



PROTOCOLO CONTRA EL VIRUS DE LA INFLUENZA TIPO A H1N1

Revisado: Febrero 2020

Contenido

Política Institucional	2
Definición	2
¿Qué es la gripe (porcina) H1N1?	2
Responsabilidad del Personal.....	2
Plan de Prevención.....	3
Plan de Acción.....	4
Procedimiento de Intervención	7
Divulgación y Adiestramiento	7

Política Institucional

American University tomará las medidas necesarias para prevenir y atender la presencia de casos de virus de influenza tipo A H1N1 en sus predios. La misma no debe ser ignorada y se puede prevenir. Tomando en cuenta que nuestros empleados y estudiantes pasan gran parte de su día en la Institución, éstos podrían estar expuestos a este virus. Como institución debemos estar preparados para brindar la información necesaria que ayude a prevenir que los empleados y estudiantes se contagien con este virus. De la misma forma nos comprometemos a brindar apoyo en caso de tener conocimiento de que algún empleado o estudiante esté contagiado. Es con el firme propósito y compromiso de prevenir lo más posible que este virus se propague entre los compañeros de trabajo, estudiantes, visitantes y público en general que se pone en vigor el presente cuerpo de reglas para manejar apropiadamente cualquier situación que pueda surgir.

Definición

¿Qué es la gripe (porcina) H1N1?

El H1N1 (conocida en sus comienzos como “gripe porcina”) es un nuevo virus de influenza que está enfermando a las personas. Este nuevo virus se detectó por primera vez en seres humanos en los Estados Unidos en abril de 2009. Otros países, incluyendo México y Canadá, han informado sobre personas enfermas con este nuevo virus. Este virus se está transmitiendo entre seres humanos, probablemente de la misma manera en que se diseminan los virus comunes de la gripe de temporada.

Responsabilidad del Personal

1. La Institución ha designado al/la Director/a de Recursos Humanos y a las/los Decanos/as de Asuntos Estudiantiles como las personas responsables de implantar nuestra política institucional sobre el protocolo contra el Virus de la Influenza Tipo A H1N1. Bajo este protocolo, se le conocerá a estas personas como los/las Coordinadores/as de prevención contra el Virus de la Influenza Tipo A H1N1. Las/los Coordinadores/as, recibirán adiestramiento para entender el complejo problema de la prevención y propagación de este virus y para que obtengan las destrezas para interactuar con las víctimas de manera segura y en confidencia.

2. Sus deberes serán los siguientes:

- Coordinar la educación y adiestramiento al personal gerencial y de supervisión sobre como reaccionar y atender el problema del Virus de la Influenza Tipo A H1N1.
- Coordinar programas educativos para todo el personal y estudiantes de La Institución sobre el Virus de la Influenza Tipo A H1N1 y sus manifestaciones.
- Servir de apoyo a sus empleados y estudiantes de surgir algún contagio.
- Velar por el cumplimiento del plan de seguridad y del cumplimiento de las medidas específicas tomadas en casos particulares, junto al supervisor y al empleado o estudiante afectado por el Virus de la Influenza Tipo A.
- Orientar a la víctima (empleado o estudiante) sobre sus derechos existentes, incluyendo aquellas licencias que pudieran ser de aplicación y sobre posibles arreglos temporeros en funciones u horarios que propendan a la seguridad y bienestar de la víctima.
- Ofrecer asesoría y orientación a los empleados y estudiantes que así lo soliciten.

Plan de Prevención

Siga las mismas medidas que generalmente toma para prevenir cualquier tipo de gripe, mantenerse saludable y evitar los gérmenes y virus que diseminan las personas que estén enfermas de gripe.

Tome medidas sensatas para limitar la proliferación de gérmenes. Convierta la buena higiene en hábito.

- Lavarse las manos regularmente con agua y jabón, al menos cada hora.
- Cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude.
- Arrojar los pañuelos desechables en el cesto de basura.
- Toser o estornudar en la parte superior de la manga si no tiene pañuelos desechables.
- Limpiarse las manos después de toser o estornudar. Utilizar agua y jabón o un limpiador desinfectante de manos a base de alcohol.
- Quedarse en su hogar si presenta los síntomas abajo descritos.

Nuestra institución fomenta y recomienda tener hábitos saludables.

- Consuma una dieta balanceada. Asegúrese de comer alimentos variados, incluyendo abundantes verduras, frutas, y productos de grano integral. Además incluya productos lácteos semidescremados, carnes sin grasa, aves, pescados, y frijoles. Beba mucha agua y consuma poca sal, azúcar, alcohol, y grasa saturada. Haga ejercicios de manera regular y descanse bien.

Plan de Acción

Medidas tomadas por La Institución para prevenir el contagio del Virus de la Influenza Tipo A H1N1:

- Diseminación de información sobre el Virus de la Influenza Tipo A H1N1 a todos los empleados y oficinas de la institución.
- Compra de desinfectantes de mano y detergentes para ser utilizados alrededor de toda la institución.
- Implantación de buenas prácticas de higiene.
- Limpieza y desinfección de las superficies duras y artículos en las oficinas, salones y áreas comunales (baños, cafeterías, canchas, salón de juegos, gazebos, entre otros.)

Síntomas y cuándo buscar asistencia médica

Síntomas

Los síntomas de este nuevo virus H1N1 de gripe porcina en las personas son similares a los síntomas de la gripe de temporada, e incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores corporales, dolor de cabeza, escalofríos y fatiga. Una cantidad significativa de personas enfermas también han informado tener diarrea y vómitos.

En este momento se desconocen los grupos de alto riesgo de este nuevo tipo de gripe, pero probablemente sean los mismos que los de la influenza de temporada. Entre las personas que se encuentran en mayor riesgo de sufrir complicaciones graves debido a la gripe de temporada podemos citar

- los adultos de 65 años o más,
- los niños menores de 5 años,
- las mujeres embarazadas,
- las personas de toda edad que padecen problemas de salud crónicos (tales como asma, diabetes o enfermedades cardíacas), y
- personas cuyo sistema inmunológico se encuentra debilitado (como pacientes que están siendo tratados con quimioterapia o aquellos infectados con VIH).

Cuándo buscar asistencia médica

Se recomienda que toda persona que exhiba los síntomas de una gripe común acuda a su médico primario, quien le debe referir a un laboratorio para que se le realice una prueba preliminar para detectar el virus de la Influenza común. La misma muestra será utilizada para detectar el contagio con el virus H1N1 con una prueba que se referirá a otra facilidad o laboratorio. El médico determinará el curso de acción a seguir, así como el tratamiento a ser prescrito.

En los niños, las señales de advertencia de emergencia que indican la necesidad de atención médica urgente incluyen:

- Respiración acelerada o problemas para respirar
- Coloración azulada o grisácea de la piel
- No ingerir líquidos
- Vómitos graves o persistentes
- Dificultad para despertarse o falta de interacción
- Estado de irritación tal que el niño no quiere que lo sostengan
- Síntomas similares a los de la gripe que mejoran, pero luego reaparecen con fiebre y agravamiento de la tos

En los adultos, las señales de alerta de emergencia que indican la necesidad de atención médica urgente incluyen:

- Dificultad para respirar o falta de aire
- Dolor o presión en el pecho o abdomen
- Mareos repentinos.
- Confusión
- Vómitos graves o persistentes
- Síntomas similares a los de la gripe que mejoran, pero luego reaparecen con fiebre y agravamiento de la tos

Si está enfermo, permanezca en su casa, no vaya al trabajo o a la escuela

Es posible que esté enfermo durante una semana o más. Deberá permanecer en su casa y evitar el contacto con otras personas, excepto para buscar atención médica. En caso de tener que salir de su casa para recibir asistencia médica, utilice una mascarilla o cúbrase la boca con un pañuelo al toser o estornudar. En general, debe evitar el contacto con otras personas en la medida de lo posible para evitar el contagio de la enfermedad. En el caso de la gripe de temporada, las personas pueden contagiar a otras personas a partir del día anterior a la aparición de los síntomas, hasta 7 días posteriores a enfermarse. Los niños, en

especial los más pequeños, pueden contagiar la enfermedad durante períodos más largos.

Cómo cuidar a una persona enferma en el hogar

Las personas con gripe porcina H1N1 que reciben cuidados en el hogar deberán:

- Consultar a su proveedor de atención médica sobre cualquier atención especial que pudieran necesitar en caso de embarazo o de tener algún problema de salud tal como diabetes, enfermedades cardíacas, asma o enfisema.
- Consultar a su proveedor de atención médica sobre si deben tomar algún tipo de medicamento antiviral.
- Permanecer en su casa durante los 7 días posteriores a la aparición de los síntomas, o hasta que no presente síntomas durante 24 horas, el que dure más tiempo.
- Descansar bien.
- Beber líquidos transparentes (como agua, caldo, bebidas para deportistas, bebidas electrolíticas para bebés) para prevenir la deshidratación.
- Cubrirse la boca al toser o estornudar. Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o con un desinfectante para manos a base de alcohol, y en especial después de utilizar pañuelos de papel y después de toser o estornudar sobre sus manos.
- Evitar el contacto directo con otras personas; no asistir al trabajo o a la escuela mientras se encuentre enfermo.
- Estar atento ante la aparición de señales de alerta de emergencia (ver arriba), que puedan indicar que necesita asistencia médica

Cuando se cuida a un miembro de la familia enfermo de influenza, las medidas más importantes para protegerse y proteger a los que no están enfermos, incluyen:

- Mantener a la persona enferma lo más alejada del resto de otras personas.
- Recordar a la persona enferma sobre la necesidad de cubrirse la boca al toser, y de lavar sus manos con agua y jabón o con un desinfectante para manos a base de alcohol, en especial después de toser o estornudar.
- Procurar que todos los miembros del hogar se laven las manos con frecuencia, utilizando agua y jabón o algún desinfectante para manos a base de alcohol.
- Consultar a su proveedor de atención médica sobre si las personas que tienen contacto con el enfermo en el hogar, en particular aquellas que

sufran de algún problema de salud crónico, deben tomar medicamentos antivirales para prevenir el contagio de la gripe.

Procedimiento de Intervención

1. En American University protegemos sus derechos y estamos conscientes de que la ley protege y penaliza divulgar información relacionada con su salud. Cualquier empleado(a) o estudiante que entienda confronta una situación de contagio o posible contagio de la Influenza Tipo A H1N1 puede libre y voluntariamente recurrir donde cualquier Coordinador/a designado para solicitar ayuda en el manejo de la situación y para que se tomen medidas que le ayuden al bienestar de su salud, la de sus compañeros de trabajo o estudios, así como la de sus familiares.
2. El/la Coordinador/a estará debidamente adiestrado para lidiar con la situación y confidencialmente atenderá de forma preliminar la situación reportada por el/la empleado/a o estudiante.
3. Toda y cualquier información brindada por el/la empleado/a o estudiante se mantendrá bajo la más estricta confidencialidad. Cualquier reunión o discusión sobre el tema deberá llevarse a cabo en un lugar privado y sin la intervención de terceras personas que nada aporten al proceso.
4. Las medidas a ser tomadas serán discutidas con el/la empleado/a o el estudiante y se tomará en cuenta el insumo de este(a) al determinar las mismas.

Divulgación y Adiestramiento

- Este Protocolo será entregado a todos los empleados y estudiantes de la Institución.
- Se brindará una orientación sobre este Protocolo al menos una vez al año a todo el personal o las veces que sean necesarios conformes a la severidad de la situación.
- Este protocolo será colocado en lugares visibles a través de las facilidades de la Institución
- Los/las Coordinadores/as del Protocolo contra la Influenza Tipo A H1N1 y los supervisores recibirán por lo menos un adiestramiento anual sobre el uso y alcance de este Protocolo.
- El Departamento de Recursos Humanos y el Decanato de Asuntos Estudiantiles coordinarán el ofrecimiento de charlas y actividades educativas para crear conciencia al personal sobre el Virus de la Influenza Tipo A H1N1. como un problema de salud serio considerado como una pandemia.