



# **Manual Informativo para la Vigilancia y Prevención de la Influenza A (H1N1)**

## **Sistema Centinela**

en la red universitaria

**Mayo 2009**

## Presentación

La epidemia de influenza que alcanzó en México un nivel 5 de la escala de la Organización Mundial de la Salud (OMS), ha provocado distintas reacciones en la población, desde el miedo por encontrarnos en una situación que no habíamos vivido, hasta la implementación de medidas drásticas, ya descritas como efectivas, en casos similares desde hace 90 años, pero que la mayoría desconocida, como la suspensión de clases en las escuelas del país y el cierre de lugares de concurrencia, como cines, teatros, espectáculos, museos, bares, restaurantes, entre otros.

La Universidad de Guadalajara creó el Comité Universitario Único para la Contingencia ante la Influenza A (H1N1) y pone en marcha el Sistema Centinela para la Vigilancia Epidemiológica en la Red Universitaria, que inicia con el monitoreo de cuadros clínicos que puedan ser sospechosos de influenza A (H1N1). Asimismo, dejar permanentemente instalado el sistema para la detección y control de otras patologías frecuentes en nuestra población, como la diabetes, hipertensión, obesidad, etcétera., así como de otras amenazas para la salud.

Este Sistema Centinela parte de la experiencia y aprendizajes adquiridos a través de la historia, de los métodos epidemiológicos y de las recomendaciones de vigilancia de la OMS y de los centros de Inteligencia en Salud de países desarrollados. De igual manera consideramos que esta experiencia da la oportunidad de conformar comunidades de práctica que se definen como grupos sociales integrados para desarrollar el conocimiento y la gestión al compartir aprendizajes basados en la reflexión de experiencias prácticas.

Ante esta contingencia epidemiológica se inicia un sistema dirigido, el cual esperamos despierte el interés y conciencia de las bondades de establecer comunidades de práctica totalmente ligadas de forma integral a las nuevas corrientes de ecodesarrollo, desarrollo sustentable y con la utilización de las nuevas tecnologías de información y comunicación. Estas comunidades de práctica atenderían no únicamente aspectos de salud, sino también los educativos, los ambientales y los sociales.

La participación decisiva de todos los actores universitarios: alumnos, trabajadores administrativos y académicos, e inclusive de sus familiares y vecinos de las instalaciones universitarias en todo el estado de Jalisco, permitirá la operación del Sistema Centinela para la Vigilancia Epidemiológica y Prevención de la Influenza A (H1N1) acorde con las disposiciones de las autoridades federales de educación y de salud.

**Doctor Marco Antonio Cortés Guardado**  
Rector General

## ¿Qué es influenza A (H1N1)?

Es una enfermedad respiratoria aguda (afecta la garganta, la nariz, y los pulmones) producida por un virus de la influenza A (H1N1) contagiosa que se transmite de persona a persona.

Debe vigilarse atentamente porque se propaga rápidamente en fases epidémicas en las poblaciones.

De no atenderse oportunamente (primeras 48 horas) puede presentar complicaciones, en particular las neumonías (inflamación de los pulmones) que pueden llevar a la muerte. Con el tratamiento oportuno y adecuado es curable.

## Formas de transmisión

Actualmente se considera como la principal vía de transmisión de la nueva influenza A (H1N1), es de humano a humano, por medio de las gotitas expulsadas al hablar, estornudar o toser.

Cualquier persona que esté en contacto estrecho (1 metro aproximadamente) con

alguien que tiene fiebre, estornudos, tos, nariz tapada, escalofríos, dolor muscular, etcétera., corre el riesgo de estar expuesta a las gotitas respiratorias potencialmente infecciosas.

Los estudios que evalúan las medidas para reducir la propagación de enferme-

## Sintomas:

- Fiebre de 38 grados o más
- Dolor de cabeza
- Dolor muscular y de articulaciones
- Ataque al estado general y decaimiento
- Tos
- Escurrimiento nasal
- Ojos irritados
- Dolor de garganta
- Posible diarrea

## Signos de alarma:

- Dificultad para respirar
- Dolor de pecho
- Flemas con sangre
- Confusión o somnolencia

## Orden de los signos y síntomas

No existe un orden. Lo que se ha estudiado ha sido que en la nueva influenza humana (H1N1), es la aparición repentina de fiebre, tos, secreción nasal abundante y febrícula o fiebre.

## ¿Qué hacer en caso de presentar signos?

- No automedicarse.
- No esperar más de 48 horas para ser revisado por un médico. Si la enfermedad y no tener complicaciones, se inicia el tratamiento en casa.
- De presentar cualquiera de los síntomas de la lista acudir, al puesto Centinela para revisión médica.



dades respira-  
torias, sugieren

que el uso de cubrebocas puede reducir la transmisión de influenza cuando se usan adecuadamente, sobre todo en lugares cerrados y se tiene contacto cercano con personas que presentan síntomas de gripa.

asta el momento de este nuevo virus de la in-  
na de dolor de cabeza intenso, salida de secre-

do por un médico. En caso de confirmarse la  
a el tratamiento antiviral y debe de permanecer

a Influenza A (H1N1) al llegar a tu trabajo o es-  
édica.

## Prevención

### Para evitar contagio:

- Utilización correcta de cubrebocas (cubriendo la nariz y boca).
- Cuando no tiene cubrebocas o pañuelo desechable, tose o estornuda en el ángulo interno del codo.
- Lavarse frecuentemente las manos.
- Abstenerse de abrazar y dar besos.
- Utilizar pañuelos desechables y desecharlos en una bolsa de plástico con los desechos sanitarios.
- Abstenerse de tocar la boca y la nariz con las manos y tocar a otras personas.
- Evitar acudir a lugares cerrados concurridos.
- Evitar compartir objetos.
- Evitar escupir en el suelo.
- Evitar tallarse los ojos, la nariz o la boca sin antes lavarte las manos.

### En caso de estar enfermo:

- Guardar reposo.
- No salga de su cuarto.
- Mantener ventilado su cuarto y con luz solar durante el día.
- Utilización correcta de cubrebocas
- Lavarse las manos frecuentemente.
- No compartir alimentos.
- Sus trastes deben ser de uso exclusivo.
- Alimentación basada fundamentalmente en frutas (naranja, limón, toronja, guayaba, lima, kiwi, entre otras) y verduras (jitomate, brócoli, zanahorias, pimientos rojos, espinacas, lechuga, acelgas, perejil, espinacas, coliflor, acelgas, calabacines, col, col de bruselas, lechuga, germinado de alfalfa, hinojo, berros y el tomate). Además de tomar abundantes líquidos (2-3 litros diarios).

### Cuidados al atender un enfermo:

- Evite que se contaminen las zonas, trate de mantener a la persona que está enferma en una habitación de la casa.
- Lávese las manos después de tener contacto con la persona.
- Utilizar cubreboca cuando se está en contacto con el enfermo y desecharlo o lavarlos inmediatamente después (en desechos sanitarios).
- Limite el contacto con otros miembros de la familia o la comunidad, mientras está al cuidado de la persona.
- Si usted presenta signos y síntomas de esta enfermedad, llame a su médico (o según las indicaciones oficiales locales de salud pública) de inmediato.
- Recuerde que la persona que está enferma debe tener poco contacto con otros y quedarse en casa.



# Sistema Centinela

de vigilancia y prevención de la influenza a (h1n1)  
en la red universitaria

**L**a Universidad de Guadalajara pone en marcha el Sistema Centinela de Vigilancia y Prevención de la Influenza A (H1N1), que tiene entre sus objetivos generar estrategias de prevención y control de esta enfermedad.

El sistema se integra por tres instancias que estarán en permanente comunicación: Puesto Centinela (PCe), Unidad Centinela (UCe) y Sala Situacional de la Influenza (SaSI).

Los Puestos Centinela desarrollarán las siguientes acciones básicas:

1. Realizar la función de filtro en las áreas de ingreso a la dependencia universitaria.
2. Informar a la población universitaria de la situación de alerta epidemiológica en México y en el mundo, ante la pandemia de influenza A (H1N1).
3. Detectar y caracterizar de manera temprana y oportuna a personas con enfermedad respiratoria sospechosa de influenza en la población universitaria.
4. Registrar sistemáticamente los datos.
5. Referir a personas enfermas a la institución de atención médica correspondiente.
6. Dar seguimiento a estas personas con la participación de sus familiares y de las instituciones de salud.
7. Emitir justificantes escolares y laborales, con base en la respuesta generada por la institución que brindó atención médica a las personas enfermas.

La Unidad Centinela, de cada Dependencia Universitaria conformada por directivos, mandos medios, representantes de académicos, trabajadores y alumnado, tiene como acciones:

1. Analizar en forma permanente la información generada por el Sistema que facilite la toma de decisiones para la prevención y el control de la influenza.
2. Establecer acciones inmediatas y de seguimiento, a partir del conocimiento de los riesgos y de las necesidades manifestadas por la población universitaria. (Puestos Centinela, limpieza, distanciamiento social y demás medidas preventivas).
3. Disponer la capacitación a los integrantes de todos los puestos centinelas y asegurar la información pertinente a todos los miembros de su comunidad universitaria.
4. Vincular acciones con las instituciones de salud y demás sectores para garantizar el funcionamiento de este sistema centinela.

Por último, la Sala Situacional de la Influenza, es el espacio

físico y virtual donde la información es analizada sistemáticamente por un equipo de trabajo para caracterizar la situación de la enfermedad y propiciar la toma de decisiones ante el riesgo de la Influenza dentro de la Red Universitaria.

Niveles de acción de la Sala Situacional:

1. Recolección, tabulación, procesamiento, graficación y mapeo de datos.
2. Análisis, comparación de datos y elaboración de alternativas.
3. Priorización de problemas, valoración de intervenciones y emisión de recomendaciones técnicas.
4. Retroalimentación a las Unidades Centinela y a las autoridades universitarias de la información obtenida.

El proceso de trabajo del Sistema Centinela de Vigilancia y Prevención de la Influenza A (H1N1) es el siguiente:

Cada una de las dependencias de la Red Universitaria pone al servicio de su comunidad uno o más Puestos Centinela según sus necesidades al ingreso de sus instalaciones.

Se instalará en las entradas de la dependencia un cartel con las siguientes preguntas:

1. ¿Tienes fiebre?
2. ¿Sientes dolor de cabeza?
3. ¿Sientes dolor muscular y/o de articulaciones?
4. ¿Tienes tos y/o estornudos?
5. ¿Tienes congestión nasal y/o catarro?

Quien presente algún signo o síntoma de los anteriores, será remitido por el Puesto Centinela para que acuda a una institución de atención médica y sus datos se registrarán para su seguimiento. Esta persona se reincorporará a sus actividades hasta que el médico lo señale por escrito.

El personal del Puesto Centinela entregará a los universitarios un folleto con información básica sobre la Influenza A (H1N1) y sus formas de prevención al momento de ingresar.

La información recabada por el Puesto Centinela será enviada a la Unidad Centinela de la dependencia, que a su vez la transmitirá a la Sala Situacional de Influenza de la Red Universitaria, ubicada en el Centro Universitario de Ciencias de la Salud, con el objeto de monitorear permanentemente las condiciones de salud de toda la comunidad universitaria en esta contingencia y propiciar la toma de decisiones apropiadas.