

# Guía informativa para empresarios sobre la posible pandemia de influenza

---





### Introducción

La propagación de la **influenza aviar** entre las aves de los continentes Asiático, Africano y Europeo representa un gran riesgo para el desarrollo de una pandemia de influenza. El número de casos de **influenza aviar en humanos** va en aumento, esto significa que el virus se está adaptando cada vez más a los humanos<sup>1</sup>. La comunidad científica se basa en la inestabilidad genética del virus para creer que el virus de la influenza aviar tipo A (H5N1) puede continuar mutando hasta generar un nuevo virus con la capacidad de transmitirse fácilmente entre la especie humana, provocando una pandemia.

Una **pandemia de influenza** traería serias consecuencias sociales y económicas para cualquier país por el gran número de personas que afectaría, inclusive significaría el cierre de plantas, escuelas y escasez de insumos. Esto ha despertado un gran interés en los líderes sociales y en los gobernantes del mundo por trabajar en conjunto para reducir y limitar, en la medida de lo posible, el impacto de una pandemia de influenza.

Las **empresas** contribuyen fuertemente a mantener la economía del país por eso es esencial su preparación frente a una pandemia de influenza. Es necesario conocer las consecuencias y las acciones que se deben implementar antes y durante la pandemia. Con el fin de proteger a sus colaboradores por medio de las medidas de higiene asegurando la continuidad en los negocios.

El trabajo en conjunto es clave para limitar la expansión de una pandemia de influenza, teniendo un plan de preparación y reforzar las acciones preventivas que realizan los organismos gubernamentales y la sociedad civil.

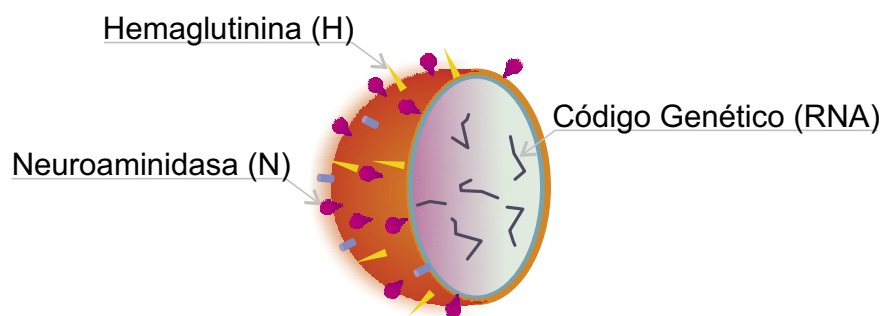
<sup>1</sup> [http://www.who.int/csr/disease/avian\\_influenza/country/cases\\_table\\_2006\\_10\\_11/en/index.html](http://www.who.int/csr/disease/avian_influenza/country/cases_table_2006_10_11/en/index.html)

## Objetivos Específicos

1. Explicar los diferentes tipos de influenza.
2. Difundir las medidas básicas de preparación ante una pandemia de influenza.
3. Informar sobre el Plan Nacional de Preparación y Respuesta ante una Pandemia de Influenza con el que cuenta México.
4. Establecer las acciones específicas par cada grupo.

## ¿Qué es la influenza?

- Es una **enfermedad respiratoria** causada por un virus llamado **virus de la influenza** que se clasifica en tres tipos: A, B y C. Se subclasifica a su vez según sus proteínas de superficie: hemaglutinina (H) y neuroaminidasa (N) de la cual depende la gravedad de la enfermedad.
  - **Nombre:** virus de la influenza.
  - **Tipo:** tipo A, tipo B o tipo C.
  - **Subtipo:** las combinaciones pueden ser desde H1N1 hasta H16N9.
- Este virus de la influenza tiene la capacidad de infectar tanto a los humanos como a animales (aves, cerdos, tigres, etc.)



## Tipos de influenza

- El virus de la influenza tipo A puede provocar 3 tipos de enfermedades:
  - Influenza estacional
  - Influenza aviar
  - Influenza pandémica

## Influenza estacional

¿Qué es la influenza estacional?

- Es una enfermedad **propia del ser humano**, comúnmente llamada *influenza* que se presenta principalmente durante los meses de invierno.
- Puede ser provocada por los virus tipo A y B.

¿Es lo mismo el resfriado común que la influenza?

- No, no es lo mismo. El virus del resfriado común es diferente al que causa la influenza. Aunque ambas son enfermedades respiratorias agudas y tienen síntomas parecidos, los síntomas de la influenza estacional son más severos.

SÍNTOMAS	RESFRIADO COMÚN	INFLUENZA ESTACIONAL
<b>Fiebre</b>	Niños hasta 39° Adultos poco frecuente	Puede elevarse hasta 40° Dura de 3 a 4 días
<b>Dolor de cabeza</b>	Raras veces	Inicio brusco y de gran intensidad
<b>Dolores musculares</b>	Leve a moderado	Gran intensidad (generalmente)
<b>Cansancio y debilidad</b>	Leve a moderado	Puede durar de 2 a 3 semanas
<b>Decaimiento</b>	Leve	Inicio brusco y de gran intensidad
<b>Congestión nasal</b>	Frecuente	Algunas veces
<b>Ardor y/o dolor de garganta</b>		
<b>Tos</b>	Leve o moderada	Casi siempre

<sup>1</sup> Basado en cuadro comparativo realizado por la Dirección General de Epidemiología

¿A quiénes afecta la influenza estacional?

- Tiene la capacidad de afectar a todas las personas.
- Sin embargo, son **más susceptibles** de sufrir complicaciones:
  - Niños menores de 5 años.
  - Adultos mayores de 65 años.
  - Personas con enfermedades crónicas como diabetes, enfermedades del corazón, de los pulmones, etc.

### Transmisión de la influenza estacional<sup>2,3</sup>

- El virus de la influenza puede viajar a través de las gotitas de saliva que se expulsan al hablar, toser o estornudar hasta a un metro de distancia.
- Sobrevive entre 48 y 72 horas (en superficies lisas: manos, manijas y barandales o superficies porosas: pañuelos desechables y telas), manteniendo su capacidad de contagiar
  - El virus puede ser destruido por la luz ultravioleta (luz solar) y agentes como el jabón.
- Las infecciones respiratorias se transmiten cuando el virus de la influenza entra al organismo a través de la nariz o la boca:
  - Por personas enfermas que estornudan o tosen frente a otra sin cubrirse la boca.
  - Por comer o beber alimentos o líquidos ya probados por una persona enferma.
  - Por utilizar cubiertos u objetos de una persona enferma.
  - Por usar trastes del enfermo mal lavados como cubiertos y vasos.
  - Por hablar cerca, saludar de mano o de beso a una persona enferma.
- Uno a cuatro días después del contacto inician los síntomas.

<sup>2</sup> Mandell GL, Bennett JE, Dolin RD. Principles and Practices of Infectious Diseases 4th Ed. Churchill Livingstone, New York. 1995, p1547.

<sup>3</sup> <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs211/en/>

### ¿Cuál es la mejor manera de prevenir el contagio de la enfermedad?

#### 1. El lavado **adecuado** y frecuente de **manos**:

- Está comprobado que disminuye hasta un 45% las consultas médicas por infecciones respiratorias.<sup>4, 5</sup>
- Utilizar agua y jabón es muy importante porque rompe con el ciclo de transmisión del virus.

#### 2. El **cubrir** la boca al **toser** o **estornudar** utilizando un pañuelo o el antebrazo, reduce la transmisión de la enfermedad de persona a persona.

- Está comprobado que limita la liberación de gotitas de saliva al medio ambiente y evita que las manos se contaminen con saliva.
- Tirar el pañuelo desechable a la basura impide que el pañuelo se convierta en un medio de contagio.

### ¿Cuál es el tratamiento de la influenza estacional?

- De acuerdo a los síntomas, el médico valorará si es necesario recetar medicamentos.
- Se recomienda beber muchos líquidos, evitar los cambios bruscos de temperatura, guardar reposo y evitar lugares concurridos para no contagiar a otras personas.

### ¿Existe vacuna para la influenza estacional?

- Sí, si existe. Cada año se produce una vacuna contra la influenza estacional ya que el virus cambia constantemente y es necesario actualizarla.

### ¿Quién debe vacunarse?

- Cada año la Secretaría de Salud vacuna gratuitamente a:
  - Todos los niños de 6 meses a 3 años de edad.
  - Los adultos a partir de los 50 años.
  - Personas con enfermedades crónicas (ej.: diabetes, enfermedades del corazón, de los pulmones, etc.).

#### Medidas básicas de higiene:

- Cubre tu nariz y boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar.
- Si no tienes pañuelo utiliza el ángulo del codo.
- Lava tus manos después de toser o estornudar.
- Procura no asistir a lugares concurridos, ¡**recupérate en casa!**
- Evita saludar de mano o de beso, cuando estés enfermo.
- No escupas en el suelo.
- No compartas vasos, platos y cubiertos con los demás.
- Sigue las recomendaciones de tu médico.

## Influenza aviar

¿ Qué es la influenza aviar?

- Es una enfermedad **propia de las aves**, causada por el virus de la influenza tipo A, comúnmente llamada *gripe aviar*.

¿En dónde hay influenza aviar?

- Actualmente existe un brote importante de influenza aviar en países de Asia, tanto en aves silvestres como de corral.
- Desafortunadamente las aves migratorias han propagado el virus hasta países de Europa y África.

En el continente Americano no se han detectado aves con este virus de influenza aviar tipo A (H5N1).

¿Cómo se transmite la influenza aviar entre aves?

- De aves a **aves**:
  - Las aves (**silvestres** o de corral) propagan el virus por medio de su excremento o secreciones como moco y saliva.

¿Se puede contagiar el ser humano con el virus de la influenza aviar?

- Si, sólo en raras ocasiones.
- Hasta el día de hoy, por cada millón y medio de aves infectadas, se ha presentado un caso de infección humana<sup>6</sup>.
- Dentro de los diferentes subtipos del virus de la influenza aviar el que ha logrado contagiar a los seres humanos es el subtipo H5N1: **virus de la influenza aviar tipo A (H5N1)**.

¿Cómo se transmite la influenza aviar a humanos?

- De aves a **humanos**:
  - Al entrar en contacto con las secreciones y excremento de aves infectadas. Esto puede ser por medio de las jaulas y utensilios para el manejo y alimentación de las aves.

En este caso se le llama: influenza aviar en humanos.



### ¿Por qué es tan importante la influenza aviar?

- Porque desde el primer caso de influenza aviar en humanos registrado en 1997, el virus ha cambiado y cada vez le es más fácil provocar enfermedad en seres humanos.
- Los científicos consideran que a partir del virus de la influenza aviar tipo A (H5N1) puede generarse un nuevo virus capaz de provocar una enfermedad grave a nivel mundial, llamada **pandemia de influenza**.

### ¿Existen casos de influenza aviar tipo A (H5N1) en México?

- No, hasta el momento no se han presentado casos ni en aves, ni en humanos.
- En México no existe riesgo alguno de contraer influenza aviar:
  - México no importa aves de ninguno de los países afectados.
  - Las aves silvestres que vuelan sobre territorio mexicano no han presentado este tipo de influenza aviar.
  - Las aves de corral no han presentado influenza aviar tipo A (H5N1).

### ¿Existe algún tipo de vigilancia o control para detectar la influenza aviar en México?

- Sí, México realiza un buen control.
- La Secretaría de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación (SAGARPA<sup>7</sup>) desde hace 11 años tiene estrictas medidas de control para identificar la influenza aviar.
- La Secretaría de Salud (SSA<sup>8</sup>) ha pedido al Sistema Nacional de Vigilancia Epidemiológica (SINAVE<sup>9</sup>) que esté alerta ante cualquier información de la influenza aviar.

### ¿Cómo se detecta la influenza aviar en aves?

- Las aves silvestres no siempre presentan síntomas. Los síntomas varían según el ave y el subtipo del virus. El ave puede presentar fiebre, decaimiento, inapetencia, caída de plumas, disminución en la producción de huevo, hinchazón de cabeza, parpados y cresta. La infección puede provocar la muerte del ave.

<sup>7</sup> <http://www.sagarpa.gob.mx/cgcs/>

<sup>8</sup> <http://www.salud.gob.mx/>

<sup>9</sup> <http://www.dgepi.salud.gob.mx/sinave/index.htm>

**¿Es seguro comer productos avícolas, a pesar de la influenza aviar?**

- Sí, siempre y cuando estén bien cocidos.
- El virus de la influenza no sobrevive altas temperaturas.

**¿Es seguro viajar a países donde existe influenza aviar?**

- Sí, actualmente no existe restricción alguna para viajar a zonas donde se han presentado casos de influenza aviar y de influenza aviar en humanos.
- El riesgo de contagio para las personas que viajan es muy bajo.
- Al viajar se recomienda:
  - Tener estrictas medidas de higiene: llevar consigo alcohol en gel para realizar un aseo frecuente de manos.
  - No visitar ningún tipo de granjas
  - No tener contacto con aves (como en los mercados de aves vivas)
  - No importar ningún ave a México.
- Si dentro de los 15 días siguientes a tu regreso a México presentas: fiebre, tos y/o dificultad para respirar, **acude** inmediatamente a tu médico y especifica los detalles de tu viaje.

**Medidas básicas de higiene para Influenza Aviar:**

- Lava tus manos con agua y jabón, antes de cocinar y después de manejar carne cruda.
- Asegura que la carne y el huevo estén bien cocidos.
- Lava el cascarón del huevo antes de romperlo.
- Lava con agua y jabón todas las superficies y utensilios que tuvieron contacto con la carne cruda y/o los cascarones de huevo.
- Si tienes aves
  - Lávate las manos después de estar en contacto con ellas.
  - Si notas algún síntoma de influenza en ellas, notifica a SAGARPA.

## Influenza pandémica

¿Qué es la influenza pandémica?

- Es una enfermedad respiratoria causada por un **nuevo virus** de la influenza tipo A (un nuevo subtipo), que tendrá la capacidad de generar una pandemia. Este virus actualmente no existe.
- **Pandemia** (pandémica) es el brote de una misma enfermedad a nivel mundial, en dos o más continentes. Con la capacidad de afectar a un gran número de personas, provocando serias consecuencias sociales y económicas en los países afectados.

¿Han existido pandemias de influenza antes?

- Sí, en los últimos 300 años han habido alrededor de 10 pandemias de influenza tipo A.

Año	Nombre	Virus	Personas muertas
1918	Influenza E española	Virus de la influenza tipo A (H1N1)	50 millones <sup>10</sup>
1957	Influenza Asiática	Virus de la influenza tipo A (H2N2)	2 millones
1968	Influenza Hong Kong	Virus de la influenza tipo A (H3N2)	1 millón

<sup>10</sup> Osterholm MT. "Preparing for the next pandemic" N Eng J Med 2005; 352 (18): 1839

¿Por qué llega a morir tanta gente en una pandemia de influenza?

- Porque al no haber estado expuesto antes al nuevo virus, nuestro sistema de defensas es totalmente **vulnerable** porque no tiene las defensas necesarias para protegernos.
- También se debe a que el virus de la influenza es altamente contagioso, con tan sólo un estornudo se puede transmitir la enfermedad a muchas personas.

¿Qué se requiere para que surja una pandemia de influenza?

- La aparición de **un nuevo virus** de la influenza tipo A (nuevo subtipo), que pueda **reproducirse** en los seres humanos, causando una enfermedad grave y pueda transmitirse fácilmente de persona a persona.<sup>11</sup>

<sup>11</sup> [http://www.who.int/csr/resources/publications/influenza/WHO\\_CDS\\_CSR\\_RMD\\_2004\\_9es.pdf](http://www.who.int/csr/resources/publications/influenza/WHO_CDS_CSR_RMD_2004_9es.pdf)

### ¿Porqué las pandemias surgen del virus de la influenza tipo A?

- Por las características que tiene el virus de la influenza tipo A.
  - Puede modificar su información genética con el paso del tiempo: **mutación antigénica**.
  - Cuando se reproduce, se generan errores genéticos que no logra reparar y su información genética no siempre es la misma: **inestabilidad genética**.
  - Tiene la capacidad de combinar su información genética con la de otro virus, formando un nuevo virus: **reasociación antigénica**.

### ¿Qué consecuencias podría tener una pandemia de influenza?

- Un gran número de personas enfermas.
- Una fuerte crisis económica y social para cualquier país.
- Disminución e incluso parálisis de muchos sectores laborales.
- Saturación de los servicios de salud por el gran número de pacientes que requerirán atención médica.

*Para mitigar estas consecuencias es importante estar preparados y hacer un uso adecuado de los servicios de salud.*

### ¿Cuánto tiempo tardará en propagarse por el mundo una pandemia de influenza?

- Debido a los vuelos internacionales se propiciará que:
  - En 48 horas podría haber una persona enferma en cada continente.
  - En menos de 3 meses la infección podrá ser mundial<sup>12</sup>.

### ¿Cuándo se dará la siguiente pandemia de influenza?

- No se sabe, es imposible predecirlo.
- El reloj de la pandemia está caminando, pero no sabemos qué hora marca.

### ¿Cómo sabremos que empezó la pandemia de influenza?

- La pandemia de influenza iniciará cuando haya casos de un nuevo virus de la influenza tipo A en seres humanos en dos o más continentes, confirmados por laboratorios reconocidos por la OMS.

¿Podemos prepararnos desde hoy?

- Si, podemos prepararnos para mitigar las consecuencias y disminuir el contagio.
- A raíz de los casos de influenza aviar en humanos desde 1997 y de los cambios que se han registrado en el virus de la influenza tipo A (H5N1), la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha pedido a todos los países del mundo que tengan ya un plan de respuesta ante la posibilidad de un influenza pandémica.

¿Quién nos mantendrá al tanto de la situación en el mundo y en México?

- La **OMS** es quien oficialmente informa al mundo sobre la situación actual de la influenza aviar en humanos y en su momento informará sobre la influenza pandémica.
- El **vocero oficial** de México, es la persona encargada de informar oficialmente a los mexicanos de la situación actual del Plan de Respuesta ante la Pandemia de Influenza y en su momento sobre la influenza pandémica.

¿México tiene algún plan para proteger a la población en caso de una pandemia de influenza?

- Sí, México está preparándose y cuenta con un Plan de Respuesta ante la Pandemia de Influenza.

¿Yo qué puedo hacer dentro de ese plan?

- Yo puedo participar en la construcción de un plan familiar, escolar, laboral para responder ante una pandemia de influenza. **¡Anticiparse es cuidarse!**

¿Cómo podemos protegernos ante una influenza pandémica?

- Al igual que para la influenza estacional, las **medidas básicas de higiene** podrán disminuir el contagio de la influenza pandémica.
- Conocer los **signos de alarma** para hacer un uso adecuado de los servicios de salud.

¿Existe una vacuna contra el virus de influenza pandémica?

- No, no existe, pues no puede crearse una vacuna para un virus que aún no existe.

### ¿Existen medicamentos para prevenir o tratar la influenza pandémica?

- Una vez que se conozca el virus los científicos harán todo lo posible por crear la vacuna que ayude a contener la enfermedad.
- Aún no existe ninguna evidencia de qué medicamentos funcionan, porque el virus aún no existe.
- El uso de los antivirales está reservado a los especialistas.

#### Medidas básicas para anticiparnos a la pandemia:

- Comparte esta información en tu casa, en el trabajo y en la escuela.
- Contacta a tu comité local de salud o al de protección civil para que juntos formen el plan de respuesta de tu comunidad.

**Involúcrate, ¡tú puedes ser la diferencia!**

## Medidas básicas de higiene

### ¿Las medidas básicas de higiene dependen del tipo de influenza?

- No.
- Las medidas básicas de higiene sirven para cualquier enfermedad infecciosa de vías respiratorias.

### ¿Cuáles son?

- Adecuada **cultura de higiene** que incluye la higiene de manos y toser y estornudar correctamente, para disminuir el contagio de la enfermedad.
  - Lavado de manos con agua y jabón, entre **más veces mejor**, pero no olvides que tiene que ser con la técnica adecuada.
  - Si no tienes acceso al agua y jabón, utiliza alcohol en gel.
- Recuerda que una persona enferma es fuente de contagio, por esto se recomienda que se **quede en casa** desde que inician los síntomas hasta que se recupere, evitando los lugares concurridos, así como saludar de mano o de beso. Es importante **ventilar** adecuadamente en donde se encuentre el enfermo, sin generar corrientes de aire y limpiando las superficies de contacto (teléfono, juguetes, etc.)

¿Cuándo debemos tener especial atención en lavarnos las manos?

ANTES DE :	DESPUÉS DE:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparar o comer algún alimento</li> <li>• Atender a un enfermo</li> <li>• Tratar una herida</li> <li>• Utilizar una computadora.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ir al baño</li> <li>• Toser o estornudar</li> <li>• Sonarse la nariz</li> <li>• Visitar o atender a una persona enferma</li> <li>• Usar el transporte público</li> <li>• Estar en contacto con animales, mascotas y sus desechos</li> <li>• Tocar carne cruda (pescado, carne y pollo)</li> <li>• Manipular basura o pañales</li> <li>• Tocar objetos no rigurosamente limpios como dinero, teléfono o llaves.</li> </ul>
AL LLEGAR	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Al trabajo.</li> <li>• A casa.</li> </ul>	

**Adecuada cultura de higiene:**

Al estar enfermo de las vías respiratorias, tose o estornuda correctamente.

1. Con un pañuelo desechable cubre la boca y la nariz.
2. Si no tienes pañuelo, hazlo con el ángulo del codo.

**¡Nunca con las manos!**

3. Tira el pañuelo a la basura.
4. Lávate las manos.

**Técnica de lavado de manos:**

1. Utiliza agua tibia y jabón
  - De preferencia líquido.
  - Si es de pastilla debe ser pequeño y cambiarlo frecuentemente.
2. Talla enérgicamente las palmas, el dorso de la mano y entre los dedos.
3. Lávalas por 15 a 20 segundos sin olvidar las muñecas.
4. Enjuaga completamente.
5. Seca las manos con papel desechable.
6. Con el mismo papel cierra la llave del agua y abre la puerta del baño.
7. Tira el papel al bote de basura.

## Plan Nacional de Preparación y Respuesta ante una Pandemia de Influenza

### ¿Cuenta México con un plan de respuesta?

- Sí, México cuenta con el **Plan Nacional de Preparación y Respuesta ante una Pandemia de Influenza**. El cual establece los lineamientos generales para reducir el impacto de una pandemia de influenza en el país.
- En su elaboración y puesta en práctica participan múltiples instituciones gubernamentales.
- Este plan es dinámico, se enriquece constantemente con nueva información y puede ser consultado en la página de Internet de la Secretaría de Salud:
  - <http://www.salud.gob.mx>

### ¿En dónde puedo informarme?

- Secretaría de Salud: <http://www.salud.gob.mx>
- Organización Mundial de la Salud: <http://www.who.int/es/>
- Teléfono gratuito: 01-800-00-44-800



# Guía informativa para empresarios sobre la posible pandemia de influenza

## Resumen

	Influenza Estacional	Influenza Aviar		Influenza Pandémica
Tipo de virus	A y B	Tipo A		Tipo A
Subtipo H y N	AH3N2, AH1N1 (entre otras)	H5 N1		<b>Nuevo Subtipo</b>
Huésped	Humanos			Humano
Transmisión	Humano a humano	Aves a aves	Aves a humanos (y otros mamíferos)	Humano a humano
Medios de contagio	Contacto directo, gotitas de saliva (al toser o estornudar) o superficies y materiales contaminados.	Contacto directo con excremento y secreciones de aves infectadas (por lo general silvestres).	Contacto directo con excremento y secreciones de aves infectadas (por lo general de corral). Por medio de jaulas, utensilios y superficies contaminadas.  <b>NOTA:</b> No se transmite por comer carne ni huevo bien cocido.	Contacto directo, gotitas de saliva (al toser o estornudar) o superficies y materiales contaminados.
Signos y Síntomas	Fiebre, dolor de cabeza, tos intensa, dolor muscular y de articulaciones, escurrimiento nasal, ardor y dolor en la garganta, malestar general.	Fiebre, decaimiento, sin hambre, pérdida las plumas  <b>NOTA:</b> Las aves de corral se mueren. Las aves silvestres generalmente resisten la influenza.	Fiebre, tos, dolor de cabeza, diarrea, dolor muscular y de articulaciones, escurrimiento nasal, ardor y dolor en la garganta, malestar general intenso Insuficiencia respiratoria.  <b>NOTA:</b> hasta el momento se ha muerto el 60% de las personas infectadas.	Probablemente: fiebre, tos, dolor de cabeza, diarrea, dolor muscular y de articulaciones, escurrimiento nasal, ardor y dolor en la garganta, malestar general intenso. Insuficiencia respiratoria.
Manejo	Reposo en casa. Consulta a tu médico.	Los países afectados han sacrificado a las aves de corral.  <b>NOTA:</b> En México no se ha presentado ningún caso.	Reposo en casa. Puede requerir hospitalización. Consulta a tu médico.  <b>NOTA:</b> En México no se ha presentado ningún caso.	Reposo en casa. Estar atento a signos de alarma. Consulta a tu médico.  <b>NOTA:</b> Aún no existe
Prevención	Evitar contacto con personas enfermas.  Lavado de manos y otras medidas básicas de higiene.	Evitar que las aves de corral tengan contacto con aves silvestres.	Evitar todo contacto con aves infectadas.  Lavado de manos y otras medidas básicas de higiene; protección personal si se trabaja con aves.	Evitar contacto con personas enfermas.  Lavado de manos y otras medidas básicas de higiene.
Vacuna	Anualmente Niños entre 6 meses y 3 años. Adultos mayores de 50 años. Personas con enfermedades crónicas.	Vacuna para aves de corral	En estudios	No hay
Países afectados	Mundial. Principalmente durante los meses de invierno.	Asia Europa África	Asia 247 casos <sup>16</sup> humanos.	Mundial. Probablemente originada en Asia.

<sup>16</sup> [http://www.who.int/csr/disease/avian\\_influenza/country/cases\\_table\\_2006\\_08\\_23/en/index.html](http://www.who.int/csr/disease/avian_influenza/country/cases_table_2006_08_23/en/index.html)

## Cuando acudir a los Servicios de Salud en caso de Pandemia de Influenza

Sí presenta:	Que hacer:	Medidas
<b>Persona sana con:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Fiebre</li> <li><input type="checkbox"/> Dolor de cabeza, de garganta y de cuerpo</li> <li><input type="checkbox"/> Cansancio intenso</li> <li><input type="checkbox"/> Come bien</li> </ul>	Permanecer en casa	Proporcionar cuidados en casa y llevar un seguimiento diario.
<b>Persona con problemas pulmonares, cardíacos o diabéticos con:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Fiebre</li> <li><input type="checkbox"/> Dolor de cabeza, de garganta y de cuerpo</li> <li><input type="checkbox"/> Come bien</li> <li><input type="checkbox"/> Cansancio intenso</li> </ul>	Centro de atención y aislamiento	Deberá acompañarlo únicamente una persona.
<b>Adulto con síntomas de alarma:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Fiebre alta y dificultad para respirar</li> <li><input type="checkbox"/> Trastorno de conciencia</li> <li><input type="checkbox"/> Vómitos o diarrea persistentes o severos</li> <li><input type="checkbox"/> Agravamiento de una enfermedad crónica</li> </ul>	Acudir al centro de salud u hospital más cercano	Deberá acompañarlo únicamente una persona.
<b>Niño con síntomas de alarma:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Fiebre alta y dificultad respiratoria</li> <li><input type="checkbox"/> Aumento de la respiración</li> <li><input type="checkbox"/> Si no despierta o muestra gran irritabilidad</li> <li><input type="checkbox"/> Convulsiones</li> <li><input type="checkbox"/> Rechazo a tomar líquidos</li> <li><input type="checkbox"/> Vómitos o diarrea persistentes o severos</li> </ul>	Acudir al centro de salud u hospital más cercano	Deberá acompañarlo únicamente una persona.

### Consecuencias de una pandemia de influenza en una empresa

Para disminuir el riesgo de contagio y limitar la transmisión en caso de una pandemia de influenza, los centros de reunión y las escuelas podrían llegar a cerrar. El transporte público podría verse afectado, los insumos básicos podrían escasear y las empresas podrían sufrir un alto ausentismo laboral.

Ante esta situación asegurar la continuidad de los negocios es esencial para la economía del país, por lo que cada empresa deberá elaborar un plan de preparación ante la posible pandemia de influenza. A continuación presentamos una serie de acciones a realizar antes y durante la pandemia que deberán adecuarse a las necesidades y capacidades específicas de cada empresa.

### Prepandemia

#### Elaboración de un plan

1. Conocer a fondo sobre la posible pandemia de influenza, así como sus posibles causas y consecuencias.
2. Establecer una Comisión de Preparación ante la Pandemia en su empresa que se haga responsable de la elaboración del plan y difusión de la información.
  - Estructurarlo junto con el sindicato, sus clientes, proveedores y colaboradores.
3. Considerar el posible impacto en las finanzas de la empresa y las consecuencias que podría tener (como el cierre de negocios, centros de reunión).
4. Prepararse para el posible aumento o disminución en la demanda de los productos de su empresa (producción y distribución).

### Continuidad del negocio

1. Establecer una política para el ausentismo que se presentará en el momento en que se declare la pandemia en México. Se debe considerar como un período de excepción laboral dentro del marco de lo legal, ya que para evitar mayor contagio y saturación de los servicios de salud se deberá evitar acudir en busca de un justificante médico.
2. Establecer cuadros sustitutos de los directivos en caso de enfermedad o ausencia.

3. Hacer una lista de actividades o proyectos prioritarios que asegurarían la continuidad del negocio y establecer el personal mínimo requerido.
4. Pedir a los colaboradores elaborar un formato con la descripción de sus funciones y proyectos en los que esté involucrado, junto con un calendario de actividades. Será necesario actualizarlo cada 15 o 30 días. De esta manera, en caso de ausencia, alguien más podrá darle seguimiento.
5. Implementar, en la medida de lo posible, una manera de trabajar en casa durante la pandemia.
6. Iniciar uso de videoconferencias, Intranet o Internet como medio de comunicación entre los colaboradores, proveedores, clientes y asociados
7. Respalidar datos de forma electrónica, ubicando el respaldo físicamente fuera de la empresa.

## Recursos Humanos

1. Elaborar una base datos con datos específicos de todos los colaboradores de la empresa, para mantenerlos informados sobre la situación (por ejemplo, tomar la base de datos de la nómina y añadirle campos: cuántas personas tiene a su cargo en casa, centro de salud que le corresponde / hospital regional, responsabilidades dentro del plan de preparación).
2. Especificar qué grupo de colaboradores serán los responsables de actualizar la base de datos antes de la pandemia. Considerar que durante la pandemia se deberá actualizar con la siguiente información:
  - a. Motivo de ausencia:
    - i. Cuidar niños sanos en casa (por cierre de escuelas)
    - ii. Cuidar enfermos en casa
    - iii. Enfermedad propia
      1. En casa
      2. Hospitalizado
  - b. Capaz de continuar con sus labores desde casa
  - c. Responsabilidades dentro del plan durante la pandemia

**Comunicación y  
capacitación**

3. Elaborar una lista de los centros de atención médica a donde los colaboradores podrán acudir en caso de presentar signos o síntomas de alarma.
    - a. Establecer junto con la jurisdicción sanitaria el manejo de personas con síntomas dentro de la empresa.
  4. Sugerir que sus colaboradores elaboren testamentos, considerar el establecer una alianza con una notaria para que lo realice.
- 
1. Contar con información pertinente para difundirla y material informativo de apoyo para sus colaboradores. Para este fin puede utilizarse el material elaborado por la Secretaría de Salud.
  2. Capacitar a los colaboradores sobre las siguientes medidas de higiene:
    - a. Lavado de manos
    - b. Técnica del estornudo
    - c. Evitar saludar de mano o de beso cuando se está enfermo
    - d. Evitar escupir en el suelo
    - e. Ser un enfermo responsable
  3. Capacitar a los colaboradores en cuanto a:
    - a. La influenza aviar, estacional y pandémica
    - b. Consecuencias y acciones ante una posible pandemia de influenza
    - c. Medidas higiénicas y de prevención
    - d. Tener un plan personal y familiar
  4. Informar a sus colaboradores sobre las actividades que realizará la Comisión de Preparación ante la Pandemia a través de: boletín, periódico mural, circulares, correos electrónicos o página Internet.
  5. Designar a un grupo de personas por área que sean las encargadas de mantener informados a los demás colaboradores de la misma área de la situación de la empresa y de la pandemia. Pueden rotarse para que siempre haya un responsable.
  6. Tener una lista de proveedores y clientes para mantenerlos informados sobre la situación.
  7. Identificar áreas en los edificios o lugares de trabajo que puedan ser centros de reunión para evitarlos en un momento de pandemia.

## Medidas para evitar el contagio

1. Capacitar al personal de limpieza y proveerles los insumos necesarios para que puedan triplicar la frecuencia de la limpieza.
2. Contemplar la instalación de cámaras de circuito cerrado para vigilar áreas y disminuir los rondines de los guardias de seguridad, para así disminuir la potencial transmisión de un área a otra. Al mismo tiempo que, en caso de cerrar, puedan vigilar las instalaciones desde algún portal de Internet.
3. Asegurar que los baños siempre cuenten con:
  - a. Agua
  - b. Jabón
  - c. Toallas desechables para el secado de manos

## Pandemia

1. Poner en práctica el plan de respuesta elaborado por la Comisión de Preparación ante la Pandemia, durante la fase prepandémica.
  - a. Mantener actualizada la base de datos.
2. Cancelar o posponer viajes que puedan poner en peligro a algún colaborador, realizar videoconferencias, en caso de ser necesario.
3. Ofrecer a los colaboradores información veraz sobre el desarrollo de la enfermedad por medio de llamadas telefónicas o Internet.
  - a. Mantener informados a los clientes, proveedores y colaboradores.
  - b. Mantener informados a los colaboradores sobre el estado de salud de sus compañeros.
4. Tener una línea telefónica dispuesta para que los colaboradores puedan hablar y pedir informes sobre qué hacer o a dónde acudir, apoyado por información en el portal de Internet de la empresa.
5. Aplicar estrictas medidas de higiene y reducir al máximo el contacto entre los colaboradores.
6. Poner en marcha los protocolos para el manejo de colaboradores con síntomas dentro de la empresa.