



CDSS

JOHN A. WAGNER
DIRECTOR

STATE OF CALIFORNIA—HEALTH AND HUMAN SERVICES AGENCY
DEPARTMENT OF SOCIAL SERVICES
744 P Street • Sacramento, CA 95814 • www.cdss.ca.gov



ARNOLD SCHWARZENEGGER
GOVERNOR

DIVISIÓN DE LICENCIAMIENTO PARA OFRECER CUIDADO EN LA COMUNIDAD (CCLD): CONSEJOS PARA LAS PERSONAS CON LICENCIA EN RELACIÓN A LA GRIPA H1N1 (GRIPA PORCINA) Y LA GRIPA DE TEMPORADA (12/2/09)

¿Cuáles son los síntomas de la gripa H1N1 (gripa porcina) y de la gripa de temporada?

Según el Departamento de Salud Pública de California (CDPH), los síntomas de la gripa H1N1 son semejantes a los de la gripa de temporada e incluyen: fiebre, tos, dolor de garganta, dolores corporales, dolor de cabeza, escalofríos, y cansancio. Algunas personas también experimentan diarrea y vómitos con la gripa H1N1.

¿Cuál es la importancia de la vacunación?

La vacunación es la medida de prevención más importante. El CDPH recomienda que todos los clientes así como los empleados de un establecimiento se vacunen contra la gripa de temporada. Manténgase informado sobre vacunaciones contra la gripa H1N1 y vea la página del CDPH sobre los lugares donde se puede vacunar contra la gripa H1N1: www.cdph.ca.gov. También puede llamar a la línea de información del CDPH sobre la gripa H1N1 al 1-888-865-0564 o a su departamento local de salud pública.

¿Cuáles son algunos consejos generales para prevención?

- Lávese las manos frecuentemente con jabón y agua tibia, sobre todo después de toser o estornudar. También puede usar un desinfectante para manos a base de alcohol.
- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo o con su manga al toser o estornudar. Tire el pañuelo a la basura después de usarlo. Recuerde: un estornudo, un pañuelo.
- Evite tocarse los ojos, la nariz, o la boca. Los gérmenes se diseminan de esta manera.
- Trate de evitar contacto con personas que tienen enfermedades como la gripa.
- Si se enferma con la gripa, Los Centros federales para el Control y la Prevención de Enfermedades (conocido en inglés como el CDC) recomienda que permanezca en casa hasta que no haya tenido una fiebre por 24 horas sin tomar ningún medicamento para reducir la fiebre. Una temperatura de 100 grados Fahrenheit (o de 37.8 Celsius) se considera una fiebre.

¿Cómo se introduce la gripa en los establecimientos y qué se puede hacer para prevenirlo?

El CDPH advierte que la mayoría de las infecciones de gripa en los clientes de un establecimiento residencial son resultado de contacto con los empleados o con los visitantes al establecimiento. Para prevenir una infección, se les advierte a las personas con licencia que:

- Los empleados no deben venir a trabajar mientras que estén enfermos (vea lo anterior).
- Se deben vacunar todos los empleados y clientes del establecimiento (vea lo anterior).
- Nadie debe visitar el establecimiento mientras que esté enfermo.
- Los empleados/visitantes/clientes deben observar el protocolo para la higiene de las manos y para la higiene respiratoria/el manejo de la tos.

¿Qué más deben hacer las personas con licencia?

- **Plan para desastres.** Asegúrese de que el plan de emergencia para desastres del establecimiento incluya la posibilidad de la gripa pandémica.

- **Recomiende que se observe el protocolo para la higiene de las manos y para la higiene respiratoria/el manejo de la tos:**
 - **Carteles/letreros.** Puede colocar en un lugar visible letreros que les piden a los clientes y visitantes que avisen a los empleados si tienen síntomas de una infección respiratoria. Los letreros también deben recomendarles a los visitantes que no vengan al establecimiento mientras que estén enfermos. También puede colocar letreros como el del CDC que dice “Cubra su Tos”. Por favor, vea: <http://www.cdc.gov/flu/protect/covercough.htm> para algunos enlaces a letreros y folletos.
 - **Pañuelos/cubre bocas.** Proporcione pañuelos y cubrebocas, tal como las mascarillas para procedimientos (que tienen asas que se colocan en los oídos) y las mascarillas quirúrgicas (que tienen hilos para amarrar), a los visitantes y clientes que estén tosiendo o estornudando para que cubran su nariz o boca.
 - **Recipientes para la basura.** Proporcione recipientes para la basura o recipientes que no se tienen que tocar con las manos para abrirlos para tirar los pañuelos después de usarlos.
 - **Lavarse las manos.** Recomiende que se laven las manos frecuentemente y proporcione los artículos necesarios para hacerlo cerca de los fregaderos. (El jabón puede ser sencillo o antimicrobiano). En otros lugares, proporcione distribuidores automáticos que contengan limpiador de manos a base de alcohol.
 - **Mantener distancia.** Recomiéndeles a las personas que estén tosiendo que se sienten por lo menos tres pies alejadas de los demás, si se puede tolerar. *(Las personas enfermas deben quedarse por lo menos seis pies alejadas de los demás.)*
- **Evalúe el estado de salud de los clientes y de los empleados.** Si un cliente forma parte de un grupo de riesgo especial para complicaciones de la gripa (por ejemplo, si tiene más de 65 años de edad o si tiene un trastorno respiratorio crónico), debe buscar cuidado médico más temprano (por ejemplo, para información sobre medicamentos antivirales). El CDC recomienda que no se dé aspirina ni productos que contienen aspirina a los niños que tienen menos de 18 años de edad debido al riesgo de que puedan contraer el Síndrome de Reye. Vaya al sitio web: www.cdc.gov/h1n1flu/recommendations.htm.
- **Áreas comunes.** Recomiende que los clientes con síntomas de una infección respiratoria eviten usar las áreas comunes cuando sea posible. Cualquier cliente con una infección respiratoria aguda NO debe participar en las actividades del grupo y debe mantenerse seis pies alejados de los otros clientes.
- **Mantenga limpias las superficies.** Mantenga siempre limpias las superficies que se tocan frecuentemente como, los mostradores, las perillas de las puertas, y los encendedores/apagadores de luz. Cualquier desinfectante que esté registrado con la Agencia de Protección del Ambiente (EPA), *siempre y cuando se use según las instrucciones del fabricante*, será efectivo en eliminar el virus de la gripa (por ejemplo, “Pine-Sol”, “Mr. Clean”, u otro producto para limpieza que tenga la palabra “disinfectant” en la etiqueta). También se puede usar una solución de blanqueador y agua en combinaciones entre 1:100 and 1:10.
- **Otros consejos caseros.** No comparta sábanas y fundas ni trastos y utensilios con las personas enfermas sin lavarlos completamente antes. Lave las sábanas y fundas con detergente casero y séquelas en la secadora a alta temperatura. Lave los trastos y los utensilios en un lavaplatos o a mano con jabón y agua.

¿Cuáles precauciones deben tomar los empleados cuando proporcionan cuidado a un cliente enfermo?

- Recomiéndeles a los empleados que usen guantes cuando proporcionan cuidado a un cliente enfermo.
- Recomiéndeles a los empleados que usen una bata si es posible que las secreciones respiratorias de un cliente pudieran ensuciar la ropa del empleado.
- Recomiéndeles a los empleados que cambien la bata y los guantes después de cada encuentro con un cliente y que se laven las manos.
- Recomiéndeles a los empleados que se laven las manos o que usen limpiador de manos a base de alcohol antes/después de tocar a un cliente enfermo, después de tocar cualquier cosa que se encuentre

en el medio ambiente de un cliente enfermo, o después de tocar las secreciones respiratorias de un cliente enfermo, ya sea que haya usado guantes o no.

- Recomiéndeles a los empleados que tienen contacto con clientes enfermos (por ejemplo, al bañar o dar de comer a clientes enfermos o al limpiar el cuarto de dichos clientes) que se ponga un cubreboca o un aparato respiratorio. (Vaya al sitio web: <http://www.cdc.gov/h1n1flu/masks.htm>).
- Si es necesario mover o transportar a un cliente, recomiéndele al cliente que se ponga un cubreboca (si es posible).

¿Qué más deben hacer las personas con licencia cuando se sospecha un brote de la gripa?

Para fines de un establecimiento certificado por el CCLD, un brote o un brote sospechado de la gripa H1N1 o la gripa de temporada significa que dos o más clientes en el establecimiento, o en un área del establecimiento, contraigan una enfermedad respiratoria aguda con fiebre durante un período de una semana. (Vaya también al sitio web: www.cclcd.ca.gov/res/pdf/CDPHflu.pdf.) *En caso de un brote o un brote sospechado, se requiere que las personas con licencia notifiquen a la oficina local de licenciamiento y al departamento local de salud pública.* También se recomienda que las personas con licencia hagan lo siguiente:

- En los establecimientos residenciales, pídale a los clientes con síntomas que permanezcan en sus cuartos o apartamentos hasta que sus síntomas se hayan desaparecidos. Si esto no es posible, pídale a los clientes que se laven las manos y que se pongan cubrebocas (si es posible) antes de salir de su cuarto, o antes de que otros entren en su cuarto.
- Otra vez, pídale a los empleados que estén enfermos que permanezcan en casa hasta que sus síntomas se hayan desaparecido.
- Limite todos los visitantes (sobre todo si tienen síntomas) y actividades sociales en grupos.

Vea también www.cclcd.ca.gov, www.cdph.ca.gov, www.cdc.gov/h1n1flu/, y www.flu.gov/.