



Plan de pandemia Gripe A/H1N1

Recomendaciones Generales para la Prevención de la Gripe A (H1N1)

dirigidas a

CENTROS ESCOLARES NO UNIVERSITARIOS

Septiembre de 2009



- **CARÁCTERÍSTICAS DEL VIRUS Y LA INFECCION**
- **SITUACIÓN EPIDEMIOLÓGICA**
- **MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y CONTROL**
- **ACTUACION DEL CENTRO ESCOLAR ANTE LA POSIBLE EXISTENCIA DE CASOS**

¿Qué es la gripe por el nuevo virus A(H1N1)?

La gripe es una enfermedad infecciosa que produce fundamentalmente síntomas respiratorios, está causada por un virus y se contagia con mucha facilidad. Tiene un comportamiento igual que la estacional y la mayoría de los casos se resuelven favorablemente.

La gripe por el nuevo virus A(H1N1) es una enfermedad producida por un nuevo subtipo del virus de la gripe frente al que, precisamente por ser nuevo, no estamos inmunizados.



¿Cómo se transmite el virus A(H1N1)?

DIRECTAMENTE DE PERSONA A PERSONA por las microgotas de saliva y secreciones nasales que se expulsan al toser, al hablar o al estornudar.

INDIRECTAMENTE: al tocarse los ojos, la nariz, la boca o tocar superficies en las que se hayan depositado microgotas o secreciones respiratorias procedentes de una persona infectada.



PERIODO DE TRANSMISIÓN: el comprendido entre las 24 horas antes del inicio de síntomas del caso hasta 7 días después.

PERIODO DE INCUBACIÓN: de 2 a 7 días tras haberse infectado por el virus

SUPERVIVENCIA DEL VIRUS:

- En las manos menos de 5 minutos.
- En superficies duras, no porosas (plásticos, acero inoxidable,) no más de 24 a 48 h.
- En telas, papeles y pañuelos no más de 8 a 12 horas

Por eso es necesario intensificar las medidas higiénicas habituales en los lugares en los que conviven muchas personas.

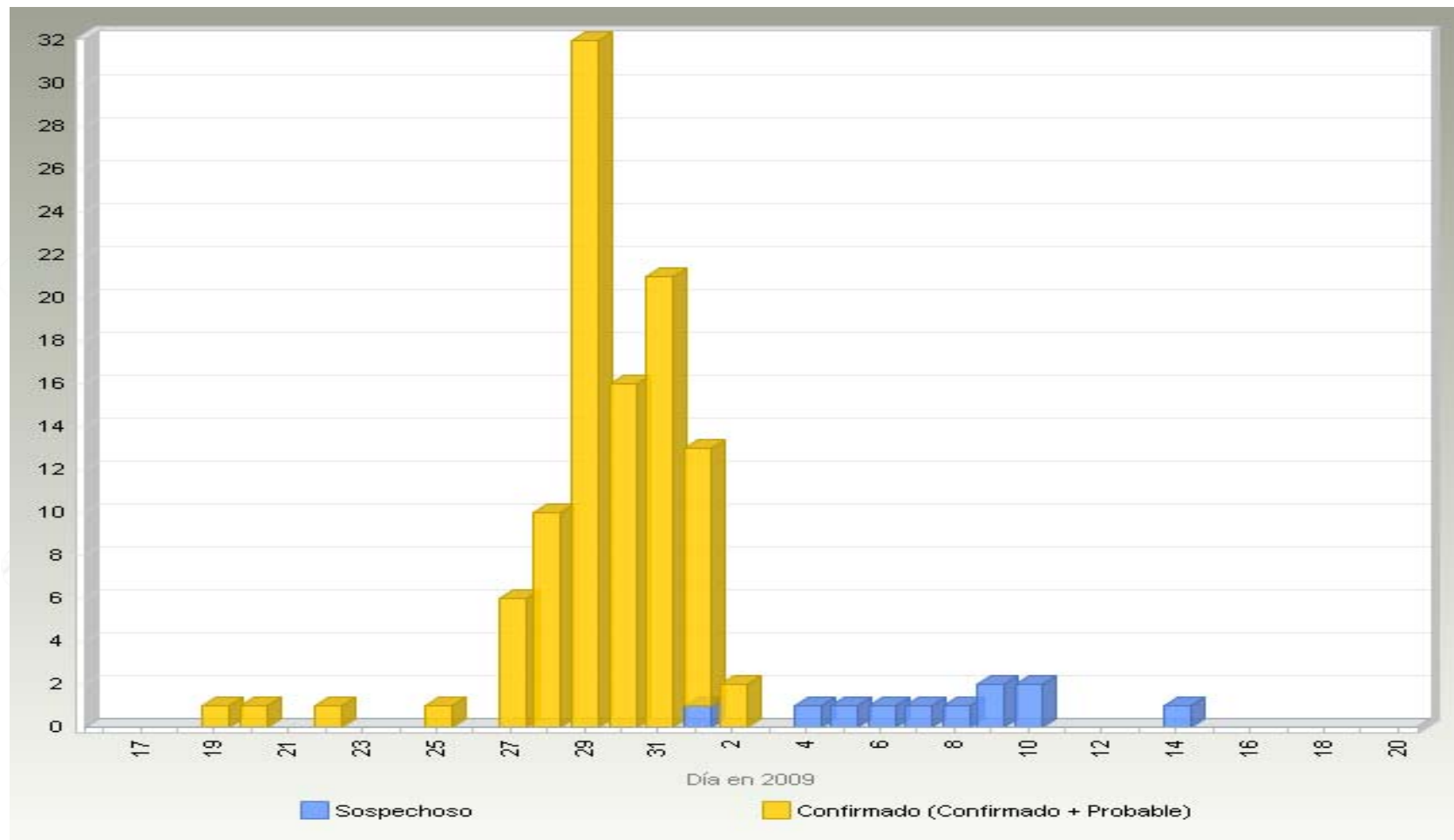
El virus se propaga rápidamente sobre todo en los colectivos infantiles (escuelas, colegios):

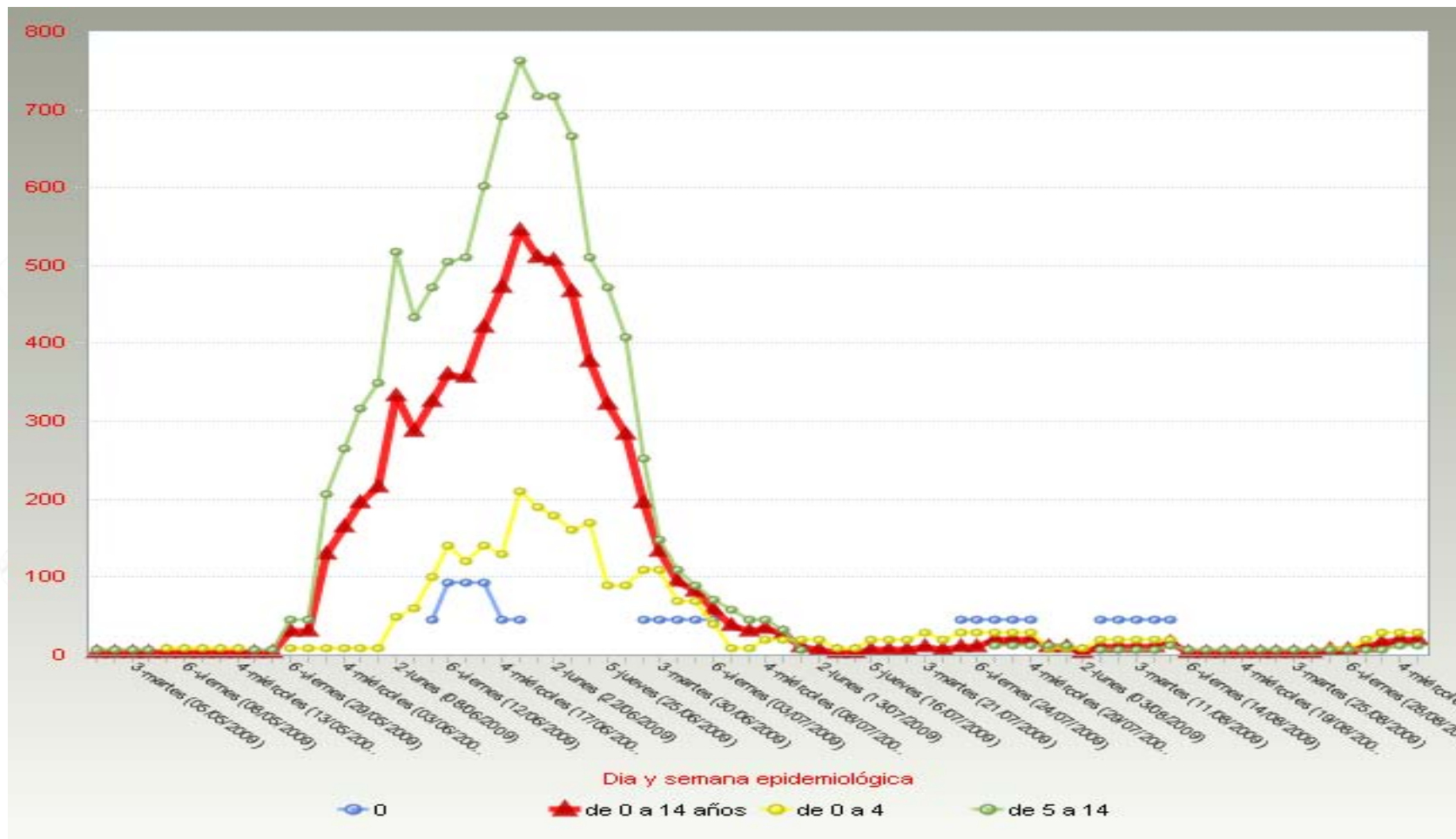
- Los niños menores de 3 años, deben ser objeto de toda la atención sobre todo en el periodo de difusión del virus.
- En los niños menores de 6 meses hay que extremar las medidas de prevención y protección por su especial vulnerabilidad.
- La mortalidad infantil es prácticamente nula.
- Las complicaciones pueden aparecer mas frecuentemente en niños pequeños con problemas de salud previos (prematuridad, broncodisplasias, cardiopatía congénita, déficit inmunitario, patología pulmonar, neurológica, neuromuscular u otra afección crónica que ahora veremos.

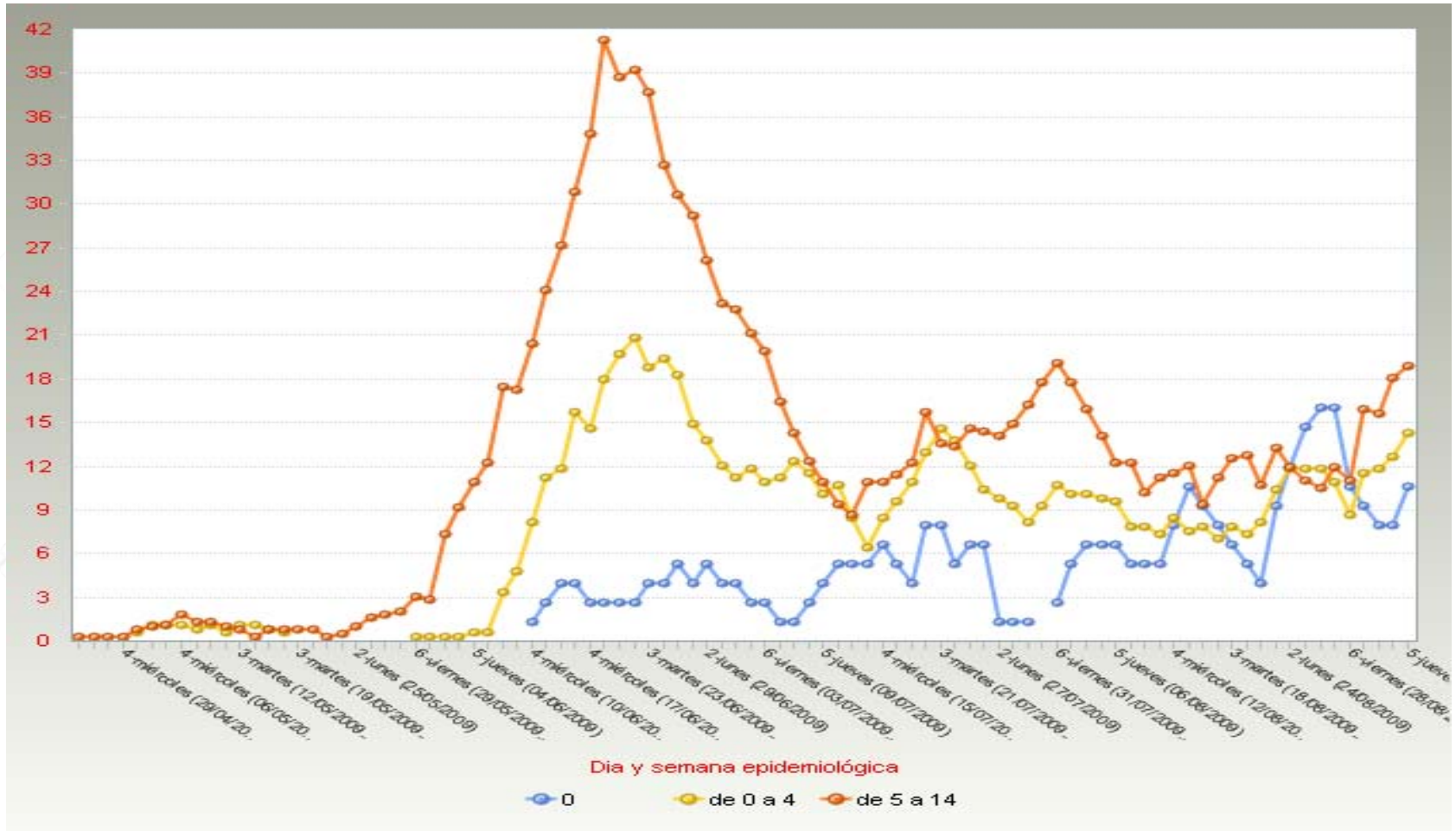
Las personas de cualquier edad población infantil y adulta con:

- Enfermedades del corazón (excepto hipertensión)
- Enfermedades respiratorias crónicas.
- Diabetes en tratamiento con fármacos.
- Insuficiencia renal moderada- grave.
- Enfermedades de la sangre como hemoglobinopatías o anemia si son moderadas o graves.
- Personas sin bazo.
- Enfermedades hepáticas crónicas avanzadas.
- Enfermedades neuromusculares graves.

- Inmunosupresión (incluida la del VIH-SIDA, los niños en tratamiento con cáncer en su domicilio, las producidas por fármacos o la de las personas trasplantadas)
- Obesidad mórbida (índice de masa corporal de 40 o más. Se calcula dividiendo el peso, en kilogramos, entre la altura, en metros, al cuadrado)
- Los menores de 18 años que reciben tratamiento prolongado con ácido acetilsalicílico (aspirina)
- Las embarazadas ya que durante el embarazo el sistema inmune está disminuido de manera natural, por eso hay más posibilidad de tener gripe y desarrollar complicaciones.







Los más frecuentes son:

Fiebre superior de 38°C

Tos

Malestar general

Otros síntomas posibles: dolor de cabeza, dolor de garganta, estornudos, dolores musculares y a veces diarrea y vómitos.

El personal debe estar atento para identificar los primeros síntomas en el alumnado.



MEDIDAS DE HIGIENE:

Permiten reducir las fuentes de contagio y la transmisión de virus.

Su aplicación es muy importante en los centros escolares debido a un mayor riesgo de infección en esta población al ser una colectividad.

Medidas de higiene:

- **higiene personal**
- **higiene del centro**

- Para llevar a cabo estas medidas es preciso disponer de
 - **información y educación para la salud (personal y alumnado)**
 - **infraestructuras y material higienicopreventivo adecuado**

Lavarse y lavar las manos con agua y jabón

ES LA MEDIDA MÁS IMPORTANTE Durante 20 segundos a 1 minuto para reducir la transmisión.

- Después de toser.
- Después de estornudar.
- Tras sonarse, tocarse la nariz o la boca.
- Antes y después de cada comida.
- Tras ir al aseo.
- Tras jugar o tocar juguetes comunes.
- Cuando estén visiblemente sucias



Procedimiento: dorso, palmas y espacio interdigitales

Taparse boca y nariz al estornudar o toser

Cuando tosas o estornudes...



- 1 | Tápate la boca y la nariz con un pañuelo de papel y tíralo a la basura

Al toser, cúbrase la boca



Cubra su boca y nariz al toser y estornudar con **PAÑUELOS DE PAPEL** y tírelos a la **BASURA**.

Si no encuentras un pañuelo de papel, puedes usar la manga de tu camiseta (es mejor que taparse con la mano)



2.



Si no tiene pañuelo de papel, tosa y estornude **SOBRE LA MANGA DE SU CAMISA** para no contaminar las manos.

Las gotitas de saliva expulsadas al toser o estornudar pueden depositarse en superficies ambientales y el virus puede permanecer hasta un máximo de 2 días

Es importante **mantener, reforzar y establecer** nuevos procedimientos de las medidas higiénicas en el centro escolar.

- Limpieza y desinfección
- Aireación del centro
- Lavado de utensilios, ropas y eliminación de residuos
- Autobús escolar

Limpieza y desinfección:

- Procedimientos de limpieza habituales, con jabón y detergente y enjuagado posterior
- Quitar el polvo con agua y jabón y no utilizar trapos secos, no sacudir
- Si es posible aspirar en lugar de barrer el suelo
- La limpieza se realizará en todo el centro escolar, prestando una máxima atención en:
 - Mesas, sillas
 - Pomos de las puertas.
 - Interruptores de la luz, teléfonos, timbres.
 - Material escolar y didáctico del alumnado y profesorado.
 - Aulas compartidas: informática, audiovisuales, laboratorios, música, etc.
 - Aseos.
- Debe extremarse la precaución en la manipulación de alimentos y material escolar, etc.

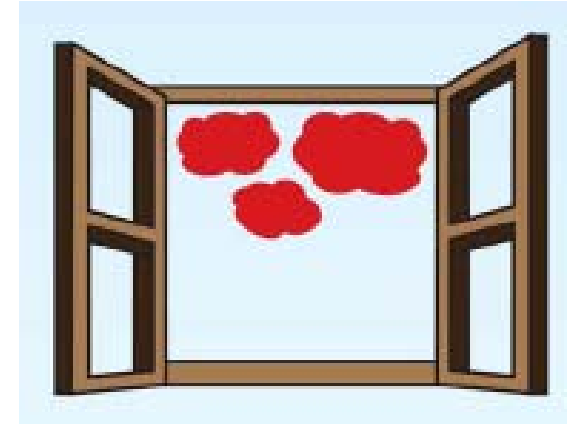


Limpieza y desinfección:

- Se recomienda no tener alfombras, ni tapetes para el suelo a no ser que se extreme su limpieza. Si se tiene no se deben sacudir al limpiarlos.
- Utilizar servilletas de papel desechables, eliminarlas tras su uso en un cubo con tapa y bolsa de plástico en su interior siempre que sea posible. Tras su eliminación, lavarse las manos.
- Evitar que se compartan instrumentos de viento, lápices, rotuladores y todo aquel material que los alumnos puedan llevarse a la boca.
- Se recomienda distanciar el espacio entre pupitres en las clases.

Ventilación del centro DIARIAMENTE:

- Aulas
- Comedores
- Aseos
- ... todas las dependencias del centro



Abrir ventanas al menos antes de empezar y tras terminar las clases



Lavado de utensilios y eliminación de residuos

- Limpieza apropiada de vajilla, cubiertos y vasos y demás utensilios de comida y de cocina en lavavajillas o con agua caliente y jabón o detergente habitual
- Evitar el intercambio de vasos, cubiertos y servilletas entre el alumnado.

Autobús escolar (de uso habitual u ocasional)

- Limpieza con agua y detergente de las superficies interiores, y los pasamanos
- Disponibilidad de pañuelos de papel desechables y cub con bolsa de plástico en su interior y tapa





Para evitar la propagación del virus es fundamental la educación para la salud: Desde el **comienzo del curso** y **periódicamente** desarrollar acciones educativas sobre Gripe A, adaptadas a las etapas evolutivas, aprovechando la vida cotidiana del centro. Para ello se recomienda:

- Instaurar **métodos didácticos para el aprendizaje** del lavado de manos y del acto de toser y estornudar en la comunidad educativa.
- Contribuir a la **educación de las familias** sobre la importancia de estas medidas.

En la **web de la Consejería** de Sanidad hay información y diversos materiales con las medidas preventivas que pueden descargarse y utilizarse en las actividades de educación para la salud. **Se distribuirán folletos informativos para dar a las familias.**

Productos de higiene personal y de limpieza del centro

- Jabón para lavado de manos
- Toallas de papel y pañuelos desechables
- Papeleras con bolsa de plástico (pañuelos desechables) y/o cubos con tapa y apertura a pedal.
- Bolsas de basura de plástico
- Jabón o detergente
- Guantes de limpieza
- Productos habituales de limpieza

Ante la aparición de síntomas gripales, en el caso de un **alumno**:

- **AISLAMIENTO**: En un lugar tranquilo y ventilado acompañado de una persona adulta que no pertenezca a grupos de riesgo. EVITAR EL USO DE ASPIRINA
- **LLAMAR A LOS PADRES O TUTORES** para que se personen en el centro e informarles de la situación para que se hagan cargo del niño/a.
- Pedir a los padres que informen al colegio si el médico dice que el niño o niña tiene gripe.

Si se trata de una **persona adulta**: es aconsejable que abandone el centro lo antes posible. En el caso de que su situación requiera acompañamiento o traslado, se aislará hasta que éste se produzca.

Llamar al teléfono 112 ante cualquier tipo de emergencia

Los **casos leves** permanecerán en su domicilio hasta que hayan pasado al menos 24 h. sin fiebre (sin tomar antitérmicos)

Ante la **agrupación de casos** (mas de tres casos) en un aula, la persona responsable del centro **informará a Salud Pública y a las familias** para que vigilen síntomas en sus hijas e hijos. Salud Pública facilitará una carta informativa para ello.

- **No está indicado** el cierre de centros escolares. En situaciones muy determinadas la Autoridad Sanitaria podrá adoptar ese tipo de medidas.

- Con las **trabajadoras embarazadas** se procederá según la legislación vigente de riesgos laborales (posibilidad de cambio de puesto de trabajo por riesgo para la salud, si no es posible baja laboral..)

• Real Decreto 298/2009, de 6 de marzo, por el que se modifica el Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, sobre la aplicación de medidas para promover la mejora de la seguridad y de la salud en el trabajo de la trabajadora embarazada, que haya dado a luz o en período de lactancia.



La dirección del centro **debe tener previstas** una serie de medidas para afrontar mejor la situación de pandemia:

1. Evitar en lo posible **concentraciones del alumnado** estableciendo si es posible turnos en los recreos, comedores, etc.
2. Tener **actualizados los datos para contacto** telefónico (móvil, fijo) o por correo electrónico de los padres y madres, del profesorado y otro personal del centro.
3. **Extremar las precauciones** ante la manipulación de alimentos y material docente.

4. Garantizar el **suministro de los materiales de limpieza** tanto para la higiene personal como la del centro escolar.
5. Garantizar que las **instalaciones son las adecuadas** para lavarse las manos.
6. Prever la **disponibilidad de un espacio para el aislamiento** de la persona con posibilidades de ser un caso de gripe hasta que abandone el centro.
7. **Asegurarse que el personal del centro conoce las medidas de prevención y el plan de actuación ante posibles casos.**

En las webs de las Consejerías de Sanidad y Educación se irá actualizando la información. Consultar periódicamente.

www.madrid.org/gripea (Comunidad de Madrid)

www.informaciongripea.es (M^o de Sanidad y Política Social)

**Webs de la Consejería de Educación
y sus Direcciones Territoriales**

Teléfono 112 (Si necesita asistencia medica o tiene dudas)

La Consejería de Sanidad a través de los **Centros de Salud Pública de Área** está siempre a vuestra disposición para aclarar dudas y contribuir a resolver las incidencias que esta pandemia pueda ocasionar.

TELÉFONOS DE LOS CENTROS DE SALUD PÚBLICA DE ÁREA

ÁREA 1: 91 / 4942479

ÁREA 2: 91 / 2044930

ÁREA 3: 91 / 8797340

ÁREA 4: 91 / 2052231

ÁREA 5 : 91 / 4904110

ÁREA 6: 91 / 2276900

ÁREA 7: 91 / 2052241

ÁREA 8 : 91 / 6211040

ÁREA 9: 91 / 2484900

Área 10: 91 / 6964166

Área 11: 91 / 8929010