



Dirección General de Incorporación y Revalidación de Estudios

BOLETIN SALUD DGIRE



Octubre 2022

Riesgos OCTUBRE

INFLUENZA

Responsable de la Publicación:
Dra. Gloria Ornelas Hall

SEGURIDAD ESCOLAR

La gripe estacional es una infección vírica aguda que circula por el mundo. Hay cuatro tipos de virus de la gripe estacional: A, B, C y D. Los causantes de las epidemias estacionales son los tipos A y B.

GRUPE A (causa de todas las pandemias conocidas)- Se clasifica por subtipos de acuerdo a las combinaciones de dos proteínas en su superficie: la hemaglutinina (HA) y la neuraminidasa (NA). Actualmente circulan el A(H1N1) causal de la pandemia de 2009 y el A(H3N2) que lo sustituyó.

GRUPE B- Se divide en dos linajes B/Yamagata y B/Victoria.

GRUPE C- Se detecta con menos frecuencia y causa infecciones leves.

GRUPE D- Afecta a animales, sin infectar al ser humano.

Signos y síntomas (2 semanas o más)

- Inicio súbito de fiebre
- Tos (seca)
- Dolores musculares, articulares, de cabeza y garganta,
- Malestar general
- Abundante secreción nasal

Puede ser leve, grave o incluso mortal. La hospitalización y la muerte son más frecuentes en grupos de alto riesgo (mayores de 65 años y menores de 5 años, embarazadas, pacientes con enfermedades crónicas (cardíacas, pulmonares, renales, metabólicas, del desarrollo neurológico, hepáticas o hematológicas) o inmunodepresión (por VIH/sida, quimioterapia, corticoterapia o neoplasias malignas).

Debido a su exposición a pacientes, los profesionales de la salud corren gran riesgo de infectarse y transmitirlo al toser o estornudar.

Transmisión- Personas infectadas dispersan gotículas infecciosas (con virus) en el aire, a distancias de hasta 1 metro, infectando a quienes las inspiran. También se transmite por manos contaminadas.

Diagnóstico- El periodo de incubación (entre la infección y la enfermedad) es de unos 2 días, pero oscila entre 1 y 4 días. Puede confundirse con otros virus respiratorios (rinovirus, virus sincitial respiratorio, parainfluenza y adenovirus), pero muestras de secreciones faríngeas, nasales o nasofaríngeas pueden detectar antígenos, aislar el virus o su RNA por PCR-RT (reacción en cadena de la polimerasa con retrotranscriptasa).

Consciente del riesgo de la violencia y la inseguridad escolar, DGIRE abre espacios de diálogo con la comunidad educativa de escuelas e instituciones del Sistema Incorporado a la UNAM (ISI), con el fin de intercambiar información y construir estrategias conjuntas de Seguridad Escolar.

La educación requiere que las escuelas sigan siendo espacios seguros, confiables y propicios para la formación integral de los estudiantes.

Cinco riesgos amenazan a las escuelas:

- interna
- digital
- perimetral
- Epidemiológica
- Psicosocial

Cada ISI será responsable de diseñar su protocolo de SEGURIDAD ESCOLAR, con estrategias de protección y prevención, adecuadas a los riesgos y recursos de cada escuela.

Manejo- Pacientes con gripe estacional no complicada:

- Recibir tratamiento sintomático
- Aislarse para reducir el riesgo de transmisión
- Tratamiento para el alivio de los síntomas, como la fiebre.
- Buscar atención médica si empeoran los síntomas.
- No auto-meducarse
- Consumir abundantes líquidos y alimentos con vitamina A y C como zanahoria, naranja, lima, limón, papaya, mandarina, toronja, jitomate y guayaba, dado que ayudan a fortalecer el sistema inmunológico.

Personas de alto riesgo pueden presentar enfermedad grave o complicaciones y deben recibir antiviricos pero no de forma sistemática, por riesgo de sobreinfección bacteriana o fúngica y generación de resistencia.

Prevención- La forma más eficaz es la vacunación. La inmunidad se atenúa con el tiempo, por lo que se recomienda vacunación anual con virus inactivados.

- Lavarse las manos frecuentemente y secárselas bien;
- Etiqueta e higiene respiratorios, cubriendo boca y nariz al toser o estornudar, desechándolos correctamente
- Auto-aislarse ante el malestar, fiebre u otros síntomas gripales
- Evitar contacto con personas enfermas
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- No saludar de mano o beso
- Mantener ventilados los espacios comunes
- Abrigarse
- No exponerse a cambios bruscos de temperatura
- Usar cubre-bocas y bufanda
- No fumar en lugares cerrados, cerca de niñas y niños, adultos mayores o enfermos
- No acudir a lugares concurridos
- Consumo de dieta saludable.



VACUNACIÓN

La Campaña Nacional de Vacunación contra la Influenza Estacional ofrece aplicar la vacuna en clínicas de salud, hasta el 31 de marzo de 2023,

- Puede aplicarse de manera simultánea al COVID-19.
- Es segura en embarazadas protegiendo de cursar con un cuadro grave de influenza y mejorando la protección del bebé en la lactancia.

Familiares (infantes de 6 a 59 meses de edad, embarazadas, adultos mayores de 60 años y más y población de alto riesgo entre 5 y 59 años) podrán acudir a cualquiera de los 231 Centros de Salud.

Efectos adversos- Son leves. Pueden presentar:

- Dolor y enrojecimiento en el área de inyección
- Congestión nasal
- Tos

La vacuna contra la influenza debe recibirse cada año debido a cambios en el virus circulante y disminución de la inmunidad disminuye durante el año.

PREVENCIÓN DE RIESGOS PROMOCIÓN DEL BIEN-ESTAR INTEGRAL

Ante la disminución del COVID 19, cabe rescatar la figura del responsable sanitario para formalizar la conformación de un Comité de Salud Escolar que incluya a las áreas de psicología, pedagogía, nutrición, disciplina, deportes ...

Aprovechar los Dias Mundiales de concientización, designados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para elaborar el Plan de Bienestar Escolar 2023 con un tema por mes.

*Ejemplo semestral:
Enero- Nutrición
Febrero- Sexualidad
Marzo- Género
Abril- Prevención de accidentes y violencia
Mayo- Adicciones*

Formar a estudiantes con liderazgo y resiliencia como PROMOTORES DE SALUD, creando redes de contención para identificar y anticipar medidas de prevención y atención oportuna.

DGIRE sigue atenta a las necesidades y propuestas de las escuelas.

