

RECOMENDACIONES Y SUGERENCIAS



Gobierno
Federal

México
2010

SALUD

Para la mitigación del virus de la Influenza



Promoción
de la Salud



Vivir Mejor

RECOMENDACIONES PARA LA DIFUSIÓN DE MENSAJES
PARA MITIGAR LA INFLUENZA A (H1N1)
23 de Septiembre 2009

I. Medidas preventivas

- Lavarse las manos frecuentemente (al llegar de la calle, periódicamente durante el día, después de tocar áreas de uso común, después de ir al baño y antes de comer)
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del brazo al toser o estornudar (estornudo de etiqueta)
- Nunca escupir en el suelo. Si es necesario escupir, utilizar un pañuelo desechable, meterlo en una bolsa de plástico, anudarla y tirarla a la basura. Lavarse las manos
- Mantener la higiene adecuada de los entornos (casas, oficinas, centros de reunión), ventilarlos y permitir la entrada del sol
- Lavar frecuentemente bufandas, guantes, abrigos, rebozos, etc. de preferencia después de cada uso
- No tocarse la cara sobre todo nariz, boca y ojos con las manos sucias
- Quedarse en casa cuando se tienen padecimientos respiratorios y acudir al médico si se presenta alguno de los síntomas de la influenza

II. Recomendaciones para la difusión de mensajes de prevención para diferentes entornos

La difusión de las medidas preventivas, necesarias para reducir la probabilidad de exposición, de transmisión del virus y también, de desarrollar complicaciones por influenza A(H1N1); se puede llevar a cabo a través de diversos medios. Así, le pedimos que de acuerdo a aquéllos a los que tenga alcance o disponibilidad, comunique dichas medidas.

- Medios electrónicos disponibles: Enviar mensajes por correo electrónico, mensajes en su red interna de comunicación (ej. Intranet), así como generar enlaces al portal web de la Secretaría de Salud/DGPS
- Pizarrones /periódicos murales para difundir medidas preventivas.
- Colocación de frases cortas sobre medidas de prevención e identificación de signos y síntomas en la papelería interna, por ejemplo: oficios, memorándum, tarjetas informativas, talones de

pago, entre otros.

- Inclusión de mensajes en Boletines internos (impresos o electrónicos)
- Colocación de banners, mantas, pendones, carteles y/o pósters en los accesos a los inmuebles, recepción, elevadores, salas de juntas, estacionamientos, oficinas, baños, salas de descanso
- Grabaciones para máquinas contestadoras y/o conmutadores, con las medidas preventivas
- Colocar mensajes clave de la influenza en medios impresos como, cartelera, volantes, guías turísticas. (mapas de la ciudad, mapas de museos, etc.), menús/cartas, boletos de entrada
- Mensajes en sistemas de circuito cerrado dentro de las instalaciones (por ejemplo: transporte público, salas de espera, salas de abordar, etc.)
- Uso del sistema de audio para vocear las medidas preventivas
- Pizarras ubicadas junto a los relojes checadores de asistencia o de firma de asistencia
- Impresión de mensajes clave en empaques