

1. Higiene de manos

- Seguimiento de la técnica de higiene de manos recomendada por la Campaña “Está en tus manos”.
- Higiene de manos con agua y jabón o gel alcoholado en los cinco momentos recomendados por la Campaña “Está en tus manos”.
- Proveer de materiales e insumos para la correcta higiene de manos.

2. Equipo de protección personal

- Proteger las mucosas de nariz, boca y conjuntiva.
- Usar mascarilla quirúrgica rígida, bata y guantes no estériles.
- Respirador contra partículas (N 95), como máxima protección para trabajadores de la salud con exposición directa y continua en la atención de pacientes con influenza.
- Ante riesgo de salpicaduras o derrames en procedimientos, protección de los ojos con lentes o googles, mascarilla frontal, guantes y bata no estéril.
- Utilizar el uniforme sólo en las áreas de trabajo.

3. Aislamiento de pacientes

- Favorecer que el área de aislamiento esté ventilada y señalizada.
- Promover la distancia de los pacientes de al menos 1 m.
- Contar con una bata especial para el cuarto o área de aislamiento. Retirar la bata cuidadosamente.
- Acceso restringido al área e identificación del paciente aislado.
- Contar con lista de verificación del equipamiento necesario en el área de aislamiento.
- Utilizar técnica estéril para las aspiraciones de secreciones en pacientes intubados.
- Descontaminación de todo equipo utilizado durante la exploración de un enfermo por medio de: una gasa, torunda o toalla alcoholada.
- Colocar mascarilla quirúrgica rígida de forma permanente al paciente, de acuerdo a sus condiciones clínicas.

4. Limpieza, desinfección, ropa y desechos

- Seguimiento diario de la limpieza y desinfección de las unidades, atención de las áreas de aislamiento. Desinfectar con hipoclorito de sodio 0.5% y alcohol 70%.
- Tratamiento especial de la ropa usada por los pacientes en su manipulación, transporte y lavado.
- Seguimiento estricto de la NOM -087 RPBI. Todos los residuos que provengan de pacientes con influenza A (H1N1) deben ser tratados como residuos clínicos infecciosos.

5. Régimen de visitas y circulación interna

- Limitar al máximo el número y horario de visitas.
- Reducir vías de acceso y entrada a las unidades.
- Solicitar lavado de manos y otras medidas de protección a los acompañantes y restringir contactos del paciente con sus familiares.

6. Traslado interno de pacientes

- Reducir los traslados innecesarios de pacientes.
- Proteger al paciente con síntomas o diagnóstico de influenza con mascarilla. Autoprotección del personal que realiza el traslado.

7. Toma y procesamiento de muestras

- Protección al realizar el exudado faríngeo y la toma por hisopo.
- Correcta identificación de la muestra y extremar las medidas de protección en el laboratorio.

8. Vigilancia de la salud de los trabajadores

- Consulta médica preferente para los trabajadores del centro.
- Profilaxis antiviral en los casos indicados.
- Vigilancia periódica de los probables síntomas de la influenza A.
- Información constante a los trabajadores de la salud.
- Flexibilidad para favorecer descansos en el trabajo por fatiga con licencias o cambio de turno. La fatiga aumenta la posibilidad de eventos adversos o accidentes laborales.