

En Interlingua nos preocupamos por la salud de nuestros empleados y estudiantes por lo cual hemos desarrollado este manual preventivo para asegurar que nuestras escuelas estén 100% libres de infección de virus y bacterias y otorguemos la confianza necesaria para continuar con sus clases de inglés.

INFLUENZA

Es una enfermedad respiratoria aguda causada por alguno de los tres tipos de virus de la influenza que se conocen: A, B y C.

Desde el punto de vista de la salud pública, el de mayor importancia es el virus de la influenza tipo A, que tiene la capacidad de infectar a humanos y algunas especies de animales tales como aves, cerdos, tigres, entre otros. El cuadro actual está relacionado a un nuevo virus identificado como influenza A(H1N1).

Su transmisión es de humano a humano por medio de saliva o superficies o materiales contaminados.

SINTOMAS

Los síntomas que presenta una persona con influenza son:

- Fiebre mayor de 38° C.
- Tos frecuente e intensa.
- Dolor de cabeza.
- Falta de apetito.
- Congestionamiento nasal.
- Malestar general.

MEDIDAS PREVENTIVAS EN SUCURSALES

1. Ventilar todas las áreas de trabajo, abriendo ventanas y permitiendo la entrada del sol. Limpieza con desinfectante y/o cloro (un litro de agua con 8 cucharaditas de cloro al 6%, que es el cloro comercial) en todos los salones, mesas y sillas de las sucursales dos veces al día.
2. Disponibilidad de contenedores rígidos de basura con bolsa de plástico.
3. Mantener el aire acondicionado entre los 24° y los 26° C (en las sucursales en donde aplique).
4. Colocar en los servicios sanitarios suficiente agua y jabón o desinfectantes para lavarse las manos frecuentemente.
5. Conservar permanentemente en condiciones de uso e higiénicos los servicios sanitarios, vestidores y casilleros destinados al uso del personal.
6. En sucursales en donde se cuente con comedor aplicar las medidas sanitarias necesarias para mantener libres de agentes patógenos sus instalaciones, equipos y utensilios.
7. Mantener limpios los objetos de uso común desinfectándolos tres veces al día con alcohol o solución de cloro de uso domestico:
 - Teléfonos
 - Manijas y botones interruptores de electricidad o de elevadores.
 - Teclados de computadora y mouse, impresoras, máquinas de escribir.
 - Lavabos, puertas y manijas, así como manija o botón de la taza de baño.

MEDIDAS PREVENTIVAS ESTUDIANTES Y EMPLEADOS INTERLINGUA

1. Lavar manos y muñecas frecuentemente con agua y jabón, o antes y después de cada clase.
2. Al toser o estornudar hacerlo con la técnica adecuada para toser o estornudar, 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.
3. Evitar compartir artículos de oficina como plumas, lápices, plumones, marcadores, CD, USB, etc. y en caso necesario, lavarse las manos después del contacto.
4. No saludar de beso, mano y abrazos.
5. No usar corbata, porque actúa como un reservorio de microorganismos.
6. No intercambiar el equipo de protección personal (guantes, respiradores, otros).
7. En caso de contar con alguno de los síntomas previamente mencionados es importante permanecer en casa y evitar acudir a centros de trabajo o escuelas.

CONTACTO

Para mayor información sobre la Influenza favor de visitar <http://portal.salud.gob.mx> o llamar al 01 800 123 1010.