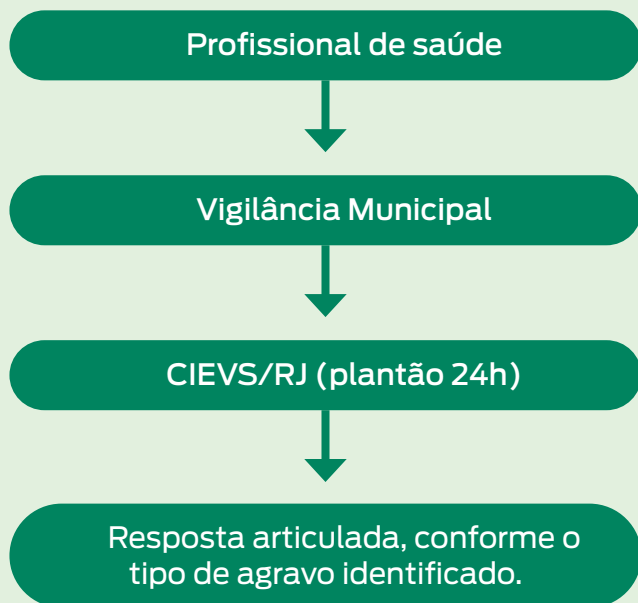
5. DIANTE DA SECA, DA ESTIAGEM E DO CALOR EXCESSIVO

- ▶ Reconheça precocemente os sinais de excesso de calor (temperatura corporal elevada, pele quente e seca, confusão mental, taquicardia) — trata-se de uma emergência médica que exige resfriamento imediato e atendimento de urgência.
- ▶ Atenção à descompensação de doenças crônicas (cardiovasculares, renais e respiratórias) agravadas pelo calor e pela desidratação, especialmente em idosos e pessoas em uso de diuréticos ou outras medicações que alteram o equilíbrio hídrico.
- ▶ Reforce a vigilância de doenças diarreicas e de pele associadas à escassez ou à má qualidade da água durante períodos de estiagem ou racionamento.
- ▶ Fique atento a doenças respiratórias agravadas pela fumaça de queimadas, comuns em períodos de seca prolongada, e oriente grupos sensíveis (asmáticos, Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica - DPOC, crianças e idosos) a evitar exposição.
- ▶ Oriente sobre hidratação adequada e, quando pertinente, sobre ajuste de medicações em períodos de calor extremo — sempre sob orientação médica, sem automedicação e realize ações educativas junto à população.
- ▶ Notifique ao CIEVS/RJ eventos atípicos relacionados a calor ou seca, como aumento de atendimentos por hipertermia ou surtos de diarreia associados à falta de água e ou má conservação de alimentos.



DICA: A notificação rápida salva vidas. Na dúvida sobre a necessidade de notificar, notifique — o CIEVS/RJ orienta a conduta.

6. FLUXO RESUMIDO DE ACIONAMENTO



SEÇÃO LARANJA

Orientações para a População em Geral

Pequenas atitudes antes, durante e depois das chuvas intensas fazem grande diferença na proteção da sua saúde e da sua família.

ANTES DA CHUVA — PREVENÇÃO

- ▶ Conheça as áreas de risco da sua região e as rotas de fuga e abrigos indicados pela Defesa Civil.
- ▶ Mantenha ralos, calhas e terrenos limpos — não acumule lixo nem entulho.
- ▶ Elimine água parada em vasos, pneus, garrafas e outros recipientes: isso evita a proliferação do mosquito da dengue, Zika e chikungunya.
- ▶ Guarde documentos importantes, medicamentos de uso contínuo e contatos de emergência em local acessível e protegido da umidade.
- ▶ Mantenha a caderneta de vacinação em dia, especialmente contra o tétano.
- ▶ Caso alguém de sua família seja acamado ou tenha problemas de crise de saúde mental informe previamente a equipe de Atenção Primária em Saúde.

DURANTE A CHUVA INTENSA

- ▶ Fique atento aos avisos sonoros de sirenes e alertas emitidos pela defesa civil.
- ▶ Evite contato com água de enchente e sedimentos (lama), pois a lama residual é contaminante para a leptospirose.

- ▶ Não consuma alimentos ou água que tiveram contato com a enchente; ferva ou trate a água antes de usar.
- ▶ Desligue a energia elétrica em áreas alagadas para evitar choques.
- ▶ Sinais de deslizamento iminente (rachaduras em paredes ou no solo, estalos, árvores ou postes inclinados, portas e janelas emperrando): saia imediatamente do local e avise a Defesa Civil e os Bombeiros.
- ▶ Procure os abrigos indicados pela Prefeitura ou pela Defesa Civil, se necessário.



DEPOIS DA CHUVA

- ▶ Higienize bem as mãos e os alimentos antes de consumir.
- ▶ Atenção a animais peçonhentos: ao limpar lama e entulho, use luvas e botas — serpentes e escorpiões podem se esconder ali. Se for picado, procure atendimento médico na hora.
- ▶ Fique atento a sinais de doença: febre, dor de cabeça, dores musculares ou diarreia após contato com água de enchente. Procure a unidade de saúde mais próxima o quanto antes.
- ▶ Cuide também da sua saúde mental: é normal sentir medo, tristeza ou ansiedade após um evento como esse. Buscar apoio psicossocial não é fraqueza — é cuidado!

- ▶ Oriente a limpeza das áreas, uso de botas e uso do hipoclorito a 2,5%.
- ▶ A limpeza de uma área atingida por enchente envolve riscos biológicos consideráveis, como a leptospirose e o tétano. Por isso, a regra de ouro é: evite o contato com a lama ou na água da enchente com a pele exposta.
- ▶ **Aqui estão as recomendações fundamentais para realizar esse trabalho com segurança:**

1. EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPI) – INDISPENSÁVEIS

- ▶ Antes de começar, você deve estar protegido. Não tente limpar descalço ou com roupas leves.
- ▶ Botas de cano alto: de borracha, para evitar contato com a água estagnada e proteger contra pregos ou cacos.
- ▶ Luvas de borracha: Grossas e impermeáveis.
- ▶ Máscara e Óculos de Proteção: para evitar inalar poeira (se a lama já estiver seca) ou respingos de água contaminada.
- ▶ Roupas longas: Calça comprida e camisa de manga longa (preferencialmente de material impermeável, como capas de chuva ou aventais de plástico).

2. ANTES DE INICIAR

- ▶ **Energia e Gás:** Certifique-se de que a energia elétrica esteja desligada e o gás fechado antes de entrar no imóvel. Se houver dúvida sobre o estado da fiação, chame um eletricista.
- ▶ **Ventilação:** abra todas as janelas e portas para ventilar o ambiente. Isso ajuda a secar o local e remover odores.

3. PASSO A PASSO DA LIMPEZA

a) Remoção de detritos grandes: retire entulhos, galhos e móveis quebrados primeiro.

b) Remoção da lama: se a lama ainda estiver úmida, use pás, rodos e baldes. Tente remover o máximo possível enquanto ainda não secou, pois quando seca, a lama pode levantar poeira contaminada.

c) Lavagem (Limpeza física): Lave as superfícies (piso, paredes, móveis laváveis) com água e sabão (ou detergente neutro). Esfregue bem com escovas ou vassouras.

d) Desinfecção: esta é a etapa mais importante. Após a limpeza com água e sabão, use uma solução de água sanitária (cloro) para eliminar bactérias.

- ▶ **A mistura correta:** Use 1 copo (cerca de 200ml) de água sanitária para cada 10 litros de água limpa. Aplique essa mistura nas superfícies e deixe secar naturalmente (não enxágue imediatamente).

4. O QUE DESCARTAR?

Infelizmente, alguns itens não podem ser limpos com segurança após entrarem em contato com a água da enchente, pois retêm umidade e contaminantes:

- ▶ **Materiais porosos:** Colchões, sofás, travesseiros, estofados, tapetes, carpetes e bichos de pelúcia devem ser descartados. Não é possível garantir a eliminação total de fungos e bactérias nesses materiais.
- ▶ **Alimentos:** qualquer alimento (aberto ou fechado) que tenha entrado em contato com a água da enchente deve ser descartado.

5. CUIDADOS COM A SAÚDE

- ▶ **Ferimentos:** se você tiver qualquer corte ou arranhão, limpe-o imediatamente com antisséptico e cubra com curativo. Se o ferimento tiver contato com a lama, procure uma unidade de saúde para verificar a vacinação contra o tétano.

- ▶ **Higiene pessoal:** ao terminar a limpeza, lave muito bem as mãos e os braços com água e sabão. A roupa usada na limpeza deve ser lavada separadamente.
- ▶ Se a área for muito grande ou o volume de sedimentos for muito alto, evite fazer o trabalho sozinho; entre em contato com a Defesa Civil do seu município para orientações sobre o recolhimento do material coletado.

ATENÇÃO ESPECIAL SE VOCÊ TEM ALGUÉM EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE EM CASA

- ▶ **Idosos, gestantes, crianças pequenas (menores de 5 anos) ou pessoas com deficiência:** monte um plano de evacuação específico, considerando o tempo e o apoio necessários para o deslocamento, e informe essa necessidade à Defesa Civil ou à equipe de saúde local.
- ▶ **Pessoas com doenças crônicas (hipertensão, diabetes, doenças respiratórias):** separe uma reserva de medicamentos de uso contínuo, receitas médicas e informações de saúde em um kit de emergência, protegido da umidade.
- ▶ **Se você mora em área de risco (encosta, margem de rio, comunidade sujeita a alagamento):** conheça com antecedência a rota de evacuação mais próxima e o abrigo de referência da sua região — não espere a água subir para decidir sair.
- ▶ **Vizinhos e redes comunitárias podem ajudar:** verifique se há, na sua rua, alguém idoso ou com mobilidade reduzida que precise de apoio para sair em segurança.

Cuidados diante do calor excessivo e da escassez de água

- ▶ Hidrate-se regularmente ao longo do dia, mesmo sem sentir sede; evite bebidas alcoólicas e excesso de bebidas açucaradas.
- ▶ Evite exposição ao sol e atividades físicas intensas entre 10h e 16h, horário de maior calor.

- ▶ Use roupas leves e claras, chapéu ou boné e protetor solar ao sair.
- ▶ Nunca deixe crianças, idosos ou animais dentro de veículos fechados, mesmo que por poucos minutos — a temperatura interna pode subir rapidamente e causar óbito.
- ▶ Fique atento a sinais de mal-estar por calor (tontura, pele quente e seca, confusão mental, náuseas): procure sombra, hidrate-se e busque atendimento médico se os sintomas persistirem.
- ▶ Economize água no dia a dia (conserte vazamentos, evite desperdício), mas sem abrir mão da higiene básica, especialmente das mãos e dos alimentos.
- ▶ Se precisar armazenar água por causa de racionamento, use recipientes bem tampados — água parada e exposta favorece a proliferação do mosquito da dengue, Zika e chikungunya.
- ▶ Em dias de fumaça de queimadas, evite atividades ao ar livre e procure atendimento se sentir falta de ar ou piora de sintomas respiratórios.

Números úteis em emergências

Defesa Civil.....	199
Corpo de Bombeiros.....	193
SAMU (emergências de saúde)	192

DICA: na dúvida sobre sintomas após contato com água de enchente, não espere — procure atendimento médico o quanto antes.

SEÇÃO TERRACOTA

Cuidados com a saúde animal

Animais domésticos, comunitários, de produção e silvestres também sofrem os efeitos das chuvas intensas, do calor excessivo e da estiagem — e podem se tornar elo na cadeia de transmissão de zoonoses à população, como leptospirose, raiva e leishmaniose. Cuidar dos animais é também proteger a saúde humana, na perspectiva da Saúde Única.

1. ANTES DAS CHUVAS E DO CALOR — PREVENÇÃO E PREPARAÇÃO

- ▶ Cadastre e identifique seus animais: mantenha registro atualizado com fotos, carteira de vacinação e identificação, guardando cópias digitais. Prefira coleiras reflexivas com plaquinha de identificação (nome e contato do responsável e de um “padrinho” do animal para emergências), microchipagem — a forma mais segura de identificação, já que a coleira pode se perder — e cadastro no SINPATINHAS. Sinalize próximo à entrada do domicílio quantos animais e quais espécies moram na casa, com o contato dos responsáveis.
- ▶ Mantenha a vacinação antirrábica e polivalente sempre em dia: em situações de desastre, o risco de contrair e transmitir doenças é maior.
- ▶ Monte um plano de evacuação que inclua os animais: defina rota de fuga e ponto de encontro. Nunca abandone animais presos ou acorrentados — mantê-los acorrentados dificulta a rota de fuga em caso de emergência.
- ▶ Construa uma rede de apoio: combine previamente com vizinhos, familiares ou hotéis pet que possam acolher os animais temporariamente, e identifique os abrigos municipais

que aceitam animais — a Política Nacional prevê alojamento conjunto de pessoas e animais.

- ▶ Reforce o controle de vetores em casa: elimine água parada (*Aedes aegypti*) e o acúmulo de matéria orgânica no quintal, que atrai o mosquito-palha (flebotômíneo) transmissor da leishmaniose; considere o uso de coleiras repelentes em cães, que ajudam a prevenir a doença.
- ▶ Armazene ração e água em recipientes bem fechados, em local alto e seco, longe do alcance de roedores.
- ▶ Notifique a Vigilância Sanitária (VISA) municipal a presença de animais adaptados ao meio urbano (sinantrópicos) ou focos de zoonoses na sua localidade.



CHECKLIST: MOCHILA DE EMERGÊNCIA ANIMAL

- Ração para 7 dias + água potável
- Potes para alimento e água
- Guia, coleira, cobertores e focinheira
- Caixa de transporte identificada
- Carteira de vacinação impressa e cartão do microchip
- Medicamentos de uso contínuo
- Contato do médico veterinário que atende o animal
- Sacos para dejetos e luvas
- Foto recente do animal com o responsável
- Brinquedo ou manta com o cheiro do responsável



2. DURANTE O EVENTO — RESPOSTA

Equipes de resgate e voluntários que forem manusear animais em situação de desastre devem sempre utilizar Equipamentos de Proteção Individual (EPI) adequados, para prevenção de zoonoses e acidentes.

CHUVAS FORTES, ENCHENTES E ALAGAMENTOS

- ▶ **Leve os animais para um local seguro e elevado antes da chegada de chuvas fortes;** nunca os deixe presos ou amarrados em áreas de risco de alagamento.
- ▶ **Risco principal — leptospirose:** a urina de roedores infectados contamina as águas de enchente; evite o contato direto, principalmente quando o nível da água estiver baixando, momento de maior concentração das bactérias. Lave os animais que tiveram contato com a enchente apenas com água limpa e sabão neutro — nunca com água da própria enchente.
- ▶ **Evacuação segura:** transporte os animais em caixas ou no colo; cães devem estar em guia curta e gatos apenas em caixa de transporte.
- ▶ **Nunca abandone:** se não for possível levar o animal, deixe portões abertos e garanta acesso a locais altos e secos com alimento. Não mantenha o animal preso em canis, gatis ou acorrentado — isso dificulta a fuga do animal para sobreviver.
- ▶ **Biossegurança das equipes:** uso obrigatório de botas e luvas; desinfete patas e focinho dos animais resgatados.
- ▶ **Nos abrigos:** separe os animais por espécie e mantenha área de quarentena para animais doentes ou que tiveram contato com água contaminada; notifique a VISA.

CALOR INTENSO E ONDAS DE CALOR

- ▶ **Hidratação:** garanta água fresca, limpa e abundante — adicione cubos de gelo — e amplie os pontos de hidratação em abrigos, em casa e em bebedouros comunitários distribuídos pela cidade para os animais de rua.

- ▶ **Nunca deixe animais em veículos fechados ou locais sem ventilação:** o risco de morte por hipertermia se instala em poucos minutos.
- ▶ **Evite o piso quente:** prefira passeios pela manhã e à noite; teste o asfalto com o dorso da mão — se não suportar 5 segundos, está quente demais para a pata do animal.
- ▶ **Sinais de insolação (ofegação excessiva, gengiva seca ou vermelha, vômito):** resfrie o animal com pano úmido e procure atendimento veterinário urgente — nunca jogue água gelada diretamente sobre ele, pois isso pode causar choque térmico.
- ▶ **Em casa, disponibilize tapetes gelados, garrafas com água congelada envoltas em toalha e toalhas resfriadas no refrigerador;** quando possível, permita que o animal permaneça em ambiente climatizado da residência.

DESLIZAMENTOS DE TERRA

- ▶ **Evacuação preventiva:** ao sinal de risco da Defesa Civil, retire pessoas e animais imediatamente — não espere a chuva parar.
- ▶ **Nunca tente resgatar animais em áreas instáveis:** acione o Corpo de Bombeiros (193); há risco de novos deslizamentos.
- ▶ **Animais soterrados devem ser resgatados apenas por equipes treinadas,** com EPI completo e ferramentas adequadas.
- ▶ **Após o resgate, encaminhe o animal para triagem veterinária** (trauma, hipotermia, fraturas) e mantenha-o isolado até a avaliação.



NORMAS SANITÁRIAS PARA ABRIGOS TEMPORÁRIOS

- ▶ **Setorização:** áreas de alojamento, alimentação, quarentena e dejetos separados, com distância mínima de 5 m entre canis/gatis.
- ▶ **Limpeza e desinfecção:** protocolo diário com hipoclorito 1% ou amônia quaternária, e controle de moscas e roedores.
- ▶ **Manejo de dejetos:** coleta imediata em sacos plásticos, com descarte em local apropriado — nunca em vias públicas ou cursos d'água.
- ▶ **Registro:** ficha de entrada com identificação, estado de saúde e responsável pelo animal, foto para busca de proprietários e verificação de microchip.
- ▶ **Notificação compulsória:** acidentes com animais e suspeita de raiva ou leptospirose devem ser comunicados à VISA em até 24h.

3. DEPOIS DO EVENTO — RECUPERAÇÃO

RETORNO SEGURO E REENCONTRO

- ▶ **Vistoria do local:** antes de retornar, verifique riscos estruturais, fiação exposta, vidros e produtos químicos.
- ▶ **Busca de animais perdidos:** divulgue fotos em redes sociais, grupos de resgate e junto à VISA municipal; visite os abrigos locais.
- ▶ **Saúde mental animal:** o estresse pós-trauma é comum — observe mudanças de comportamento e ofereça ambiente calmo e rotina.
- ▶ **Consulta veterinária:** leve o animal a uma avaliação, pois há risco de ele ter contraído doenças durante o evento.

VIGILÂNCIA SANITÁRIA PÓS-DESASTRE

- ▶ **Alerta de zoonoses pós-enchente:** nas 4 semanas seguintes, aumenta o risco de surtos de leptospirose. Sintomas em humanos: febre, dor muscular, icterícia. Sintomas em cães: vômito, prostração, urina escura e icterícia. Procure atendimento imediatamente e informe o contato com água de enchente.
- ▶ **Limpeza da residência:** use luvas e botas; lave o local com água e sabão e, em seguida, desinfete com água sanitária (1 copo para 20 L de água). Mantenha o ambiente seco — a bactéria causadora da leptospirose tem vida curta fora de ambientes úmidos.
- ▶ **Descarte de carcaças:** nunca enterre ou incinere animais mortos por conta própria — acione a VISA ou o Centro de Controle de Zoonoses (CCZ) municipal para coleta e destinação sanitária adequada.
- ▶ **Controle de sinantrópicos:** o desastre desloca roedores, escorpiões e serpentes. Mantenha o lixo fechado e acione a VISA para manejo; evite acúmulo de matéria orgânica (atrai o

mosquito-palha, transmissor da leishmaniose) e água parada (atrai o *Aedes aegypti*).

- ▶ **Vacinação pós-evento:** a SES/RJ pode realizar campanhas emergenciais de vacinação antirrábica — fique atento aos comunicados oficiais.

ATENÇÃO A ANIMAIS PEÇONHENTOS E SILVESTRES

As enchentes podem deslocar serpentes, escorpiões e outros animais peçonhentos para áreas habitadas. Redobre a atenção ao caminhar sobre entulho, lama ou vegetação após as chuvas. Em caso de acidente, procure atendimento médico imediatamente — o Rio de Janeiro conta com reserva técnica de soros no INI/FIOCRUZ.

ANIMAIS EM COMUNIDADES E FAMÍLIAS EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE

Em comunidades de baixa renda, áreas de risco e famílias que dependem de pequena criação (galinhas, porcos, cabras) ou de animais de tração para subsistência, a perda de animais durante enchentes agrava ainda mais a vulnerabilidade social. Gestores e equipes de vigilância devem incluir esse público no planejamento, orientando sobre locais seguros para os animais e, quando possível, articulando apoio para realocação emergencial junto à Defesa Civil e a órgãos de proteção animal.



IMPORTANTE: cuidar da saúde animal é parte da prevenção de doenças que também afetam pessoas — especialmente a leptospirose.

DICA: mantenha sempre a mochila de emergência animal pronta e a vacinação em dia — isso reduz significativamente os riscos durante e após os desastres.

CONTATOS ÚTEIS E CANAIS DE NOTIFICAÇÃO

CIEVS/RJ (plantão 24h, 7 dias por semana)	(21) 98596-6553 · notifica.ses.rj@gmail.com
Defesa Civil	199
Corpo de Bombeiros (CBMERJ)	193
SAMU	192
Central de Regulação do TIH (CRTIH)	(21) 3293-6650

REFERÊNCIAS

SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE DO RIO DE JANEIRO (SES/RJ). Plano de Contingência Complementar para Respostas aos Desastres Ocasionados por Chuvas Intensas — PC Chuvas Intensas/RJ, versão 2.0, 2025/2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Plano de Resposta às Emergências em Saúde Pública. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

NOAA CLIMATE PREDICTION CENTER. El Niño/Southern Oscillation (ENSO) Diagnostic Discussion, 2026. Disponível em: cpc.ncep.noaa.gov.

INPE; INMET; FUNCEME; CENSIPAM. Nota Técnica Conjunta — El Niño 2026: monitoramento, previsões e possíveis impactos no Brasil. Abril de 2026.

Esta cartilha é um material de apoio educativo, elaborado a partir do Plano de Contingência da SES/RJ, e não substitui os protocolos técnicos oficiais nem o atendimento médico presencial em caso de sintomas ou emergências.

CARTILHA EL NIÑO E OS IMPACTOS À SAÚDE – 2026-2027

Secretaria de
Saúde



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO