

Fecha: 20-07-09

INFORMACIÓN SOBRE GRIPE A (H1N1) PARA LOS CAMPAMENTOS JUVENILES DE VERANO Y OTROS COLECTIVOS

RECOMENDACIONES PARA EL EQUIPO DE DIRECCIÓN Y MONITORES

1.- Información sobre la Gripe

¿Qué es la nueva gripe A(H1N1)? La gripe A(H1N1) es una infección respiratoria causada por un nuevo virus de la gripe tipo A(H1N1). Esta enfermedad la produce un nuevo subtipo del virus de la gripe frente al que, precisamente por ser nuevo, no estamos inmunizados y hay muchas personas que estarán en riesgo de contraerlo.

¿Cuáles son los síntomas de la nueva gripe? Los síntomas de la nueva gripe en las personas son similares a los de la gripe estacional común, entre los que se incluyen fiebre de inicio agudo, síntomas respiratorios, cefalea, tos, estornudos, mialgias y malestar general. Algunas veces, puede acompañarse de vómitos y/o diarrea.

¿Cómo se transmite la nueva gripe? Se transmite de la misma manera que la gripe estacional, principalmente de persona a persona cuando una persona con gripe tose o estornuda. Las personas también pueden contagiarse al tocar objetos que tienen el virus de la gripe (objetos utilizados poco antes por el paciente, sobre todo objetos con mayor probabilidad de hacer estado expuestos a estornudos, tos, moco o saliva) y luego llevarse las manos a la boca o la nariz.

¿Cómo se puede evitar el contagio y la propagación del virus? Las medidas de prevención frente a la nueva gripe consisten básicamente en medidas de higiene personal y medidas de saneamiento ambiental y del entorno.

2.- Recomendaciones para reducir el riesgo de aparición de la nueva gripe.

Medidas de higiene personal:

- Cubrirse la boca y nariz al toser y estornudar con pañuelos de papel y tirarlos a la basura.
- Si no se tiene pañuelo de papel, toser y estornudar sobre el brazo para no contaminar las manos.
- Evitar tocar con las manos los ojos, la nariz o la boca.
- Lavarse las manos frecuentemente con jabón (durante 15-20 segundos), y sobre todo después de toser o estornudar.
- No compartir objetos personales, de higiene o aseo como:

Fecha: 20-07-09

- vasos
- toallas
- cantimploras
- latas de refrescos
- otros

Medidas en el entorno ambiental:

- Limpie frecuentemente las instalaciones con los desinfectantes habituales (suelos, baños,..) y muy especialmente aquellos objetos que con más frecuencia se tocan con las manos (pomos de puertas, grifos, literas,...).
- Ventilar diariamente las instalaciones, habitaciones y espacios comunes.

3.- Recomendaciones en el momento de la recepción inicial de los participantes.

- Siempre que sea posible, trate de que no haya nadie entre los participantes (chicos, chicas, monitores, etc.) que presente síntomas de gripe o los haya tenido en los siete días anteriores. De ser así, NO PODRÁN incorporarse al campamento o lugar del que se trate hasta no tener el alta médica.
- Se ha de recordar que las personas que hayan estado en contacto con algún enfermo de gripe en los 7 días anteriores al inicio del campamento o actividad que corresponda, pueden asistir al mismo pero deberán vigilar muy cuidadosamente su salud e informar inmediatamente a los monitores si aparecen síntomas gripales.
- Recuerde a los participantes que la convivencia estrecha requiere que se extremen las medidas de higiene personal, evitando el intercambio de objetos de uso personal, que pueden ser transmisores de la nueva gripe o de otras enfermedades.
- Coloque carteles recordando la necesidad de lavarse las manos frecuentemente y de usar pañuelos de papel desechables.

4.- Detección rápida de casos y notificación a Emergencias Sanitarias y a las familias

Todo el personal del campamento o lugar del que se trate debe estar atento para reconocer de forma precoz los síntomas gripales en cualquier niño, niña o adulto participante y poder actuar lo más rápido posible con arreglo a las siguientes instrucciones:

- Ante cualquier sospecha de que alguien pueda estar afectado por la nueva gripe, hay que ponerse en contacto urgente con el teléfono 112 de emergencias y seguir sus instrucciones.
- Las personas que manifiesten síntomas gripales deben ser aisladas inmediatamente del resto de los participantes sanos hasta que puedan ser trasladadas a su casa o a un centro de atención sanitaria, en caso de ser necesario.

Fecha: 20-07-09

- Si los afectados son menores de edad, pónganse en contacto lo antes posible con los padres o tutores de los chicos o chicas afectados, para que vengán a recogerlos y llevarlos a su Centro de Salud.
- **Las personas con síntomas no deben seguir en el campamento o lugar que se trate.** Mientras tanto disponga de una habitación ventilada para el aislamiento de estas personas. Si ha de pernoctar allí algún afectado, sitúe las camas por lo menos 2 metros de distancia unas de otras.
- Si durante el campamento o la estancia en el lugar que se trate se ha detectado algún posible caso de gripe, se recomienda al resto de las personas que estén pendientes por si presentan síntomas en los 7 días siguientes al posible contacto y avisen a los monitores equipo directivo del Centro si creen tenerlos.

5.- Normas a seguir con los posibles enfermos

- Se recomienda el uso de mascarilla a las personas enfermas mientras están en contacto con otras personas y también a las personas que las cuidan. Disponga de mascarillas suficientes.
- Asigne a una persona adulta para el cuidado de los enfermos. Proporciónese mascarillas e insista en las medidas de prevención y protección, especialmente en cuanto a evitar la exposición frente a la tos o el estornudo y en la necesidad de una buena higiene de las manos.
- NO se debe asignar el cuidado de otras personas enfermas a alguien que tenga alguna enfermedad previa que pueda agravarse en caso de padecer gripe. Tampoco a mujeres embarazadas.
- A todas las personas con síntomas, se les proporcionarán cuidados generales como administración frecuente de líquidos, preferentemente agua y zumos naturales, mantenerles en un lugar fresco y ventilado y tomar la temperatura.
- NO SE DEBE DAR ASPIRINA O MEDICAMENTOS QUE LA CONTENGAN a ninguna persona menor de 19 años sospechosa de tener gripe.

6.- Actuaciones sobre las instalaciones y espacios comunes

- La ropa de cama, los utensilios y los platos para comer que ha utilizado una persona enferma no necesitan lavarse por separado, pero nadie más debe usarlos si no se lavan bien.

Fecha: 20-07-09

- La ropa de cama y toallas deben lavarse con agua caliente y detergente, las personas que las hayan manipulado han de lavarse las manos inmediatamente con agua y jabón.

7.- Recomendaciones en la fase final del campamento o estancia en el lugar del que se trate.

- Si durante la estancia en el campamento o en el lugar de que se trate hubo algún caso probable de gripe, todas las personas convivientes que no hayan manifestado síntomas deberán estar pendientes de si éstos aparecen en los siguientes 7 días al regreso y muy especialmente las mujeres embarazadas o las personas con alguna patología crónica respiratoria (p. ej., asma). Deberán ponerse en contacto con su Centro de Salud o con el 112 (noches y fines de semana) en el momento que aparezcan.
- En el caso de menores de edad, es preciso hacer esta recomendación a través de los padres y madres. Deberán vigilar la aparición de síntomas gripales en sus hijos o hijas durante los 7 días siguientes a la finalización del campamento y se deberán poner en contacto con su Centro de Salud o con el 112 (noches y fines de semana) en caso de que aparezcan.

Ministerio de Sanidad y Política Social
Subcomité Vigilancia
Plan Nacional de Preparación y Respuesta ante una pandemia de gripe

Fecha: 20-07-2009