

Lineamientos de Prevención y Control en Materia de Influenza A(H1N1): Restaurantes



SALUD



Lineamientos de Prevención y Control en Materia de Influenza A(H1N1): Restaurantes

Directorio

Secretaría de Salud

Dr. José Ángel Córdova Villalobos
SECRETARIO DE SALUD

Dra. Maki Esther Ortiz Domínguez
SUBSECRETARIA DE INNOVACIÓN Y CALIDAD

Dr. Mauricio Hernández Ávila
SUBSECRETARIO DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

Lic. Laura Martínez Ampudia
SUBSECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN Y FINANZAS

Mtro. Salomón Chertorivski Woldenberg
COMISIONADO NACIONAL DE PROTECCIÓN SOCIAL EN SALUD

Lic. Miguel Ángel Toscano Velasco
COMISIONADO FEDERAL PARA LA PROTECCIÓN CONTRA RIESGOS SANITARIOS

Dr. Germán Fajardo Dolci
COMISIONADO NACIONAL DE ARBITRAJE MÉDICO

Dr. Julio Sotelo Morales
TITULAR DE LA COMISIÓN COORDINADORA DE INSTITUTOS NACIONALES
DE SALUD Y HOSPITALES DE ALTA ESPECIALIDAD

Dra. Ma. de los Ángeles Fromow Rangel
TITULAR DE LA UNIDAD COORDINADORA DE VINCULACIÓN Y PARTICIPACIÓN SOCIAL

Dra. Jacqueline Arzoz Padres
TITULAR DE LA UNIDAD DE ANÁLISIS ECONÓMICO
Lic. Bernardo Emilio Fernández del Castillo Sánchez
DIRECTOR GENERAL DE ASUNTOS JURÍDICO

Dr. Carlos Santos-Burgoa Z.
DIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

Contenido:

- I. Introducción
- II. Fundamento jurídico
- III. Lineamientos
- IV. Anexos

I. Introducción

Ante la actual epidemia de influenza A(H1N1) que amenaza la salud y la vida de los mexicanos; su protección es un derecho y una responsabilidad social y política¹. Frente a ello, el Estado Mexicano está determinando preservar la dinámica esencial de la Nación y como parte fundamental está la protección de las personas que laboran y que acuden a los restaurantes.

La epidemia de influenza A(H1N1) es un problema de salud pública que necesita todas las medidas posibles para lograr el objetivo de contener su propagación. Si se logra este objetivo podría evitarse un problema nacional y mundial, con grandes consecuencias en lo económico y social.

Los restaurantes se consideran un entorno de estancia o permanencia temporal que puede volverse un medio de propagación del virus de la influenza A(H1N1). Es por esto que en los restaurantes deberán observarse buenas prácticas de higiene durante la preparación, manejo y servicio de los alimentos, e intensificando la limpieza y desinfección de los establecimientos, requisitos necesarios para ser un entorno libre de contaminantes y un medio libre de transmisión del virus de influenza A(H1N1).

Además, se debe de considerar el máximo número de personas que se puedan atender al mismo tiempo sin producir concurrencias para disminuir el riesgo de contagio. Otro punto a considerar es el comportamiento y la higiene individual que cada comensal debe observar cuando acude a un restaurante, promoviendo la técnica correcta de lavado de mano y la técnica adecuada para toser y estornudar.

Estos lineamientos están enfocados a poder tener las mejores condiciones posibles para contener la propagación del virus de la influenza A(H1N1).

¹ Criterios sobre parámetros ambientales/distanciamiento social intra y extramuros. DGPS
abril 2009

II. Fundamento jurídico

MARCO CONSTITUCIONAL

El artículo 4° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos establece que toda persona tiene derecho a la protección de la salud.

En ese contexto, la Ley General de Salud define las bases y modalidades para el acceso a los servicios de salud, y establece la concurrencia de la Federación y las entidades federativas en materia de salubridad general.

Mientras, que el artículo 73, fracción XVI de la Constitución, establece que el Consejo de Salubridad General depende directamente del Presidente de la República y sus disposiciones generales serán obligatorias en el país.

Por otro lado, determina que para dictar leyes sobre salubridad general de la República:

1a. El Consejo de Salubridad General dependerá directamente del Presidente de la República, sin intervención de ninguna Secretaría de Estado, y sus disposiciones generales serán obligatorias en el país.

2a. En caso de epidemias de carácter grave o peligro de invasión de enfermedades exóticas en el país, la Secretaría de Salud tendrá obligación de dictar inmediatamente las medidas preventivas indispensables, a reserva de ser después sancionadas por el Presidente de la República.

3a. La autoridad sanitaria será ejecutiva y sus disposiciones serán obedecidas por las autoridades administrativas del País.

Por su parte, el artículo 11 dispone que todo hombre tiene derecho para entrar en la República, salir de ella, viajar por su territorio y mudar de residencia, sin necesidad de carta de seguridad, pasaporte, salvo-conducto u otros requisitos semejantes. El ejercicio de este derecho estará subordinado a las facultades de la autoridad judicial, en los casos de responsabilidad criminal o civil, y a las de la autoridad administrativa, por lo que

toca a las limitaciones que impongan las leyes sobre emigración, inmigración y salubridad general de la República, o sobre extranjeros perniciosos residentes en el país

MARCO LEGAL

La Ley General de Salud otorga atribuciones amplísimas a la Secretaría de Salud para tomar medidas tendientes a prevenir y controlar, entre otras enfermedades transmisibles, como la influenza.

En su artículo 3° la Ley General de Salud dispone lo que es materia de salubridad general. Entre otras, en su fracción XVII define la prevención y el control de las enfermedades transmisibles y en la Fracción XV, la prevención y el control de los efectos nocivos de los factores ambientales en la salud del hombre. A su vez el artículo 112, menciona que la educación para la salud tiene por objeto fomentar en la población el desarrollo de actitudes y conductas que le permitan participar en la prevención de enfermedades individuales, colectivas y protegerse de los riesgos que pongan en peligro su salud.

En materia de prevención y control de enfermedades, y sin perjuicio de lo que dispongan las leyes laborales y de seguridad social en materia de riesgos de trabajo, corresponde a la Secretaría de Salud, realizar los programas y actividades que estime necesario. Adicionalmente, promover la colaboración de las instituciones de los sectores público, social y privado, así como de los profesionales, técnicos y auxiliares para la salud y de la población en general, para el óptimo desarrollo de los programas y actividades. Lo anterior está previsto en el artículo 133 fracciones III y IV de la Ley General de Salud.

Igualmente el artículo 134 fracción II, determina que en sus respectivos ámbitos de competencia la Secretaría de Salud y los gobiernos de las entidades federativas, realizarán actividades de vigilancia epidemiológica, de prevención y control de las enfermedades transmisibles como la Influenza.

Las medidas que se requieran para la prevención y control de la Influenza, en términos de la fracción XIII del artículo 139 del mismo ordenamiento deberán ser observadas por los particulares, entre otras medidas están: el aislamiento de sospechosos de padecer la

enfermedad y de enfermos, por el tiempo necesario; la aplicación de vacunas; la inspección de pasajeros, equipajes, medios de transporte y mercancías.

Por su parte el artículo 147 determina que en los lugares del territorio nacional en que cualquier enfermedad transmisible adquiera características epidémicas graves, a juicio de la Secretaría de Salud, así como en los lugares colindantes expuestos a la propagación, las autoridades civiles, militares y los particulares estarán obligados a colaborar con las autoridades sanitarias en la lucha contra dicha enfermedad.

El artículo 148 establece que las autoridades sanitarias quedan facultadas para usar todos los recursos médicos y de asistencia social de los sectores público, social y privados, existentes en las regiones afectadas y colindantes.

En tanto que el artículo 149 determina que sólo con autorización de la Secretaría de Salud se permitirá la entrada a territorio nacional de personas que padezcan enfermedades infecciosas.

Las autoridades sanitarias podrán ordenar, por causa de epidemia la clausura temporal de locales y centros de reunión de cualquier índole, tal como la faculta el artículo 152.

En caso de epidemia de carácter grave, peligro de invasión de enfermedades transmisibles, situaciones de emergencia o catástrofe que afecten al país, la Secretaría de Salud dictará inmediatamente las medidas indispensables para prevenir y combatir los daños a la salud, a reserva de que tales medidas sean después sancionadas por el Presidente de la República, situación prevista en el artículo 181 del mismo ordenamiento.

Por su parte el artículo 182 señala que la Secretaría de Salud, en caso de emergencia causada por deterioro súbito del ambiente que ponga en peligro inminente a la población, adoptará las medidas de prevención y control indispensables para la protección de la salud, sin perjuicio de la intervención que corresponda al Consejo de Salubridad General y a la Secretaría de Desarrollo Urbano y Ecología.

El artículo 183 establece que el Ejecutivo Federal podrá declarar, mediante Decreto, la región o regiones amenazadas que quedan sujetas a lo dispuesto por los artículos ya referidos durante el tiempo necesario a la acción extraordinaria en materia de

salubridad general. Cuando hayan desaparecido las causas que originaron la declaración, el Ejecutivo Federal expedirá Decreto que declara terminada la acción.

El Secretario de Salud, conforme lo dispone el artículo 184, podrá integrar brigadas especiales que actuarán bajo su dirección y responsabilidad y tendrán las atribuciones señaladas en el propio artículo.

Son medidas de seguridad sanitaria, conforme lo establecido en el artículo 404: el aislamiento, la cuarentena, la observación personal, la vacunación de personas y animales, la destrucción o control de insectos o fauna transmisora y nociva, la suspensión de trabajos o servicios, la suspensión de mensajes publicitarios en materia de salud, la emisión de mensajes publicitarios que adviertan peligros a la salud, el aseguramiento y destrucción de objetos, productos o sustancias, la desocupación o desalojo de casas, edificios, establecimientos o predios, la prohibición de actos de uso y las demás que determinen las autoridades sanitarias competentes. El mismo artículo dispone que todas estas medidas sean de inmediata ejecución.

De acuerdo al artículo 411 de la misma ley, las autoridades sanitarias competentes podrán ordenar la inmediata suspensión de trabajos o de servicios o la prohibición de actos de uso, cuando, de continuar aquéllos, se ponga en peligro la salud de las personas.

Con fundamento en lo anterior, y en el Acuerdo por el cual se establece la obligatoriedad para desarrollar una Estrategia Operativa Multisectorial del Plan Nacional de Preparación y Respuesta ante una Pandemia de Influenza, Publicado en el Diario Oficial de la Federación de Fecha 3 de agosto de 2007.

El Decreto por el que se ordenan diversas acciones en materia de salubridad general, para prevenir, controlar y combatir la existencia y transmisión del virus de influenza estacional epidémica, de fecha 25 de abril de 2009.

Y derivado de la alerta sanitaria pronunciada por el Secretario de Salud del Gobierno Federal el pasado 23 de abril de 2009, se emiten los presentes lineamientos.

III. Lineamientos

1. Informar y llevar a cabo las siguientes medidas preventivas: a los empleados (manejadores de alimentos) sobre las medidas preventivas que se deben cumplir para disminuir el riesgo de contagio por el virus de influenza A(H1N1):

☞ Qué es la influenza A(H1N1)?

☞ Formas de transmisión

☞ Síntomas:

- a) Fiebre de 38°C o más,
- b) Dolor de cabeza,
- c) Dolor muscular y de articulaciones
- d) Ataque al estado general y decaimiento
- e) Tos
- f) Escurrimiento nasal
- g) Ojos irritados
- h) Dolor de garganta


☞ Signos de alarma:

- a. Dificultad para respirar
- b. Dolor de pecho
- c. Flemas con sangre y
- d. Confusión y somnolencia.

☞ **Medidas preventivas:**

☞ **Individuales para manejadores de alimentos y comensales:**

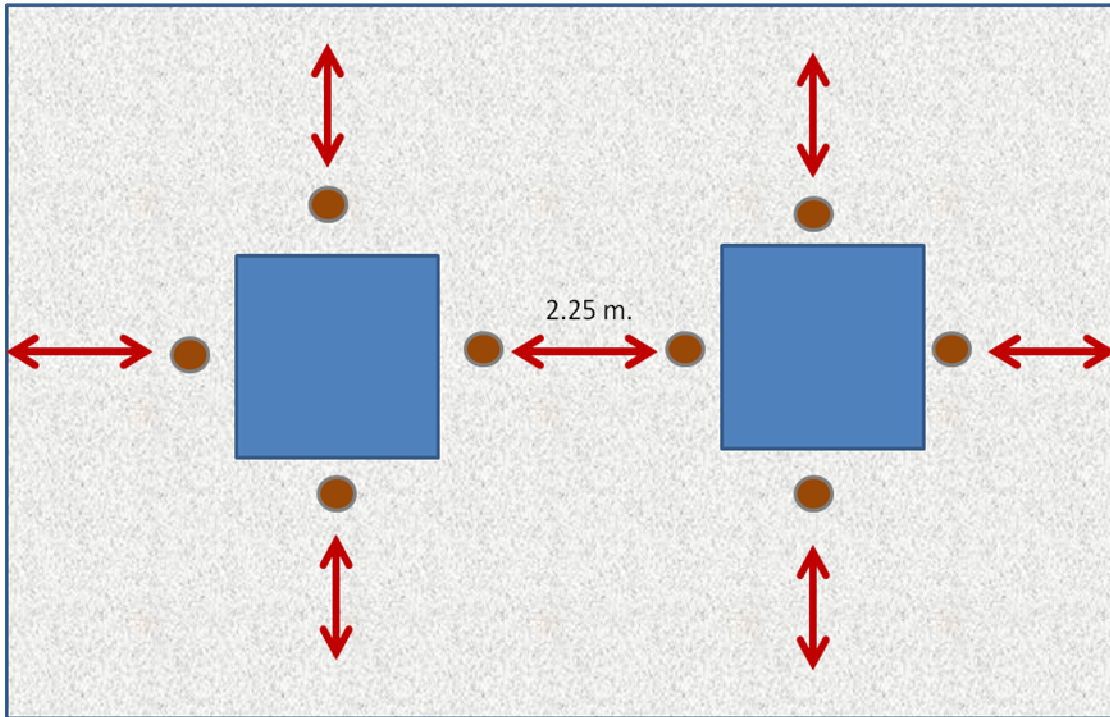
- a. Debe utilizar bata, delantal, red, turbante y/o cofia o gorra de colores claros que cubra completamente el cabello, limpios y en buen estado
- b. Debe lavarse las manos hasta la altura de los codos con agua y jabón, de preferencia líquido, usar gel antibacteriano con base de alcohol, siguiendo la técnica antes mencionada, principalmente después de estornudar, toser y sonarse la nariz. Siguiendo la siguiente técnica:

-  Frotar vigorosamente ambas superficies de las manos y brazos, durante 20 segundos como mínimo, enjuagar muy bien con agua limpia y poner particular atención a las áreas por debajo de las uñas y entre los dedos, utilizando cepillo para su lavado.
- c. Debe lavarse las manos con agua, jabón y desinfectante, secarse con toallas desechables o aire caliente, antes de: comenzar labores, manipular vajilla limpia y alimentos crudos, cocidos o toser, rascarse, saludar de mano, ir al baño, manipular dinero y tocar las perillas o puertas y equipo.
- d. Se debe exigir el lavado de manos en lugar del uso de guantes. En el caso de necesitar guantes, estos deben ser desechables y descartarse cada vez que se interrumpan labores.
- e. La presentación de todo el personal debe ser pulcra: bañado, afeitado, con el pelo corto y cubierto completamente así como con ropa limpia.
- f. Las uñas deben estar limpias, recortadas y sin esmalte
- g. No usar de joyas en manos, cuello y orejas
- h. No se permite comer, fumar o beber en el área de preparación de alimentos; para probar el sazón de los alimentos preparados, se utilizarán platos y cubiertos específicos, los cuales una vez usados se lavarán.
- i. Al toser o estornudar hacerlo con la técnica correcta. (*Anexo 1*).
- j. Deben mantenerse alejados de personas que pudieran tener infecciones respiratorias agudas
- k. Debe evitar compartir artículos de como plumas, lápices, plumones, marcadores, y en caso necesario, lavarse las manos después del contacto
- l. No deben saludar de beso, mano y abrazo.
- m. No deben usar corbata, porque actúa como un reservorio de microorganismos.

▷ Colectivas

- § Las áreas de servicio y comedor, deben cumplir con las siguientes disposiciones.
 - Las superficies de las mesas después de cada servicio y al final de la jornada de trabajo, se lavará con agua y jabón y desinfectará con una solución de agua con cloro (*Anexo 2*).
 - Los utensilios de servicio, manteles y servilletas de tela, cubiertos, vajilla, azucareras se cambiarán y lavarán después de cada servicio y diariamente después de cada jornada. Los manteles y servillas de papel se manejaran como desechos después de su uso.
 - Se reemplazará el contenido de las salseras después de cada servicio.
 - Se deben manipular los cubiertos en forma tal que no se tomen con los dedos las partes que están en contacto con los alimentos, si no que se tomen por los mangos o las bases.
 - No se deben colocar los dedos en partes de vasos, tazas, platos, palillos y popotes que estén en contacto con los alimentos o con la boca del comensal.
 - Se colocará información en el área de preparación de alimentos y en el área de lavado de utensilios y material de limpieza, relativa a los métodos de limpieza con cloro (*anexo 2*).
- § Si existe aire acondicionado mantener el clima con una gradación entre los 24° y los 26° C. y una humedad entre 50 y 60%. Se deberá realizar el programa de mantenimiento específico para cada sistema, en especial limpieza de filtros. Si es posible utilizar los filtros HEPA.
- § Conservar permanentemente en condiciones de uso e higiénicos los servicios sanitarios, vestidores y casilleros destinados al uso del personal que labora en el lugar.
- § Se instrumentará un programa diario de limpieza y desinfección de las diferentes áreas, utensilios y equipos del restaurante, así como de revisión del equipo de protección personal de los manejadores de alimentos, aplicando el listado de autoevaluación (*Anexo 5*).
- § **La densidad humana máxima** en ambiente intramuros y extramuros durante la epidemia de influenza A (H1N1), debe ser:

- ▷ Un espacio de 10 metros cuadrados puede ser utilizado por un máximo de 4 personas.
- ▷ La disposición de las mesas debe de ser de forma tal que las distancias entre el respaldo de silla y silla de una mesa a otra sea de 2.25 m.



2. Medidas previas para disminuir los riesgo de contagio del virus de influenza A(H1N1).

- Establecer un programa de limpieza en cada una de las áreas conforme a una bitácora de control, que será sujeta de supervisión; si se trata de superficies inertes (acero inoxidable o plástico duro) se deberá realizar con agua y detergente o con una solución de cloro (un litro de agua con 8 cucharaditas de cloro al 6%, que es el cloro comercial) cada 4 horas (*Anexo 2*).
- Ventilar todas las áreas de trabajo abriendo ventanas para permitir la ventilación y entrada del sol. Asegurar que no haya obstrucción ni apilamiento de materiales y equipo en ventanas.
- Garantizar la disponibilidad de contenedores rígidos de basura con bolsa de plástico y tapa en todas las áreas.

- Supervisar la limpieza y desinfección de las diferentes áreas, utensilios y equipos del restaurante, aplicando el listado de autoevaluación (*Anexo 5*).
- Lavar y desinfectar los baños, garantizar el abasto de agua, colocar en los servicios sanitarios jabón para lavarse las manos frecuentemente, toallas desechables o dispositivos de aire caliente para el secado de las manos, bote con bolsa y tapa para el manejo de desechos, así como carteles que indiquen la técnica correcta del lavado de manos.
- Limpiar con un trapo los objetos de uso común con una solución de agua con cloro (ver instrucciones de preparación en el anexo 2), al menos tres veces al día:
 - ▷ Teléfonos
 - ▷ Manijas y botones interruptores de electricidad o de elevadores
 - ▷ Teclados de computadora y mouse, impresoras, máquinas de escribir
 - ▷ Lavabos, puertas y manijas, así como manija o botón de la taza de baño,
 - ▷ Verificar el suministro de agua suficiente, jabón líquido, papel de baño, toallas desechables o secadores de aire.

3. Medidas de difusión e información: colocación de mensajes de salud en restaurantes:

- ☑ Medidas básicas de higiene
- ☑ Técnica correcta para el lavado de manos
- ☑ Técnica adecuada para toser o estornudar
- ☑ Sitios de trabajo
- ☑ Ubicación y teléfonos de las unidades de salud y hospitales cercanos al área de trabajo

*Estos materiales están disponibles para su reproducción en las páginas web:

<http://www.promocion.salud.gob.mx>

<http://dgps.salud.gob.mx>







4. Filtro de supervisión general.

Objetivo:

Garantizar que las personas que ingresen a los inmuebles (escuelas, centros de trabajo, etc.) no representen un riesgo potencial de contagio para el resto de las personas en los mismos.

- ☐ Establecer un filtro de supervisión en las entradas de los inmuebles que consistirá en contar con una mesa o escritorio cubierto con un mantel o paño de tela. En caso de no

disponer de ello, deberá limpiar la superficie cada 4 horas con una solución de cloro (un litro de agua con 8 cucharaditas de cloro al 6 % que es el cloro comercial).

- b.** Asimismo deberá de haber dos sillas ubicadas una en cada extremo a lo largo de la mesa o escritorio procurando cumplir con una distancia de 2.25 metros entre una y otra.
- c.** El personal designado para aplicación del filtro de supervisión deberá utilizar bata no estéril, respirador N95, (certificado por NIOSH, y/o FDA), y deberá colocársela correctamente; en caso de no adquirir un respirador N95 se pueden utilizar las alternativas que aparezcan en la página WEB de dgps.salud.gob.mx. Puede ser médico, enfermera o personal con capacitación previa para dicha función.
- d.** Si hay varios accesos al inmueble deberá haber un filtro de supervisión para cada uno de ellos.
- e.** Para evitar las conglomeraciones en los filtros de supervisión, las personas deberán hacer una fila y guardar una distancia de por lo menos un brazo entre una persona y otra; dependiendo del número de trabajadores se recomienda establecer flexibilidad en los horarios Del personal.
- f.** El material de trabajo para el filtro de supervisión será:
 -  Termómetros infrarrojos o tiras plásticas para medir la temperatura corporal.
 -  Gel antibacteriano con base en alcohol
 -  Pañuelos desechables
 -  Bote de basura con bolsa de plástico para los desechos. (se deberá vigilar el constante cambio de las mismas para evitar acumulación de los desechos).
 -  Cuestionarios de detección de signos y síntomas.(Anexo 4)
 -  En el filtro se aplicará a todas las personas los cuestionarios para la identificación de algún síntoma de infección respiratoria, y se determinará en función de esto, si la persona puede entrar al inmueble o si será derivado a su domicilio o unidad de atención médica.
- g.** Evitar en todo momento el saludo de mano, beso o abrazos.

- h. Solicitará a todas las personas que ingresen al inmueble el lavado de manos de acuerdo a la técnica correcta y en caso de no contar en el acceso con las instalaciones para ello, se utilizará gel antibacteriano con base en alcohol.

CONSIDERACIONES GENERALES

1.- Es responsabilidad de de los Empresarios, concesionarios y operadores, el auto verificar el cumplimiento de los presentes lineamientos, demostrando con ello su apego y respeto a la salud y el aprecio a la vida de sus clientes, sus trabajadores y la población en general. La autoridad sanitaria se reserva su verificación.

2. Estos lineamientos se irán modificando por la condición epidemiológica, así como por el conocimiento que se vaya generando e irán apareciendo en los documentos criterios sobre parámetros ambientales/ distanciamiento social intra y extramuros en la página (DGPS, abril 2009).

3. La Secretaría de Salud ira poniendo a su disposición documentos de apoyo para su verificación.



IV. Anexos

ANEXO 1

TÉCNICA CORRECTA PARA EL LAVADO DE MANOS

- ☑ Usar agua y jabón (de preferencia líquido). Se puede utilizar gel antibacteriano con base de alcohol, en caso de no haber agua y jabón. Al finalizar no aplicar crema para manos
- ☑ Usar agua tibia y jabón (de preferencia líquido)
- ☑ Puede usar jabón de pasta en trozos pequeños y deberá cambiarlos con frecuencia (diariamente)
- ☑ Mojar las manos con agua y aplicar jabón
- ☑ Tallar las manos enérgicamente durante 15–20 segundos, hasta formar espuma
- ☑ Cubrir todas las superficies de las manos y dedos, llegando hasta los pliegues de las muñecas
- ☑ Las manos se deberán secar con una toalla de papel desechable
- ☑ Cerrar la llave del agua con la toalla desechable y abrir la puerta del baño con la misma
- ☑ Tirar la toalla desechable en el bote de la basura
- ☑ Se recomienda, lavar las manos:
 - Después de toser o estornudar
 - Después de tocar manijas y barandales públicos, botones de elevador, después de haber tocado objetos como llaves, monedas, billetes; objetos de oficina de uso común: teclados de computadora, impresoras, máquinas de escribir, engrapadoras, etc.
 - Antes de tallarse los ojos, la nariz o la boca
- ☑ El uso de gel antibacteriano con base de alcohol es también efectivo para destruir virus y bacterias

TÉCNICA ADECUADA PARA TOSER O ESTORNUDAR

- ☑ Al toser o estornudar, cubrir nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo. Nunca cubrirse con las manos, ya que el virus puede quedar en ellas
- ☑ Tirar el pañuelo desechable en una bolsa de plástico, amarrarla y depositarla en el bote de basura y si es de tela no olvides lavarlo
- ☑ Siempre lava tus manos después de toser o estornudar



ANEXO 2

MÉTODOS DE LIMPIEZA DE ÁREAS CONTAMINADAS CON AGENTES BIOLÓGICOS (BACTERIAS, VIRUS)

Desinfección:

- El propósito de la desinfección es prevenir la diseminación mecánica de los agentes de la enfermedad de un lugar a otro mediante personas, equipos, mobiliario o utensilios
- Los virus de la influenza A(H1N1) son sensibles a los detergentes que destruyen la cubierta del virus, destruyendo se integridad y su capacidad infectiva
- Para remover la contaminación en diferentes áreas, debe hacerse siempre con detergentes (agua jabonosa) o desinfectantes específicos
- El cloro destruye [bacterias](#) y [virus](#), actúa también sobre su cubierta

| Superficie | Substancias |
|---|--|
| Humanos Manos Piel expuesta | Jabones líquidos, Detergentes y gel antibacteriano con base en alcohol |
| Mobiliario de superficies lisas y de contacto, (mesas, sillas, butacas, bancas, volantes de automóvil o autobuses, escritorios, pisos, teléfonos, manijas, baños, etc.) | Jabones y Detergentes Cloro comercial al 6 % |
| Albercas | Hipoclorito de calcio al 35% |
| Recipientes con agua, Tanques de almacenamiento, Tinacos y cisternas | Hipoclorito de calcio al 65% (una pastilla)/10 m3 en agua |

Desinfección con Cloro

- Llenar una botella con un litro de agua limpia
- Agregar 8 cucharaditas de cloro líquido
- Tapar la botella y agitar
- Etiquetar la botella indicando que contiene agua clorada
- Dejar reposar 30 minutos antes de utilizarla
- Guardar el recipiente en un lugar oscuro y fuera del alcance de los niños

Esta agua de cloro preparada, tiene una caducidad de un mes

Anexo 3

Recomendaciones para el uso del cubrebocas²

El cubrebocas ayuda para no contagiar a otros; pues permite a las personas que presentan síntomas similares a la influenza contener las gotitas de saliva y respiratorias. El uso del cubrebocas es un complemento a las otras medidas personales de higiene que **siempre** deben aplicarse.³

Si decide utilizarlo, es indispensable que lo use y deseche correctamente, para asegurar que sea efectivo y reducir el riesgo de transmisión asociado a su uso inadecuado.

¿Quién lo debe utilizar?

Personas que tengan algún síntoma de gripe.

Personas que viven o atienden a un enfermo con síntomas de gripe u otro padecimiento.

Personas que necesitan estar en lugares muy concurridos como: transporte público, centros comerciales, mercados, estadios, iglesias, elevadores, entre otros.

Modo de usarlo:

- saque de la bolsa el cubrebocas tomándolo de las ligas.
- colóquese cuidadosamente, cubriendo la boca y la nariz; ajústelo bien para reducir el mínimo espacio entre la cara y el cubrebocas.
- mientras lo traiga puesto, evite tocarlo. Si lo toca, lávese las manos o aséelas con un gel limpiador a base de alcohol.
- cada vez que el cubrebocas se humedezca, cámbielo.
- no lo comparta, es de uso personal.
- no lo reutilice.
- cambiar el cubrebocas cuando esté roto o desgastado
- tírelo después de visitar un enfermo en el hospital.

Modo correcto para tirar el cubrebocas:

- una vez utilizado, destruya y tire el cubrebocas inmediatamente al bote de basura o bolsa de plástico, amárrelo y tírelo al bote de basura.
- lávese las manos inmediatamente con agua y jabón, aplicando la técnica correcta.
- en un hospital, dépositelo en los contenedores destinados para ello.
- **por ningún motivo**, deje el cubrebocas sobre la mesa, buró, escritorio ni otra superficie, para evitar la contaminación.

¿Quién no debe usarlo?

- Las personas que tienen dificultad para respirar, aunque estén enfermas.

EL CUBREBOCAS POR SI SOLO, NO PROTEGE DE LA INFLUENZA A (H1N1), ES INDISPENSABLE EL LAVADO FRECUENTE DE MANOS Y LA HIGIENE DE LOS LUGARES.

² OMS. Recomendaciones para el uso de cubrebocas en la comunidad durante brotes de influenza A (H1N1). Recomendaciones provisionales. Ginebra. 1 de mayo 2009.

³ Técnica correcta de lavado de manos con agua y jabón o gel antibacteriano con base en alcohol; no tocarse ojos, nariz ni boca; uso de la técnica adecuada para toser y estornudar; evitar o reducir al mínimo el tiempo tanto en aglomeraciones como el contacto físico con personas enfermas.

ANEXO 4

CUESTIONARIO GENERAL DE APLICACIÓN EN FILTRO DE SUPERVISIÓN FILTRO EN INMUEBLES
(ESCUELAS, CENTROS DE TRABAJO, ETC.)

Fecha de aplicación (d/m/a) _____

Sintomatología

1.- ¿En los últimos 7 días⁴, ha tenido algún síntoma como?:

a) fiebre (igual o mayor 38° C)

Si _____ No _____

b) tos

Si _____ No _____

Características de la tos:

I. Seca _____

II. Con flemas _____

c) dolor de cabeza

Si _____ No _____

d) dolor de cuerpo o de articulaciones y cansancio en general

Si _____ No _____

e) escurrimiento nasal

Si _____ No _____

Este escurrimiento nasal es:

I. De escasa cantidad durante el día _____

II. Abundante cantidad la mayor parte del día _____

2. ¿Sabe si es alérgico al polvo u otras sustancias que le produzca estornudo o tos?

Si _____ No _____

1. En caso de que tenga fiebre mayor o igual a 38° C, negar el acceso y referenciarlo a consulta médica. Si presenta cualquier otro síntoma sin fiebre igual o mayor a 38° C, negar el acceso y referenciarlo a su hogar con la recomendación de que esté alerta por si aumenta en su frecuencia e intensidad. En todos los casos recordar: NO AUTMOEDICARSE.

2. En caso de ser alérgico, y lo que presenta es un cuadro de escurrimiento nasal y dolor de cabeza, pero no presenta ningún otro síntoma puede ingresar.

⁴ Se cree que el virus tiene las mismas propiedades en términos del contagio que el virus de la gripe estacional. Es por ello que las personas infectadas con el virus de la influenza A (H1N1) pueden potencialmente contagiar a otras personas desde un día previo a la presencia de los síntomas, mientras se tienen los síntomas y posiblemente hasta 7 días posteriores a la aparición de la enfermedad. Los niños, en especial lo más pequeños, pueden contagiar a otras personas potencialmente por períodos más extensos. Se está estudiando más acerca del virus de la influenza A (H1N1) para poder tener un mayor conocimiento de sus características. (CDC, disponibles en: http://www.cdc.gov/h1n1flu/swineflu_you.htm y el Departamento de Salud y Servicios Humanos de E.U., disponible en:

http://espanol.pandemicflu.gov/pandemicflu/enes/24/www_pandemicflu_gov/faq/swineflu/005.html)

ANEXO 5

LISTADO DE AUTOEVALUACIÓN PARA ESTABLECIMIENTOS QUE PREPARAN ALIMENTOS

Limpieza y buen estado de áreas de recepción y de servicio al público

| | SI | NO |
|---|----|----|
| Pisos | | |
| Paredes | | |
| Sillas | | |
| Mesas | | |
| Puertas | | |
| Superficies de contacto (manijas, barandales, otras) | | |
| Áreas de juegos infantiles y superficies de contacto de las mismas | | |
| Estaciones y carros de servicio | | |
| Utensilios de servicio (cubiertos, vajilla, manteles, servilletas, azucareras, otros) | | |

Limpieza en área de cocina

| | | |
|--|--|--|
| Pisos | | |
| Paredes | | |
| Anaqueles y tarimas sobre el nivel del piso | | |
| Utensilios | | |
| Equipo eléctrico | | |
| Mesas de trabajo | | |
| Lavado y desinfección de trapos y jergas | | |
| Existencia de depósitos para basura con bolsa de plástico | | |
| Área de lavado de manos que cuente con agua, jabón y toallas desechables | | |

Para el personal

| | | |
|--|--|--|
| Informar al personal sobre la influenza A(H1N1), técnica correcta del lavado de manos y técnica adecuada para toser o estornudar | | |
| Utiliza el equipo de protección personal | | |
| Evitar mascar o escupir | | |
| Minimizar el contacto directo de las manos con los alimentos y superficies de contacto | | |
| No permitir que los trabajadores asistan con infecciones respiratorias | | |
| Si prepara alimentos o los sirve No usar joyería u ornamentos, Usar el cabello cubierto completamente, Usar uñas cortas al ras y sin esmalte | | |

Instalaciones sanitarias

| | | |
|---|--|--|
| Existencia de agua, jabón, toallas desechables o secador de pelo automático | | |
| Existencia de depósitos para basura con bolsa de plástico y tapadera | | |
| Carteles de lavado de manos y técnica adecuada para estornudar | | |