

Montevideo, 9 de mayo, 2023

RECOMENDACIONES EN RELACIÓN AL CONSUMO DE AGUA DE OSE EN MONTEVIDEO Y CANELONES, ZONA METROPOLITANA

Ante la situación de sequía persistente, en área metropolitana, comunicada recientemente y en vistas de salvaguardar el suministro de agua para cubrir las necesidades de la población (agua de beber y la de otros usos), OSE ha definido como línea de acción el tomar agua de otras fuentes lo que explica el cambio en sus características, especialmente su sabor (salado).

Esta estrategia implementada, busca preservar la continuidad del servicio así como también evitar la contaminación por agentes microbiológicos. Se prevé que esta medida esté acotada en el tiempo.

Esta cartera, recomienda a la población que la mayor cantidad de sal ingerida proviene de los alimentos procesados como por ejemplo panificados, embutidos y quesos. Asimismo, se recomienda evitar el agregado de sal en los alimentos.

Ante esta situación se realizan las siguientes recomendaciones a la población según comorbilidades/grupos de riesgo. Las mismas fueron avaladas por las cátedras de Nefrología, Cardiología, Medicina Interna, Academia Nacional de Medicina y por la Presidencia de la Comisión Honoraria de Salud Cardiovascular.

1) Población GENERAL, SIN diagnóstico de hipertensión arterial.

- Mantenga el consumo habitual de agua diario, pudiendo ser en su totalidad agua de OSE.
- No agregue sal a los alimentos en los niños que están iniciando la alimentación semisólida/sólida (lactantes hasta 2 años).
- De ser posible, para la preparación de fórmulas de lactantes, utilice agua mineral.
- En población con mayor riesgo de ser hipertenso no conocido (mayores de 60 años) se recomiendan los controles de presión arterial periódicos.

2) Población que utiliza medicamentos antihipertensivos y diuréticos

- Deberán disminuir al máximo el consumo de alimentos con exceso de sodio.
- Podrán seguir consumiendo el agua de OSE hasta un litro por día y se recomienda completar su ingesta habitual con agua mineral.

3) Población con alguna de las siguientes condiciones: enfermedad renal crónica, Insuficiencia cardíaca, cirrosis, embarazadas.

- Evitar en lo posible el consumo de agua de OSE, asesorado por su médico tratante.
- En caso de tener que tomarla, se recomienda no exceder el litro de agua/día y aumentar la frecuencia de los controles de presión arterial.
- Completar la ingesta del volumen diario de agua recomendado por su médico.

Estas recomendaciones son dinámicas y estarán sujetas a la situación detectada.

Mantendremos informada a la población en función de los parámetros de referencia y el resultado del análisis de riesgo