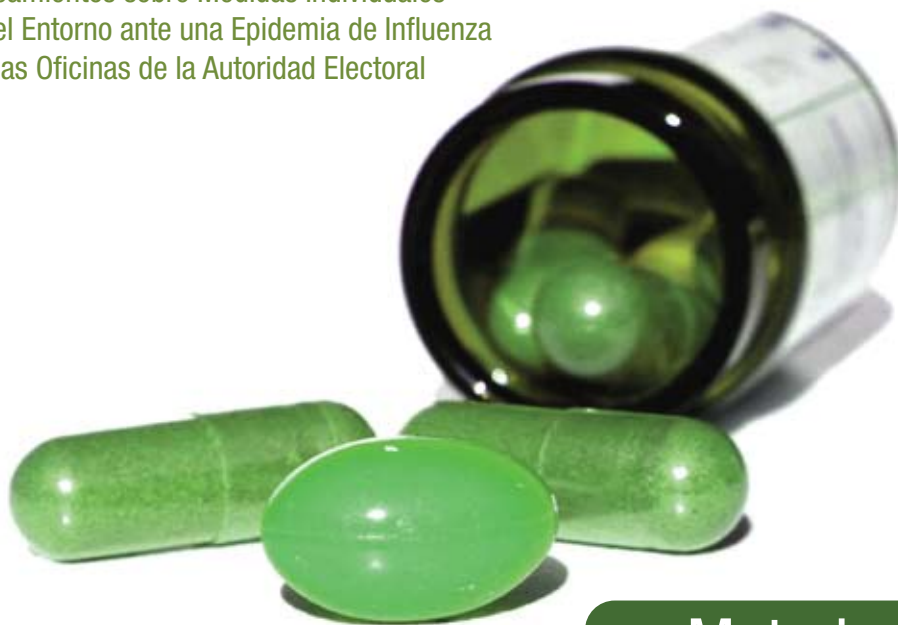




Lineamientos Sanitarios

Lineamientos sobre Medidas Individuales
y del Entorno ante una Epidemia de Influenza
en las Oficinas de la Autoridad Electoral



en Materia Electoral I

DIRECCIÓN DE PARTIDOS POLÍTICOS



Lineamientos Sanitarios

Lineamientos sobre Medidas Individuales
y del Entorno ante una Epidemia de Influenza
en las Oficinas de la Autoridad Electoral



en Materia Electoral

DIRECCIÓN DE PARTIDOS POLÍTICOS

LINEAMIENTOS SANITARIOS EN MATERIA ELECTORAL

Primera Edición, 2009

D.R. © 2009, Instituto Electoral del Estado de México,
Paseo Tolloca #944, Col. Santa Ana Tlapaltitlán. Toluca, México

ISBN:
Impreso en México

Presentación

Atendiendo a los acuerdos del Consejo de Salubridad General, quien el 30 de abril de 2009, determinó que "Tomando en consideración el inicio del periodo de las campañas de los procesos electorales federales y locales en curso, así como el periodo de capacitación que realiza el Instituto Federal Electoral y el Instituto Electoral del Estado de México y demás diligencias que realizarán dichas autoridades; se proponen las siguientes medidas sanitarias aplicables a las actividades que realicen, con el propósito de mantener las acciones de mitigación de la epidemia de influenza humana".

Derivado de lo anterior, la Secretaría de Salud procedió de inmediato a la elaboración del documento que contiene:

- **Lineamientos sobre Medidas Individuales y del Entorno ante una Epidemia de Influenza en las Oficinas de la Autoridad Electoral.**
- Lineamientos sobre Medidas Individuales y del Entorno ante una Epidemia de Influenza durante las campañas electorales de los procesos electorales federal y local;
- Lineamientos sobre Medidas Individuales y del Entorno ante una Epidemia de Influenza en el periodo de capacitación electoral; y
- Lineamientos sobre Medidas Individuales y del Entorno ante una Epidemia de Influenza a la Autoridad Electoral durante el desarrollo de reuniones del Consejo General y demás Consejos.

Fundamento Jurídico

Artículos 4º, párrafo tercero, y 73, fracción XVI base 1ª y 2ª de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos; Artículo 3 fracciones XVI, XVII y XIV, 112 fracción III, 133 fracciones III y IV, 134 fracción II, 135, 139, 140, 141, 181, 404 y 411 de la Ley General de Salud; así como los acuerdos emitidos por el Consejo de Salubridad General y los programas y actividades que estime necesarios y realice la Secretaría de Salud.

Será responsabilidad de la autoridad electoral, así como de las partes involucradas en el proceso electoral, incluyendo a los partidos políticos y sus candidatos a cargos de elección popular, disponer que los requerimientos sanitarios contenidos en los lineamientos antes referidos se cumplan.

LINEAMIENTOS SOBRE MEDIDAS INDIVIDUALES Y DEL ENTORNO ANTE UNA EPIDEMIA DE INFLUENZA EN LAS OFICINAS DE LA AUTORIDAD ELECTORAL

El propósito de estos lineamientos es promover y proteger la salud de los servidores electorales y personal del Instituto en su entorno, a través de la ejecución de acciones sistematizadas para la prevención y control ante una epidemia de influenza.

Partiendo de la base que el entorno laboral es el lugar en el que gran parte de las personas pasan el mayor tiempo de sus horas-vida, es importante considerar que se pueden presentar riesgos controlados y prevenibles, si se actúa de manera anticipada.

Lineamientos:

1. Informar a los servidores electorales y personal del Instituto sobre las medidas preventivas que se deben cumplir para disminuir el riesgo de contagio por el virus A (H1N1) de influenza.
2. Establecer un filtro de supervisión a la entrada del Instituto, que tenga como objetivo identificar algún síntoma de infección respiratoria aguda, garantizando que las personas que ingresen al mismo, no presenten un riesgo potencial de contagio.

Procedimiento:

- a. Aplicar los filtros de supervisión a través de cuestionarios para la identificación de algún síntoma de infección respiratoria aguda (Anexo 2)
- b. Solicitar a todas las personas que ingresen a las oficinas lavarse las manos con agua y jabón líquido de preferencia o gel con base de alcohol, aplicando la técnica correcta. (Anexo 1)
- c. No permitir el acceso a personas que presenten signos evidentes de enfermedad respiratoria (ojos irritados y/o llorosos, escurrimiento nasal, estornudo y tos).

3. Estrategias de Control:

- Identificar el grado de riesgo que enfrenta el Instituto y el grado de exposición del personal.
- Informar y sensibilizar al personal, sobre los siguientes contenidos básicos: ¿Qué es la influenza?, formas de transmisión, síntomas y signos de alarma, medidas preventivas tanto individuales como colectivas. (Anexo 6)
- Informar cuales son las medidas higiénicas aplicables.
- Verificar que se cuente con los insumos para el cumplimiento de lavado de manos (disponibilidad de jabón líquido y/o gel con base de alcohol, toallas desechables y contenedores para desechos).
- El personal designado para el filtro utilizará cubrebocas de acuerdo a las recomendaciones indicadas sobre el uso del mismo. (Anexo 4)
- Solicitar a todas las personas que ingresen al Instituto lavarse las manos con agua y jabón líquido o gel con base de alcohol, aplicando la técnica correcta y el uso de cubrebocas. (Anexo 1)
- Evitar el contacto físico con las personas (no saludar de beso y mano).
- Aplicar la guía de preguntas, manteniendo una distancia de 2.25 metros, es decir, 3 brazos de distancia (se calcula un índice del 50% de sobreprotección en cuanto a distancia).
- No permitir el acceso a personas que presenten signos evidentes de enfermedad respiratoria (ojos irritados y/o llorosos, escurrimiento nasal, fiebre, estornudo y tos).
- Reforzar las medidas que considere necesarias para apoyar el servicio médico del Instituto.

4. Prevención de Riesgos Individuales.

- Utilizar cubrebocas, de acuerdo a las recomendaciones indicadas sobre el uso del mismo.

- Lavar manos y muñecas frecuentemente con agua y jabón, de preferencia líquido, o bien, use gel antibacteriano con base de alcohol, siguiendo la técnica adecuada, principalmente después de contacto físico, estornudar, toser y sonarse la nariz.
- Al toser o estornudar hacerlo con la técnica correcta, cubrir completamente nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo. Tirar el pañuelo desechable en una bolsa de plástico, amarrarla y depositarla en el bote de basura o en los contenedores para desechos (Anexo 1).
- Mantenerse alejados de personas que pudieran tener infecciones respiratorias agudas.
- Platicar, procurando mantener una distancia de 2.25 metros, ya que el virus se transmite por gotas de saliva.
- Evitar compartir vasos, utensilios, alimentos, celulares, artículos de oficina como plumas, lápices, plumones, marcadores, CD, USB, etc. y en caso necesario, lavarse las manos después del contacto.
- No saludar de beso, mano y abrazos.
- No acudir a lugares cerrados y concurridos.
- No usar corbata, porque actúa como un reservorio de microorganismos.
- Los guantes desechables de látex o poliuretano o polietileno, ayuda a evitar las infecciones y se recomienda su uso para el personal de limpieza.
- Informar si padece algún síntoma de riesgo.

5. Prevenir Riesgos en el Entorno

- Ventilar todas las áreas de trabajo, abriendo ventanas y permitiendo la entrada del sol.
- Garantizar la disponibilidad de contenedores rígidos de basura con bolsa de plástico y tapa en todas las áreas.

- Cubrir con manteles de tela o paño las mesas y escritorios de trabajo. Lavando diario los mismos.
- Establecer un horario de limpieza en cada una de las áreas; si se trata de superficies inertes (acero inoxidable o plástico duro) se deberá realizar con agua y detergente o con solución de cloro (1 litro de agua con 8 cucharadas de cloro al 6 %, que es el cloro comercial) cada 4 horas.
- Asegurar que no haya obstrucción ni apilamiento de materiales y equipo.
- Si existe aire acondicionado mantener el clima con una graduación entre los 24° y los 26° C y una humedad entre 50% y 60%.

6. Medidas Básicas de Limpieza

Mantener limpios los objetos de uso común desinfectándolos con alcohol tres veces al día, como:

- Teléfonos.
- Manijas y botones interruptores de electricidad o de elevadores.
- Teclados de computadoras y mouse, impresoras, máquinas de escribir.
- Lavabos, puertas y manijas, así como manija o botón de la taza de baño.
- Verificar el suministro de agua suficiente, jabón líquido, papel de baño, toallas desechables o secadores de aire.

7. Densidad humana máxima permitida en ambiente intramuros y extramuros durante la epidemia de influenza: (ANEXO 5)

- Un espacio de 10 metros cuadrados puede ser utilizado por un máximo de 4 personas.
- La distancia de protección indicada entre personas es de 2.25 metros, es decir tres brazos.

- Evitar asambleas, congresos, seminarios y otro tipo de reuniones de trabajo con muchas personas.
 - Los servidores electorales deben evitar llevar a sus hijos a los centros de trabajo.
8. En cuanto entradas y salidas se aplicarán las mismas medidas de prevención para visitantes y empleados.

Anexos



ANEXO 1

TÉCNICA CORRECTA PARA EL LAVADO DE MANOS

- Usar agua y jabón (de preferencia líquido). Se puede utilizar gel antibacteriano con base de alcohol, en caso de no haber agua y jabón. Al finalizar no aplicar crema para manos.
- Usar agua tibia y jabón (de preferencia líquido) puede usar jabón de pasta en trozos pequeños y deberá cambiarlos con frecuencia (diariamente).
- Mojarse las manos con agua y aplicar jabón.
- Tallar las manos enérgicamente durante 15–20 segundos, hasta formar espuma.
- Cubrir todas las superficies de las manos y dedos, llegando hasta los pliegues de las muñecas.
- Las manos se deberán secar con una toalla de papel desechable.
- Cerrar la llave del agua con la toalla desechable y abrir la puerta del baño con la misma.
- Tirar la toalla desechable en el bote de la basura.
- Se recomienda, lavarse las manos:
 - Después de toser o estornudar.
 - Después de tocar manijas, barandales públicos y botones de elevador.
 - Después de haber tocado objetos como llaves, monedas, billetes; objetos de oficina de uso común: teclados de computadora, impresoras, máquinas de escribir, engrapadoras, etc.
- Antes de tallarse los ojos, la nariz o la boca:
 - El uso de gel antibacteriano con base de alcohol es también efectivo para destruir virus y bacterias.

TÉCNICA ADECUADA PARA TOSER O ESTORNUDAR

- Al toser o estornudar, cubrir nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo.
- Nunca cubrirse con las manos, ya que el virus puede quedar en ellas.
- Tirar el pañuelo desechable en una bolsa de plástico, amarrarla y depositarla en el bote de basura y si es de tela no olvides lavarlo.
- Siempre lava tus manos después de toser o estornudar.

ANEXO 2

CUESTIONARIO DE APLICACIÓN EN FILTRO DE SUPERVISIÓN PARA LOS CONSEJEROS

Nombre: _____

Fecha de aplicación (dd/mm/aa) _____

A. Temperatura corporal: _____

B. Sintomatología respiratoria: _____

1. ¿En los últimos 5 días, ha tenido algún síntoma respiratorio?, como:

a) Fiebre Si _____ No _____

b) Tos Si _____ No _____

c) Dolor de cabeza Si _____ No _____

2. En caso afirmativo, ¿Cuántos días hace que tiene esta sintomatología?

3.- ¿Ha tenido dolor de cuerpo o de articulaciones y cansancio en general?

Si _____ No _____ ¿Durante cuántos días? _____

4. ¿Ha tenido dolor de cabeza? Si _____ No _____

5. ¿Tiene escurrimiento nasal? Si _____ No _____

Si respondió "Si" a la pregunta anterior, conteste lo siguiente:

6. Este escurrimiento nasal es: _____

a) De escasa cantidad durante el día

b) Abundante cantidad la mayor parte del día

7. Características de la tos: _____

a) Seca

b) Con flemas

8. ¿Sabe si es alérgico al polvo u otras sustancias que le produzca estornudo o tos?

Si _____ No _____

En caso de que se conteste afirmativamente alguna de las preguntas de la 1 a la 7, por medida sanitaria se negará el acceso y se canalizará a la unidad de salud que le corresponda.

CUESTIONARIO GENERAL DE APLICACIÓN EN FILTRO DE SUPERVISIÓN

A. Sintomatología respiratoria.

1. ¿En los últimos 5 días, ha tenido algún síntoma respiratorio como?:

- | | | |
|--------------------|----------|----------|
| a) Fiebre | Si _____ | No _____ |
| b) Tos | Si _____ | No _____ |
| c) Dolor de cabeza | Si _____ | No _____ |

2. En caso afirmativo, ¿Cuántos días hace que tiene esta sintomatología?

3. ¿Ha tenido dolor de cuerpo o de articulaciones y cansancio en general?

Si _____ No _____ ¿Durante cuántos días? _____

4. ¿Ha tenido dolor de cabeza?

Si _____ No _____

5. ¿Tiene escurrimiento nasal?

Si _____ No _____

Si respondió "sí" a la pregunta anterior, conteste a lo siguiente:

6. Este escurrimiento nasal es: (a / b) _____

- a) De escasa cantidad durante el día
b) Abundante cantidad la mayor parte del día

7. Características de la tos:

- a) Seca _____
b) Con flemas _____

8. ¿Sabe si es alérgico al polvo u otras sustancias que le produzca estornudo o tos?

Si _____ No _____

En caso de que se conteste afirmativamente alguna de las preguntas de la 1 a la 7, por medida sanitaria se negará el acceso y se canalizará a la unidad de salud que le corresponda.

ANEXO 3

MÉTODOS DE LIMPIEZA DE ÁREAS CONTAMINADAS CON AGENTES BIOLÓGICOS (BACTERIAS, VIRUS)

Desinfección:

- El propósito de la desinfección es prevenir la diseminación mecánica de los agentes de la enfermedad de un lugar a otro mediante personas, equipos, mobiliario o utensilios.
- Los virus de la influenza son sensibles a los detergentes que destruyen la cubierta del virus, destruyendo se integridad y su capacidad infectiva.
- Para remover la contaminación en diferentes áreas, debe hacerse siempre con detergentes (agua jabonosa) o desinfectantes específicos.
- El cloro destruye bacterias y virus, actúa también sobre su cubierta.

Superficie	Substancias
Humanos Manos Piel expuesta	Jabones y Detergentes
Casa Mobiliario	Jabones y Detergentes Hipoclorito sódico diluir al 2-3 % Hipoclorito cálcico (sólido o en polvo) 2-3%
Albercas	Hipoclorito de calcio al 35%
Recipientes con agua, Tanques de almacenamiento, Tinacos y cisternas	Hipoclorito de calcio al 65% (una pastilla)/ 10 m ³ en agua

Desinfección con Cloro:

- Se pueden utilizar blanqueadores de uso domestico que contengan hipoclorito de sodio al 6%.
- Llenar una botella con un litro de agua limpia.
- Agregar 8 cucharadas soperas de cloro líquido.
- Tapar la botella y agitar.
- Dejar reposar 30 minutos antes de utilizarla.
- Guardar el recipiente en un lugar oscuro y fuera del alcance de los niños.

Esta agua de cloro puede ser utilizada por un mes.

ANEXO 4

RECOMENDACIONES PARA EL USO DEL CUBREBOCAS

El cubrebocas sirve para evitar contagiar a los demás, cuando la persona que está infectada habla, ya que evita que las gotitas de saliva salgan.

Si va a usar cubrebocas, debe seguir estas recomendaciones:

1. ¿Quién lo debe utilizar?
 - Personas que tengan alguna infección respiratoria.
 - Personas que viven o atienden a alguien enfermo de alguna infección respiratoria aguda.
 - Personas que necesitan estar en lugares muy concurridos.
2. Si ya saco el cubrebocas de su empaque, póngaselo inmediatamente.
3. ¿Cómo debe utilizar el cubrebocas?
 - Ajústelo a su cara, cubriendo completamente boca y nariz. Tenga cuidado de no usarlo al revés.
 - ¡OJO! No comparta el cubrebocas con ninguna otra persona, es personal.
4. ¿En qué momento debe cambiar el cubrebocas?

Cuando:

- Se humedezca.
- Esté roto o desgastado.
- Lo haya doblado.
- Después de visitar a un enfermo en el hospital.

5. ¿Dónde tiro el cubrebocas al terminar de usarlo?
 - En casa, métalo en una bolsa de plástico, amárrela y tírela.
 - Dépositelo en botes de basura o contenedores destinados para ello.
6. Cuando se lo quite, tírelo inmediatamente.
 - No lo deje sobre la mesa, buró, escritorio u otras superficies que pueden ser contaminadas.
7. ¿Quién no puede usar el cubrebocas?
 - Las personas que tienen dificultad para respirar, aunque estén enfermas.

ANEXO 5

CRITERIOS SOBRE PARÁMETROS AMBIENTALES DISTANCIAMIENTO SOCIAL INTRA Y EXTRAMUROS:

EPIDEMIA DE INFLUENZA.

Con el objeto de proteger la salud de los mexicanos, se realizó una búsqueda bibliográfica rápida sobre el comportamiento en el ambiente del virus de la influenza, así mismo se llevo a cabo un análisis de las acciones precautorias que se aplican en eventos epidémicos. Con todo ello, se establecieron los criterios interinos que deberán observarse en eventos colectivos y que su cumplimiento será auto verificable. Estos criterios serán autoverificables conforme se acumule mayor evidencia.

I. Comportamiento del virus de la influenza:

1) Cómo se dispersan los virus:

La forma más eficaz de contagio de los virus causantes del resfriado común, de la gripe, del SARS o de la influenza de una persona a otra es a través de pequeñas gotitas (aerosoles). Estos aerosoles suelen tener un tamaño de 0.005 a 0.01 milímetros (mm.) y generalmente son expulsadas del organismo a través de la boca y la nariz y son conocidos como la tos o los estornudos.

2) Cuántos virus se propagan a tra vés del estornudo y la tos:

Se ha calculado experimentalmente que en cada estornudo se pueden generar un aerosol que contiene 1000 partículas virales (virus de influenza aviar).

3) El tamaño de los a erosoles generados por humanos:

Suelen tener un tamaño de entre 5 a 10 micrómetros y son expulsadas con la tos o los estornudos.

4) Distancia de propagación del virus aerosolizado: 1.5 metros.

5) Velocidad de propagación del virus aerosolizado: 45 metros/segundo.

6) La Dosis mínima infecciosa virus influenza : 10- 100 virus/individuo.

II. Prerrequisitos que deberán ser cumplidos:

- Debe de haber un Filtro de Supervisión a la entrada de cualquier sitio para que nadie con síntomas de infección respiratoria aguda entre o ingrese al lugar de reunión.
- Factores Físicos que deberán controlarse en ambientes intramuros (Ventilación activa):

1) Temperatura y Humedad ambiental.

Un ambiente a una temperatura de 24 a 26 °C y una humedad entre 50 y 60% (con base en información experimental); limita la dispersión del virus respetando el índice de confort humano.

2) Índice de confort humano:

$$Te = Ta - 0.4 (Ta - 10) (1 - Hr / 100) \quad 19-24 \text{ neutro cómodo}$$

Te = temperatura efectiva

Ta = temperatura ambiente

Hr = humedad relativa

- Frecuencia y tipo de limpieza de superficies basado en el tiempo de supervivencia del virus en superficies:

1) Frecuencia y tipo de limpieza de superficies inertes:

Los virus pueden sobrevivir en superficies no porosas (acero inoxidable, plástico duro) de 24- 48 hrs. y en superficies porosas (papel, tela) de 8-12 hrs.

Se deberá de realizar limpieza de las superficies con agua y detergente o con una solución de cloro (un litro de agua con 8 cucharadas soperas de cloro al 6%, que es el cloro comercial) cada 4 hrs.

Así mismo, deberá usarse manteles de tela o paño sobre mesas y escritorios, haciendo lavado diario de los mismos.

- 2) Frecuencia y tipo de limpieza de superficies vivas, basada en el tiempo de sobrevivencia del virus en estas superficies.

El virus puede sobrevivir en las manos hasta 3 horas.

- Cada asistente deberá de lavarse las manos con jabón o con el gel antibacteriano con base de alcohol frecuentemente evitando aplicar crema para las manos.
- Evitar el saludo de mano y beso.
- Es obligado lavárselas luego de estornudar, toser, sonarse la nariz, utilizar o tirar un pañuelo o cubrebocas, después de viajar en transporte colectivo, después de cada reunión, después de subir a un ascensor, antes y después de ir al baño, antes y después de las comidas, antes de beber, antes de fumar, y antes de tocarse la cara.

III. Requisitos que deberán ser cumplidos:

- Densidad máxima permitida humana en ambiente intramuros y extramuros durante la epidemia:

4 personas en 10 metros cuadrados, guardando distancias entre persona y persona de 2.25 metros.

- Distancia de protección indicada entre personas:

La distancia de propagación del virus de 1.5 metros más el 50% para margen de protección. $1.5 \text{ metros} + 0.75 \text{ metros} = 2.25 \text{ metros}$, por lo que la distancia de seguridad entre persona y persona es de 2.25 metros.

- Si hay presencia de niños, deberá de duplicarse el factor de protección.

IV. Recomendaciones generales a cumplir en lugares intramuros:

- Cada asistente deberá de lavarse las manos con agua y jabón o con el gel antibacteriano con base de alcohol antes de entrar y evitar aplicarse crema para las manos. (considerar poner un lavabo a la entrada del establecimiento).

- En caso de estornudar o toser deberá practicar la técnica adecuada para toser o estornudar, lo que significa que debe cubrirse nariz y boca con el ángulo interno del codo o usar un pañuelo desechable, después deposite el pañuelo desechable en una bolsa de plástico de preferencia transparente.
- No se debe usar corbata porque puede actuar como un reservorio de microorganismos.

ANEXO 6

INFORMACIÓN DE CONOCIMIENTO Y PREVENCIÓN

INFLUENZA

Es una enfermedad viral aguda muy contagiosa, la mayor parte de los casos se recuperan en 3 a 7 días pero los adultos mayores o personas con enfermedades crónicas degenerativas (pulmonares, cardíacas, renales, diabetes) pueden presentar complicaciones graves como la neumonía, exacerbación de cuadros de bronquitis y/o asma, sinusitis y otitis media.

SÍNTOMAS

Fiebre alta (más de 38°C), tos, dolor de cabeza, muscular y en articulaciones, náusea, vómito, diarrea, cansancio intenso, congestión nasal, ardor y/o dolor de garganta.

TRANSMISIÓN

El virus de la influenza se disemina en el aire cuando un enfermo tose, estornuda o habla; otras personas se infectan al inhalar ese aire contaminado, el virus también se contagia cuando una persona sana toca con los dedos un objeto contaminado con dichos gérmenes y luego se toca los ojos, nariz o boca; el virus se incuba de uno a cinco días y se puede contagiar durante siete días.

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Evitar cambios bruscos de temperatura
- Lavarse las manos con frecuencia
- Evitar exposición a contaminantes ambientales
- No fumar
- Cubrir boca y nariz

- Evitar tocarse los ojos, nariz y boca
- Si está enfermo, reportarlo.
- Evitar lugares de alta concentración poblacional.

EL CUBREBOCAS POR SÍ SOLO, NO PROTEGE DE LA INFLUENZA, ES INDISPENSABLE EL LAVADO FRECUENTE DE MANOS Y LA HIGIENE DE LOS LUGARES.

