

# Universidad Tecnológica del Valle del Mezquital.

Departamento de Servicio Médico.

## **Programa de prevención y control de enfermedades causadas por virus respiratorios.**

Acciones a implementar.

Elaboró: Dra. Martha Raquel Sinco Quintero  
Jefa de Departamento de Servicio Médico  
Universidad Tecnológica del Valle del Mezquital.

Universidad Tecnológica del Valle del Mezquital.  
**Programa de prevención y control de enfermedades causadas por  
virus respiratorios.**

Acciones a implementar.

**CONTENIDO**

I. ANTECEDENTES .....	3
II. ACCIONES ANTE INCREMENTO DE INFECCIONES RESPIRATORIAS EN TEMPORADA INVERNAL 2023–2024.....	4
III. JUSTIFICACIÓN .....	4
IV. OBJETIVO .....	4
V. MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS DE ETIOLOGÍA VIRAL.....	5
VI. MEDIDAS A IMPLEMENTAR DE ACUERDO A LO RECOMENDADO EN LA CAPACITACIÓN VIRTUAL SOBRE MEDIDAS PREVENTIVAS ANTE LOS FRENTE FRÍOS Y LA IMPORTANCIA DE LA VACUNACIÓN CONTRA LA INFLUENZA – SEPH EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR Y SUPERIOR.....	6
VII.- JUSTIFICANTE DE INASISTENCIA Y/O INCAPACIDAD LABORAL.....	10
VIII.-DOCUMENTOS PARA CONSULTA: PROTOCOLO DE VIGILANCIA DE INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA (IRA) .....	10

## I. ANTECEDENTES

A nivel mundial, nacional y regional, existen varias directrices y guías sobre la preparación, prevención, vigilancia y control de enfermedades causadas por virus respiratorios; la mayoría de estas iniciativas se centran en eventos o casos de virus específicos.

Durante la pandemia de la enfermedad por el coronavirus del 2019 (COVID-19, por su sigla en inglés), se ha constatado que incluso cuando hay estrategias diseñadas y planificadas para pandemias, es necesario fortalecerlas y mejorarlas.

La planificación de las amenazas inminentes, incluidas las planteadas por virus respiratorios, contribuye al fortalecimiento de las capacidades básicas de los Sistemas de Salud.

Este programa tiene por objetivo impulsar la gestión y la planificación integral de la vigilancia, la detección temprana de eventos con posible riesgo para la salud de los integrantes de la Comunidad Universitaria, así como la prevención y el control de enfermedades respiratorias en la Universidad Tecnológica del Valle del Mezquital.

Asimismo, aspira a estimular a los involucrados a que mantengan el nivel de concientización sobre el tema lo más alto posible de acuerdo al panorama actual tanto para la gripe estacional como para otros virus respiratorios (OVR), con el fin de identificar los riesgos y facilitar la implementación de estrategias de prevención.

---

1. Organización Mundial de la Salud. Reglamento Sanitario Internacional (2005). Tercera edición. Ginebra: OMS; 2016. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/246186/9789243580494-spa.pdf?sequence=1>.

## II. ACCIONES ANTE INCREMENTO DE INFECCIONES RESPIRATORIAS EN TEMPORADA INVERNAL 2023–2024.

En este periodo del año, en México se detecta circulación de influenza, SARS-CoV-2 y virus respiratorios como el sincicial respiratorio.

Grupos más vulnerables incluyen personas embarazadas, adultas mayores, jóvenes y adultas con enfermedades crónicas y menores de 5 años.

- **Principales signos de alerta pueden ser fiebre persistente, dolor o dificultad para respirar, somnolencia o cansancio profundo y saturación por debajo de 90%.**
- **Autoridades sanitarias reiteran el llamado a población objetivo a vacunarse contra influenza y COVID-19.**

## III. JUSTIFICACIÓN

El Comité Nacional para la Vigilancia Epidemiológica emitió un aviso epidemiológico <https://bit.ly/3QWFMGP> por incremento de la circulación de virus respiratorios en el país, incluyendo influenza, COVID-19 y otros, con predominio del virus sincicial respiratorio (VSR).

Las instituciones del sector Salud mantienen vigilancia epidemiológica de las enfermedades respiratorias agudas, especialmente en la temporada invernal, cuando aumentan a causa de virus y bacterias como influenza, SARS-CoV-2, VSR y neumococo; en general, son más vulnerables niñas y niños, personas adultas mayores y quienes que viven con comorbilidades.

En nuestro país, desde el inicio de la temporada invernal 2023-2024, en aquellas personas cuyas pruebas resultan negativas a influenza y COVID-19 se observa la circulación de otros virus respiratorios, con predominio de VSR.

## IV. OBJETIVO

El principal objetivo de las recomendaciones relacionadas con la educación para la salud es disminuir el riesgo de presentar infecciones

respiratorias, para ello existen medidas cuya efectividad ha sido bien demostrada y que deben ser aplicadas por todos los integrantes de la Comunidad Universitaria para prevenir contagios y disminuir el índice de morbilidad por enfermedades respiratorias de origen viral.

## **V. MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS DE ETIOLOGÍA VIRAL.**

**La Secretaría de Salud recomienda las siguientes medidas para la prevención de infecciones respiratorias, especialmente durante la temporada invernal:**

1. Lava tus manos frecuentemente con agua y jabón o usa soluciones con base de alcohol.
2. Cubre nariz y boca al toser o estornudar, con un pañuelo o con el ángulo interno del brazo.
3. Limpia superficies y objetos de uso común.
4. Ventila espacios cerrados y permite la circulación del aire y entrada de luz solar.
5. Si formas parte de los grupos de mayor riesgo, vacúnate contra influenza y COVID.
6. En caso de presentar una infección respiratoria usa cubre bocas, aíslate en casa y no te auto mediques.
7. Solicita atención médica en caso síntomas de alarma como: fiebre persistente, dolor en el pecho o dificultad para respirar (en bebés se marcan las costillas al respirar o su nariz aletea por el esfuerzo); somnolencia o cansancio profundo, o si usas un oxímetro, saturación por debajo de 90 por ciento.

Es importante llevar a vacunar contra influenza a personas en estado vulnerabilidad.

La vacuna contra COVID-19 también debe suministrarse junto con la de influenza a personas mayores de 60 años, embarazadas (sin importar el mes de gestación)

y con comorbilidades. De ser posible gestionar la vacunación para la totalidad de la comunidad universitaria (recordando que la vacunación debe ser voluntaria).

Igualmente, atender las recomendaciones de autoridades de salud y no hacer caso a rumores o información de medios no oficiales, puesto que puede ser errónea y genera confusión entre la población. Se recomienda que se haga uso de los medios oficiales de comunicación de la UTM (Intranet) para revisar la información actualizada que se publica sobre temas de prevención y atención de la salud, además de encontrar los avisos sobre las actividades de medicina preventiva orientadas a evitar contraer enfermedades respiratorias de origen viral.

**VI. MEDIDAS A IMPLEMENTAR DE ACUERDO A LO RECOMENDADO EN LA CAPACITACIÓN VIRTUAL SOBRE MEDIDAS PREVENTIVAS ANTE LOS FRENTES FRÍOS Y LA IMPORTANCIA DE LA VACUNACIÓN CONTRA LA INFLUENZA – SEPH EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR Y SUPERIOR.**

Dicha capacitación se llevó a cabo el pasado miércoles 24 de enero del 2024, en donde se dieron a conocer las siguientes medidas y recomendaciones a implementar:



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

**Medidas preventivas que se deben continuar:**

**Lavado de manos** frecuentemente y de forma correcta, preferente con agua y jabón.



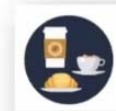
Uso de **alcohol gel** al 70%, varias veces al día.



**Etiqueta respiratoria:** cubrir con el ángulo interno del brazo, nariz y boca al toser o estornudar.



Evitar compartir alimentos, bebidas, utensilios y platos.



Evitar el contacto cercano con personas enfermas.



**Uso correcto de la mascarilla**, ante la presencia de sintomatología

[www.hidalgo.gob.mx](http://www.hidalgo.gob.mx)

**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

**Importancia de la Vacunación y la atención oportuna**

**Personas con comorbilidades:** obesidad, diabetes, VIH, cáncer, alguna enfermedad del corazón y/o crónica, acude a la unidad de salud y solicitar la vacuna, puede salvar la vida si enferman de Influenza!

**Principales síntomas:** tos, fiebre, malestar general, dolor de cabeza, escurrimiento nasal o dificultad respiratoria.

**Que hacer para evitar complicaciones de gravedad:** no automedicarse, no remedios caseros y solicitar atención médica durante las **primeras 48 horas** para recibir el **tratamiento indicado**.

Especialmente las personas de los grupos prioritarios y las que se dedican al **hogar, estudiantes y empleados:** casos y defunciones.

Un % alto de casos no estaban vacunados y solo el 62% de los casos solicitaron atención medica oportuna en las primeras 48 horas (6 de cada 10)

**En temporada invernal ¡jamar es vacunar!**

**Si estás embarazada,** acude a tu centro de salud y solicita las siguientes vacunas:  
**Influenza:** a partir del 16 octubre 2023  
**COVID-19:** si han pasado más de 12 meses de la última dosis.  
**Recuerda** que pueden aplicártelas de manera simultánea.







## Campañas de Mercadotecnia

1. Temporada invernal
2. Hipotermia
3. Intoxicación por monóxido de carbono



**En Temporada Invernal**

- Vacúnate oportunamente contra influenza y COVID-19.
- Lávate las manos con agua y jabón o con alcohol gel.
- Aléjate una distancia en espacios públicos y de ser necesario usa mascarilla.

En casos de fiebre, tos persistente, fatiga o dificultad para respirar, consulta a tu médico de cabecera. Las infecciones respiratorias son prevenibles y curables si se detectan a tiempo!

**HIDALGO SALUD**

**Durante la temporada invernal,** prevénete de las enfermedades respiratorias que se presentan en esta época. El frío favorece la aparición de infecciones respiratorias.

Accompáñate de la mejor manera con los siguientes hábitos y acciones:

- Evita fumar y beber alcohol.
- Evita el contacto estrecho con personas enfermas.
- Evita el uso de espacios cerrados.
- Mantente alejado de otros resacaños.
- Mantente hidratado y con buena alimentación.
- Evita el uso de ropa húmeda.

No te autodiagnostiques. Si tienes síntomas persistentes, acude a tu unidad de salud. Las infecciones respiratorias son prevenibles y curables si se detectan a tiempo.

**HIDALGO SALUD**

**EN TEMPORADA DE FRÍO**  
Evítanos la hipotermia en 10 pasos

1. Usa el abrigo o ropa de abrigo adecuada para el clima.
2. Cuida que el abrigo cubra el cuello, las manos, los pies y la cabeza.
3. Evita salir a la calle sin abrigo adecuado.
4. Evita salir a la calle sin abrigo adecuado.
5. Evita salir a la calle sin abrigo adecuado.
6. Evita salir a la calle sin abrigo adecuado.
7. Evita salir a la calle sin abrigo adecuado.
8. Evita salir a la calle sin abrigo adecuado.
9. Evita salir a la calle sin abrigo adecuado.
10. Evita salir a la calle sin abrigo adecuado.

¡Primero tu salud!

**HIDALGO SALUD**

**Tu puedes evitar la intoxicación por monóxido de carbono:**

- Nunca utilices estufas, hornos de gas para calentar una habitación.
- No uses aparatos de motor de un vehículo en lugares cerrados como garajes.
- No utilices hornos, hornos o calentadores eléctricos por períodos prolongados en lugares sin ventilación.
- Si presentas dolor de cabeza, náusea, vómito, dolor de pecho, debilidad o confusión, acude a tu unidad de salud inmediatamente.

¡Primero tu salud!

**HIDALGO SALUD**

[www.hidalgo.gob.mx](http://www.hidalgo.gob.mx)

## Compromisos

- Difundir los materiales de las campañas de Influenza en diversos medios propios, al personal, estudiantes, padres y madres de familia.
- Apoyar las actividades de vacunación.
- Envío de evidencias

[www.hidalgo.gob.mx](http://www.hidalgo.gob.mx)

## VII.- JUSTIFICANTE DE INASISTENCIA Y/O INCAPACIDAD LABORAL.

Para los alumnos que cuenten con diagnóstico de **infección respiratoria de origen viral** tendrán derecho a justificante por 3 a 5 días de acuerdo a su estado de salud, para realizar su trámite deberán enviar su comprobante médico con el diagnóstico correspondiente a los correos: [mrsinco@utvm.edu.mx](mailto:mrsinco@utvm.edu.mx) o [nlugo@utvm.edu.mx](mailto:nlugo@utvm.edu.mx) con copia a su Director de Programa Educativo, en caso de tratarse de personal administrativo o docente deberá acudir al ISSSTE para la valoración pertinente y el trámite de la incapacidad correspondiente.

En caso de comenzar con datos de infección respiratoria no asistir a las instalaciones de la UTM, acudir a la unidad de salud correspondiente para el diagnóstico y tratamiento oportuno, de esta manera evitamos propagar las infecciones.

## VIII.-DOCUMENTOS PARA CONSULTA: PROTOCOLO DE VIGILANCIA DE INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA (IRA).

Protocolo de Vigilancia de Infección Respiratoria Aguda (IRA)  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/706929/PAE\\_IRA\\_cF.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/706929/PAE_IRA_cF.pdf)