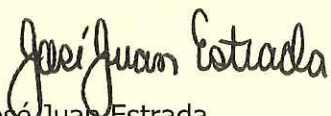


17 de julio de 2009

## CARTA CIRCULAR

### CONCESIONARIOS DE SERVICIOS DE ALIMENTOS DEL RECINTO DE RÍO PIEDRAS



José Juan Estrada  
Decano



Oficina del Decano  
de Administración

### MEDIDAS DE PREVENCIÓN ANTE ALERTA – VIRUS AH1N1

El Gobierno de Puerto Rico confirmó el pasado 14 de julio de 2009, la primera muerte causada por el Virus de la Influenza Tipo AH1N1 (inicialmente denominada gripe porcina). En nuestro país, se elevó el nivel de alerta epidemiológica de 4 a 5. Ante esta situación, es deber de todos tomar medidas de prevención para mantener en control esta situación en nuestro ámbito, particularmente en el Recinto de Río Piedras. Las recomendaciones son:

1. Observar medidas higiénicas básicas. El lavarse con frecuencia las manos y el uso de desinfectantes de mano constituyen mecanismos sencillos y efectivos para reducir la posibilidad de infección. Cubrir la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar. Botar el pañuelo desechable a la basura después de usarlo y lavarse las manos.
2. En caso de que se presenten algunos síntomas asociados al Síndrome, como son: fiebre, tos, dolores musculares, dolores de cabeza, fatiga general, vómitos y diarreas, lo más conveniente es permanecer en casa. No presentarse a las oficinas ni a los salones de clases. Descansar y tomar mucho líquido. No tomar aspirina pues algunos de los síntomas pueden serlo también del dengue para lo cual la aspirina es contraproducente.
3. Contactar a las autoridades médicas si persisten o se agravan estos síntomas.

PO Box 23301  
San Juan PR  
00931-3301

787-764-0000  
Exts. 3030 / 3034

Fax 787-764-2880  
Ext. 1357

Entre las principales medidas que debe tener cada empleado que trabaja en las concesiones para los servicios de alimentos, son las que constantemente debe realizar, bajo condiciones normales, antes, durante y después de la preparación, manipulación y servicio de alimentos:

- Lávese las manos con agua y jabón por 20 segundos y usar desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cúbrase la boca y nariz con un pañuelo desechable y luego descártelo.
- No se toque los ojos, nariz o la boca.
- Evite el contacto con personas enfermas, sin protegerse.
- Desinfecte las superficies contaminadas con una loción a base de alcohol o cloro.
- Quédese en casa si se enferma, no contagie a los demás.
- Evite dar la mano, abrazos y besos.

A continuación le presentamos recomendaciones adicionales que debe considerar en sus áreas de trabajo:

- Mantener desinfectantes de mano en los mostradores, áreas para dejar bandejas usadas y áreas de preparación de alimentos, para uso de clientes y empleados.
- La limpieza y saneamiento de las áreas debe ser más agresiva y constante. Las sillas, mesas, área del comedor, bandejas, los pasamanos, deben limpiarse con más regularidad, así como el área de recibo, preparación y servicio de los alimentos. Debe utilizar un fungicida/bactericida para completar la limpieza. El cajero debe tener cerca un recipiente con desinfectante de manos. Es menester recabar que quien cobra dinero en la concesión, no debe servir alimentos y así se evita la contaminación.
- En caso que la política de la empresa lo permita, como medida de seguridad ante este virus, se recomienda el uso de respiraderos desechables (mascarillas) N95. El respirador debe estar debidamente certificado por NIOSH. Debe tener válvula de exhalación, esto hace que el vapor que se produce al exhalar salga del respirador y le proporciona más comodidad al usuario. La Oficina de Protección Ambiental y Seguridad Ocupacional (OPASO), proveyó información sobre los respiradores recomendados. De estar interesados en obtener la misma, favor de comunicarse con la Srta. Yelix Cruz, Directora de la Oficina para la Supervisión de los Servicios de Alimentos, a la extensión 2343 ó 7535.

Carta Circular  
Concesionarios de Servicios de Alimentos del Recinto  
Página 3  
17 de julio de 2009

Les exhortamos a todos a mantenerse al tanto del desarrollo de esta emergencia. Puede acceder a la página electrónica del Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades de Atlanta (CDC, en sus siglas en inglés) para obtener información sobre el virus AH1N1. La página electrónica del CDC de Atlanta provee la información oficial. Puede obtener más información específica en <http://www.cdc.gov/swineflu/espanol/influenza-porcina-usted.htm>.

Para su información y referencia, se incluye documento preparado por el Departamento de Servicios Médicos del Recinto de Río Piedras, el cual puede servir de referencia.

Saludos cordiales.



# ALERTA DE SALUD

El gobierno de Puerto Rico confirmó ayer 14 de julio de 2009, la primera muerte por el virus AH1N1 en nuestro país y, de inmediato, elevó el nivel de alerta epidemiológica de 4 a 5. Al reportarse casos de contagio de persona a persona aquí en la Isla las autoridades de salud han tenido que elevar el nivel de alerta y nuestro Recinto no es la excepción.

Hasta el momento, las autoridades habían establecido seis grupos de riesgo: embarazadas, menores de 5 años, mayores de 65, personas con enfermedades crónicas, aquellos que viven en centros de cuidado donde se concentran muchos enfermos y menores de 19 años que tomen aspirina para tratar enfermedades cardíacas y reumatológicas. El Departamento de Salud de Puerto Rico considera incluir un séptimo grupo entre los que estarían personas obesas y jóvenes.

Ante esta realidad nuestro Recinto ha reforzado su programa de prevención y educación a la comunidad universitaria respecto a la prevención y educación contra el contagio del virus AH1N1.

## ¿Cuáles son los signos y síntomas de este virus en las personas?

Los síntomas del virus nuevo de la influenza AH1N1 en las personas son similares a los síntomas de la influenza o gripe común. Estos incluyen: fiebre, tos, dolor de garganta, moqueo o secreción nasal, dolores en el cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos y fatiga. Una cantidad significativa de personas infectadas por este virus también han reportado tener vómito y diarrea. Además, al igual de lo que ocurre con la influenza o gripe estacional, se han presentado casos de enfermedades graves y muertes en personas como resultado de complicaciones asociadas a este virus.

## Prevención y tratamiento

### ¿Qué puedo hacer para evitar enfermarme?

En este momento no hay una vacuna contra el nuevo virus AH1N1. Hay medidas que usted puede tomar diariamente para ayudar a prevenir la propagación de gérmenes que causan enfermedades respiratorias como la influenza.

### Siga estos pasos todos los días para proteger su salud:

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar. Bote el pañuelo desechable a la basura después de usarlo.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar. Los desinfectantes para manos que contienen alcohol también son eficaces.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca. Esta es la manera en que se propagan los gérmenes.
- Trate de evitar el contacto cercano con personas enfermas.

Fax Transmittal Memo	
To	From
Co./Dept.	Co./Dept.
Phone #	Phone #
Fax #	Fax #
5730	531

2

- Si está enfermo, quédese en casa por 7 días a partir del comienzo de los síntomas o hasta que hayan pasado 24 horas desde que desaparecieron los síntomas, el tiempo que sea mayor. Esto se hace para evitar infectar a otras personas y propagar más el virus.

**Otras medidas importantes que usted puede tomar:**

- Siga las recomendaciones de las autoridades de salud pública con relación al cierre de escuelas y centros educativos, evitar frecuentar sitios con multitudes y tomar medidas de distanciamiento social.
- Prepárese por si se enferma y tiene que quedarse en casa por una semana más o menos. Tenga suministros de medicamentos de venta libre, desinfectantes a base de alcohol, pañuelos desechables y otros artículos similares que puedan ser útiles, para evitar tener que salir a comprarlos mientras está enfermo y es contagioso.

**¿Cuál es la mejor forma de evitar propagar el virus al toser y estornudar?**

Si usted está enfermo, limite el contacto con otras personas tanto como sea posible. Si está enfermo, quédese en casa por 7 días a partir del comienzo de los síntomas o hasta que hayan pasado 24 horas desde que desaparecieron los síntomas, el tiempo que sea mayor. Cúbrase con un pañuelo desechable la nariz y la boca cuando tosa o estornude. Bote el pañuelo desechable usado en canasto de basura. Después lávese las manos y haga esto cada vez que tosa o estornude.

**¿Cuál es la mejor manera de lavarse las manos y evitar propagar la influenza?**

Lavarse las manos a menudo le ayudará a protegerse contra los gérmenes. Lávese las manos con agua y jabón o con un desinfectante de manos a base de alcohol. Cuando no tenga disponible agua ni jabón, puede usar toallitas húmedas o gel desinfectante para las manos a base de alcohol. Estos productos se pueden comprar en la mayoría de los supermercados y farmacias. Si usa gel, frótese las manos hasta que se seque el producto. Este no necesita agua para que haga efecto, ya que el alcohol que contiene elimina los gérmenes que haya en sus manos.

**¿Qué debo hacer si me enfermo?**

Si usted vive en áreas donde se han identificado casos de la nueva influenza AH1N1 en personas y se enferma con síntomas similares a los de la influenza o gripe.

Si se enferma y presenta alguno de los signos de advertencia, busque atención médica de inmediato o acuda al Departamento de Servicios Médicos de nuestro Recinto, unidad la cual ubica adyacente al Centro de Estudiantes de nuestro Recinto y la cual opera de lunes a jueves en horario de 7:30 AM a 8:30 PM y los viernes de 7:30 AM a 4:30 PM.