

**Lo que los trabajadores necesitan saber sobre la gripe  
pandémica**

**Cómo proteger a los trabajadores del sector de  
salud durante una gripe pandémica**

**¿Por qué deben recibir los trabajadores del sector de salud  
protección especial durante una gripe pandémica?**

Los trabajadores del sector de salud tienen más probabilidad de enfermarse con el virus de la gripe pandémica, porque ellos cuidan pacientes que tienen o pueden tener el virus. Si los trabajadores del sector de salud no son protegidos, ellos se pueden enfermar y morir. Los trabajadores del sector de salud que están enfermos también pueden propagar el virus a otros pacientes, familiares y la comunidad. El temor de enfermarse puede impedir que los trabajadores del sector de salud vayan al trabajo. Esto puede dañar seriamente nuestra habilidad para cuidar a los enfermos.

No existe ninguna vacuna para proteger a los trabajadores contra la gripe pandémica. Se puede desarrollar una vacuna solamente después de que aparezca una gripe pandémica. Esto puede tomar meses y va a ser difícil distribuir la vacuna a todos los que la necesiten. No sabemos si las medicinas que usamos para tratar los otros tipos de virus de la gripe nos ayudarán.

**¿Cómo pueden los empleadores proteger a los trabajadores del  
sector de salud antes y durante una gripe pandémica?**

Los empleadores son responsables de proteger a los trabajadores del sector de salud durante una gripe pandémica. Estas protecciones deben estar establecidas **antes** de que una gripe pandémica llegue. De otra manera, sería

demasiado tarde. Esta hoja informativa explica las acciones de salud y seguridad que los empleadores deben tomar para proteger a los trabajadores del sector de salud, así como a sus pacientes. La mayoría de estas acciones son recomendadas por OSHA (la agencia federal que protege a los trabajadores) y la CDC (la agencia federal responsable de controlar la propagación de las enfermedades).

Los empleadores deben hacer lo siguiente, para proteger la salud y seguridad de los trabajadores del sector de salud:

### **1. Establezca un programa de control de infecciones.**

Antes de que ocurra una pandémica, los empleadores deben desarrollar un **programa de control de infecciones** para sus trabajadores, en sus clínicas y hospitales. La meta de este programa es ayudar a prevenir la propagación del virus de la gripe pandémica. Las partes principales del programa deben incluir:

- Un plan escrito que explica cómo controlar la exposición al virus.
- Un programa que monitorea la salud de los trabajadores (vigilancia médica).
- Capacitación para los trabajadores.
- Señales y etiquetas de advertencia.
- La importancia de la limpieza periódica.
- Un sistema para mantener archivos sobre la salud de los trabajadores.

Vea “Hoja informativa #2: Cómo proteger a los trabajadores durante una gripe pandémica”, para los detalles sobre cómo establecer un programa.

### **2. Planifique y prepare con anticipación.**

Los empleadores del sector de salud pueden prepararse para una pandémica del virus de la gripe antes de que llegue, al hacer lo siguiente:

- Identifique maneras para controlar la exposición al virus de la gripe en el lugar de trabajo.
- Tenga suficiente equipo de protección personal (EPP), respiradores, productos de limpieza y otro equipo de seguridad para los trabajadores.

- Dé capacitación de seguridad y salud.
- Guarde suministros de vacunas u otras medicinas que puedan combatir el virus (si están disponibles).

### **3. Dé capacitación a los trabajadores del sector de salud.**

Los empleadores del sector de salud deben dar a los trabajadores capacitación sobre la seguridad y salud de la gripe pandémica en el idioma y el nivel de alfabetización que ellos entiendan. Los siguientes temas deben ser cubiertos:

- La gripe pandémica y sus síntomas.
- Cómo el virus de la gripe se propaga en los trabajadores.
- Los riesgos de contraer el virus de la gripe pandémica en el lugar de trabajo.
- El plan de control de infecciones del empleador.
- Maneras para controlar la propagación de infección – desde la más eficaz hasta la menos eficaz.
- Usos y limitaciones del equipo de protección personal (EPP).
- Cómo ponerse y quitarse el EPP de una manera segura.
- Tipos de respiradores que son requeridos según la Norma 1910.134 de OSHA.
- El programa del empleador para monitorear la salud de los trabajadores (vigilancia médica).
- Higiene personal, como lavarse las manos con frecuencia y cubrirse la nariz y boca, cuando tose o estornuda.

### **4. Dé énfasis a la importancia de lavarse las manos con frecuencia.**

Lavarse las manos es una de las maneras más importantes para controlar la propagación del virus. Puede incluir lavarse con jabón y agua o usar otros productos para lavarse, como gel de alcohol.

Los trabajadores del sector de salud deben lavarse las manos:

- antes y después de tocar un paciente,
- después de quitarse los guantes y

- después de quitarse cualquier equipo de protección personal (como un respirador).

Los trabajadores del sector de salud no deben tocarse los ojos, nariz, boca o piel con las manos contaminadas. También deben quitarse los guantes contaminados antes de tocar cualquier superficie.

## **5. Identifique y ponga en aislamiento a los pacientes con el virus de la gripe pandémica.**

Para parar la propagación del virus, es muy importante limitar el contacto entre las personas que tienen y no tienen el virus de la gripe pandémica. Los empleadores deben establecer una manera temprana para identificar los pacientes que pueden estar infectados. Se debe mantener a estos pacientes lejos de otros pacientes, separándolos a áreas aisladas de la clínica u hospital. Esto se llama precauciones de aislamiento.

Para establecer las precauciones de aislamiento, las clínicas y hospitales deben hacer lo siguiente:

- Separar las personas con síntomas de la gripe de las otras personas, permitiéndoles suficiente espacio en las salas de espera y las áreas comunes.
- Para las personas con síntomas de la gripe en las salas de espera, pídale que usen una mascarilla quirúrgica (si es posible) o que cubran la nariz y boca con un pañuelo, cuando tosen o estornudan.
- Mueva los pacientes que tienen o pueden tener la gripe pandémica a cuartos individuales (los cuartos aislados con presión negativa son los mejores) o áreas aisladas en el hospital o clínica.
- Asigne trabajadores específicos del sector de salud para cuidar pacientes con la gripe pandémica. Solamente permita a esos trabajadores entrar a los cuartos o áreas donde los pacientes con la gripe pandémica estén ubicados.

- Use un cuarto de aislamiento que tenga presión negativa si está haciendo algún tratamiento en las vías respiratorias del paciente (como broncoscopio e intubación).
- Establezca entradas y pasillos separados en el hospital o clínica, para los pacientes de la gripe pandémica, si es posible.

## **6. Enseñe a los pacientes cómo pueden prevenir la propagación del virus.**

Enseñe a todos los pacientes que tienen o pueden tener la gripe pandémica, cómo pueden prevenir la propagación del virus. Como el virus vive en las vías respiratorias (boca, garganta, pulmones), los pacientes necesitan aprender sobre la higiene respiratoria.

La higiene respiratoria incluye:

- Reportar síntomas de problemas respiratorios a un trabajador del sector de salud.
- Cubrir la nariz y boca con un pañuelo, cuando tose o estornuda.
- Botar los pañuelos usados, inmediatamente, en el basurero más cercano.
- Poner una mascarilla quirúrgica en un paciente que esté tosiendo, si es posible.
- Lavarse las manos después de tocarse la nariz o la boca.

## **7. Identifique los trabajadores del sector de salud que pueden tener el virus de la gripe pandémica.**

Los empleadores deben identificar los trabajadores del sector de salud con síntomas de la gripe. Deben separar estos trabajadores del lugar de trabajo, antes de que propaguen su infección a otras personas que no estén enfermas.

Los pasos para identificar a los trabajadores enfermos incluyen:

- Obligue a los trabajadores del sector de salud a reportar sus síntomas de la gripe.

- Revise a todos los trabajadores del sector de salud para controlar síntomas de la gripe, antes de que empiecen su jornada.
- Mande a casa los trabajadores con síntomas de la gripe o con la gripe pandémica. Permítales volver al trabajo 24 horas después de que todos sus síntomas o enfermedad hayan desaparecido.

## **8. Obtenga el tipo de equipo de protección personal (EPP) correcta.**

Sin una vacuna o cualquier medicina que pueda combatir el virus, la EPP es especialmente importante para controlar la propagación de la infección. Los respiradores son el más importante tipo de EPP durante una gripe pandémica. Vea Hoja informativa #3, “Respiradores: Una manera para proteger a los trabajadores contra la gripe pandémica”, para más información detallada.

Los trabajadores del sector de salud, que dan **cuidado directo** a pacientes, o que tienen contacto cercano con pacientes, deben usar el siguiente EPP:

- guantes (de nitrilo o vinilo desechables, no de látex),
- batas (desechables y resistentes a fluidos),
- protección para los ojos (careta o gafas protectoras),
- respirador (por lo menos un respirador de tipo N95; un respirador elastomérico de tipo P100 es mejor) y
- protección para la cabeza y botines desechables (opcional).

Los trabajadores del sector de salud que tienen que **trabajar directamente con las vías respiratorias del paciente**, por ejemplo para hacer un broncoscopio, intubación o resucitación de pacientes (es mejor si se hace en cuartos aislados con presión negativa), deben usar el siguiente EPP:

- guantes,
- batas,
- protección para los ojos,
- protección para la cabeza y botines desechables,
- respirador (un respirador purificador de aire de tipo forzado “PAPR”, con cartuchos P-100).

Otros trabajadores que **no dan cuidado directo**, como los conserjes, pero todavía tienen que entrar a los cuartos con pacientes que tienen o pueden tener la gripe pandémica, deben usar el siguiente EPP:

- guantes,
- batas,
- protección para los ojos y
- respirador (por lo menos un respirador tipo N95; un respirador elastomérico de tipo P100 es mejor).

## **¿Está su clínica u hospital preparado para una gripe pandémica?**

Cuando tome acción **ANTES** de que una gripe pandémica llegue, es posible proteger la salud y seguridad de los trabajadores del sector de salud. Si los empleadores esperan hasta después de que una gripe pandémica llegue, va a ser demasiado tarde para proteger en verdad a los trabajadores del sector de salud. Estar preparado es la única manera para proteger a los trabajadores del sector de salud y sus pacientes.

### **Éstos son los puntos clave:**

- Los trabajadores del sector de salud están en un riesgo muy alto de contraer el virus de la gripe pandémica, por el papel que tienen al cuidar los pacientes enfermos.
- Un plan de control de infecciones puede proteger la salud de los trabajadores y sus pacientes. Este plan debe estar establecido antes de que llegue una gripe pandémica.
- La capacitación para los trabajadores y la educación para los pacientes juegan un papel importante para prevenir la propagación del virus de la gripe pandémica.
- El equipo de protección personal adecuado es especialmente importante durante una gripe pandémica, porque no existe ninguna vacuna ni medicina para combatir el virus.