

Información general ante el brote de la Influenza AH1N1

Ante la situación que estamos viviendo, ponemos en tus manos algunos conceptos que pretenden ayudarte a conocer la situación y extremar precauciones.

¿Qué es la Influenza?

Enfermedad de las vías respiratorias causada por un virus extremadamente contagioso, existen tres tipos diferentes de virus (A, B, C), los cuales pueden mutar (cambiar). Es importante destacar que afecta a personas de cualquier edad, y en mutaciones importantes del virus suele causar complicaciones graves e incluso la muerte.

- La Influenza se identifica por un incremento súbito de la temperatura de más de 39 grados centígrados, fuerte dolor de cabeza, dolor muscular y flujo nasal.

¿Cómo reconocer a un enfermo grave para referirlo al hospital?

Se debe vigilar a los pacientes que presenten infecciones de vías respiratorias.

Los enfermos graves se reconocen por la aparición de la fiebre de forma repentina y alguno de los siguientes datos de alarma:

Adultos

- Dificultad para respirar.
- Vómito o diarrea persistentes.
- Trastornos del estado de conciencia.
- Deterioro agudo de la función cardiaca.
- Agravamiento de una enfermedad crónica.

Niños

- Fiebre alta y dificultad para respirar.
- Aumento de la frecuencia respiratoria.
 - Entre 2 y 11 meses: más de 50 respiraciones por minuto.
 - Entre 1 y 5 años: más de 40 respiraciones por minuto.
- Rechazo de la vía oral.
- Irritabilidad y/o convulsiones.
- Trastornos del estado de conciencia.

Recomendaciones Médicas:

- Debe asistir al médico y por ningún motivo automedicarse, ya que esto último puede ser contraproducente.
- Mantener una alimentación rica en frutas y vegetales con altos contenidos en vitamina A y C (zanahoria, papaya, guayaba, naranja, mandarina, lima, limón y piña).
- Tomar multivitamínicos, previa consulta médica.

Medidas Sanitarias:

- Uso de cubreboca o mascarilla en todo momento, debe cubrirse boca y nariz.
- No saludar a las personas de mano o de beso.
- Lavarse las manos constantemente (agua y jabón).
- Tratar de no tocarse la cara.
- En caso de compartir equipos en común con sus compañeros de trabajo como son computadoras, teléfono, materiales impresos, etcétera, intensificar el aseo personal.
- No compartir utensilios como son vasos, tasas, cubiertos, etc.
- En caso de uso de transporte colectivo, hacer énfasis en el uso del cubreboca y la higiene personal.
- Toser o estornudar cubriendo la boca con el brazo.
- Bajo ningún caso traer niños a la oficina.
- En caso de desechar el cubreboca o un pañuelo desechable después de limpiarse la nariz, debe poner los materiales en una bolsa de plástico, cerrarla y tirarla a la basura. No asistir a lugares o eventos de alta concentración de personas (masivos).
- Tratar de salir lo indispensable de su casa.
- Guardar la calma.

Fuentes de Información:

- Estar pendiente de las noticias y señalamientos gubernamentales.
- Estar en constante comunicación con los líderes de Argos.

Acciones alternas si se presenta un caso o posible caso de Influenza AH1N1

- En caso de que un colaborador o agente se presente con síntomas como los antes descritos (gripe), avisar a su líder Comercial, Dirección de Recursos Humanos y/o al Centro de Atención Telefónica Argos (CAT).
CAT D.F. 36400009
CAT interior de la república 01 800 1129387
- Si tiene un familiar en este caso, también dar aviso a Argos.
- Mantener comunicación abierta vía telefónica o correo electrónico hasta nuevo aviso.
- Identificar la dirección del centro de atención médica más cercano a tu domicilio para cualquier caso de urgencia.