



Influenza (gripe)

Recomendaciones interinas actualizadas para la protección de los trabajadores y el uso del equipo de protección personal (EPP) para disminuir la exposición a los nuevos virus A de la influenza aviar asociados a enfermedades en seres humanos

Actualizado el 24 de mayo del 2024

Resumen de cambios

- Esta guía actualizada identifica ciertos grupos ocupacionales que podrían tener más riesgo de exposición a los virus nuevos de la influenza A. Las recomendaciones específicas para estos grupos podrían actualizarse en la medida que los CDC conozcan más acerca de esta situación en evolución.
- Las personas en estos grupos ocupacionales deben consultar a sus supervisores o al equipo de seguridad laboral de sus empleadores para determinar la mejor forma de aplicar estas recomendaciones.

Información para trabajadores

Tome medidas para reducir su riesgo de infección por los virus A de la influenza aviar asociados a enfermedades graves al **trabajar con animales o materiales, incluida leche cruda, con infección confirmada o posible** por estos virus nuevos de la influenza A. Algunos ejemplos de personas que trabajan o tienen exposición a animales incluyen:

- Productores de aves de corral y ganado y sus trabajadores
- Propietarios de aves de cría doméstica
- Veterinarios y su personal
- Socorristas de salud animal
- Socorristas de salud pública
- Trabajadores de mataderos que desempeñan ciertas tareas en vacas lecheras lactantes, como:
 - Descargar o manipular vacas lecheras lactantes para su sacrificio, incluidos los trabajadores en zonas de contención de ganado y que participan de las inspecciones previas a su matanza
 - Procesos postmortem como inspección, manipulación y transporte de vísceras
 - Eliminación y transporte de ubres de vacas lecheras para su procesamiento o entrega

Evite el contacto directo o cercano sin protección con:

- Aves, ganado y otros animales enfermos
- Esqueletos de aves, ganado u otros animales que murieron por causas desconocidas
- La leche cruda
- Vísceras y ubres de vacas lecheras lactantes
- Heces o desechos
- Superficies y agua (como estanques, bebederos, cubetas, canales) en granjas con animales posiblemente infectados que podrían estar contaminadas con desechos de animales

Protect Yourself From H5N1 When Working With Farm Animals

H5N1 is a bird flu virus that could make you sick. Wear recommended personal protective equipment (PPE) when working directly or closely with sick or dead animals, animal feces, litter, raw milk, and other materials that might have the virus.



Wash hands with soap and water, then put on PPE in this order:

1. Fluid-resistant coveralls
2. Waterproof apron, if needed for job task
3. NIOSH Approved® Respirator (e.g., N95® filtering facepiece respirator or elastomeric half mask respirator)
4. Properly-fitted unvented *or* indirectly vented safety goggles or face shield
5. Head cover or hair cover
6. Gloves
7. Boots

Scan to learn how to put on and take off a respirator



While wearing PPE

- Use separate designated clean areas, one for putting on PPE and one for taking off PPE.
- Avoid touching your eyes, mouth, and nose after touching any contaminated material.
- Do not eat, drink, smoke, vape, chew gum, dip tobacco, or use the bathroom.

Follow these steps to safely remove PPE

1. Remove the apron, if worn
2. Clean and disinfect boots
3. Remove boots
4. Remove coveralls
5. Remove gloves
6. Wash hands with soap and water or alcohol-based hand rub
7. Remove head cover or hair cover
8. Remove goggles or faceshield and then remove respirator
9. Wash hands again with soap and water or alcohol-based hand rub

After removing PPE

- Shower at the end of the work shift.
- Leave all contaminated clothing and equipment at work.
- Watch for symptoms of illness while you are working with potentially sick animals or materials. Continue watching for symptoms for 10 days after finishing working. If you get sick, tell your supervisor and talk with a doctor.

Reusable and disposable PPE

- While removing PPE, dispose of all disposable PPE appropriately and set aside reusable PPE
- Clean and disinfect reusable PPE after every use

Scan to find more PPE and worker safety information



May 2024

"Protéjase del H5N1 al trabajar con animales de granja" [2 MB, 1 pág.] 

En español [1.7 MB, 1 página] 

K'iche' [2.1 MB, 1 página] 

Si debe ingresar o trabajar en espacios que aún no fueron desinfectados, con presencia actual o pasada de estos materiales o de ganado u otros animales enfermos o muertos posiblemente por el virus, use el equipo de protección personal (EPP) correspondiente además del EPP que usa normalmente para sus tareas (como un delantal impermeable, protección para los oídos, etc.). El EPP apropiado depende de los riesgos presentes y la evaluación de riesgos correspondiente del lugar. Si tiene preguntas sobre el tipo de EPP que debe usar o cómo colocárselo correctamente, consulte a su supervisor.

El EPP recomendado para protegerse contra los virus nuevos de la influenza A incluye:

- Overol impermeable, desechable o no [\[i\]](#) y, según la tarea, un delantal impermeable, desechable o no
- Cualquier respirador de partículas con el sello NIOSH Approved® (p. ej., N95® o un respirador con filtro de calidad superior, respirador elastomérico de media máscara y filtros N95 como mínimo)
- Gafas de seguridad correctamente ajustadas, sin ventilación o con ventilación indirecta [\[ii\]](#) o una mascarilla para la cara si hay riesgo de salpicadura de líquidos en el respirador
- Botas de goma o cubiertas de goma para el calzado con costuras selladas que se puedan desinfectar, o cubiertas desechables para tareas que llevan poco tiempo
- Cofia para la cabeza o el cabello, desechable o no desechable
- Guantes desechables o no desechables [\[iii\]](#)

Al usar el EPP

- Evite tocarse por encima del tórax, especialmente los ojos, la boca o la nariz, después de haber tocado materiales contaminados
- No coma, beba, fume, vapee, mastique chicle, utilice tabaco ni use el baño
- Use áreas designadas como limpias apartadas, una para colocarse el EPP y otra para quitárselo

Cómo colocarse y quitarse el EPP de manera segura

- Colóquese el EPP en este orden y en un entorno limpio evitando la contaminación:
 1. Lávese las manos con agua y jabón
 2. Overol impermeable
 3. Delantal impermeable, si es necesario
 4. Respirador con el sello NIOSH Approved®
 5. Gafas de seguridad correctamente ajustadas, sin ventilación o con ventilación indirecta, o protector facial
 6. Cofia para la cabeza o el cabello
 7. Guantes
 8. Botas o cubiertas para botas
- Quítese el EPP en este orden* y recuerde botar todo el EPP desechable correctamente y apartar el EPP reutilizable para su limpieza después de cada uso:
 1. Quítese el delantal, si usa uno
 2. Limpie y desinfecte las botas o cubiertas para botas
 3. Quítese las botas o cubiertas para botas
 4. Quítese el overol
 5. Quítese los guantes.
 6. Lávese las manos con agua y jabón o, si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante de manos a base de alcohol
 7. Quítese la cofia para la cabeza o el cabello
 8. Quítese las gafas de seguridad o protector para la cara y luego quítese el respirador

9. Vuelva a lavarse las manos con agua y jabón o, si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante de manos a base de alcohol

Importante: Al quitarse el EPP, toque la parte menos contaminada del EPP.

*Cualquier cambio en el orden para quitarse el EPP debe contemplar que el objetivo de la secuencia elegida debería ser minimizar cualquier transferencia de contaminantes de la ropa de protección y equipos posiblemente contaminados a la piel o ropa regular de la persona.

- Todo el EPP reutilizable (p. ej.: botas de goma, gafas de seguridad, protector facial, delantal impermeable, respiradores elastoméricos de media máscara) se debe dejar a un lado y luego se debe limpiar y desinfectar después de cada uso.

Para limpiar y desinfectar el EPP reutilizable:

1. Elija un [desinfectante aprobado por la EPA cuya etiqueta indique que combate los virus de influenza A](#) 
2. Siga las instrucciones del fabricante/etiqueta para su uso seguro
3. Limpie el EPP reutilizable hasta que haya desaparecido la suciedad visible
4. Desinfecte el EPP reutilizable según las instrucciones del fabricante del desinfectante y del EPP

Después de quitarse el EPP

- Si es posible, dúchese al finalizar su turno de trabajo y póngase ropa limpia y no contaminada. Si no hay duchas en el lugar, límpiense lo mejor que pueda, póngase ropa no contaminada y al llegar del trabajo dúchese inmediatamente y póngase ropa limpia.
- Deje toda la ropa y equipos contaminados en el trabajo.
- Nunca lleve consigo equipos contaminados ni use ropa contaminada fuera del área de trabajo.
- Siga las instrucciones de lavado:
 - Lave la ropa en el lugar con detergente estándar para lavar la ropa y séquela en secadora con un ciclo completo a la temperatura más alta apta para el material.
 - Use guantes y ropa de protección para manipular la ropa sucia.
 - Use un lugar separado para guardar y transportar la ropa limpia y la ropa sucia.
 - Si no hay lavadero en el lugar, la ropa que debe lavar en casa se debe transportar en una bolsa de plástico, se la debe mantener separada de los artículos del hogar, se debe lavar por separado y luego secar en la secadora completamente a la temperatura más alta apta para el material.
- [Esté atento](#) a los síntomas de la enfermedad todos los días mientras trabaja con animales enfermos o potencialmente infectados, o animales con infección confirmada por virus nuevos de influenza A por 10 días después del último día de exposición a animales infectados o posiblemente infectados o materiales contaminados. Si se enferma durante esos 10 días, debe aislarse, informar a su supervisor y solicitar instrucciones para acceder a una evaluación y tratamiento médico.

Información para empleadores

Todo el EPP debería utilizarse conforme las regulaciones de la OSHA, disponibles en [29 CFR parte 1910, Subparte I \(Equipo de protección personal\)](#) . Esto incluye identificar el EPP apropiado con base en una [evaluación de riesgo del sitio correspondiente](#) . Se debe capacitar a los trabajadores sobre el uso de EPP y deben poder describir cuándo usar el EPP, qué EPP es necesario, la apariencia de EPP debidamente ajustado; cómo colocárselo y quitárselo correctamente, cómo desecharlo, cómo mantenerlo y cuáles son las limitaciones del EPP.

El uso de respiradores debe darse en el marco de un programa completo de protección respiratoria, de conformidad con la norma de protección respiratoria establecida por la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) ([29 CFR 1910.13](#) ) y otros requisitos aplicables. El personal que tenga que usar respiradores debe tener la autorización médica,

estar capacitado y tener la aprobación para usar estos dispositivos, después de la debida prueba de ajuste. Puede obtener información detallada sobre los programas de protección respiratoria, incluidos los procedimientos de prueba, en [Herramienta electrónica sobre protección respiratoria de la OSHA](#) .

Los temas de capacitación sobre EPP deberían incluir lo siguiente:

- Prueba de ajuste, vestimenta y uso de la mascarilla de respiración
- Extracción segura de las mascarillas de respiración
- Cómo desechar de manera segura los respiradores desechables
- Limpieza y desinfección de los respiradores reutilizables y cronograma recomendado de cambio de cartuchos de respiradores reutilizables
- Contraindicaciones médicas para el uso de la mascarilla de respiración
- Uso de respiradores con el sello NIOSH Approved®

Para obtener información sobre los respiradores con el sello NIOSH Approved®, visite [National Personal Protective Technology Laboratory](#).

Consideraciones importantes

Es importante utilizar el EPP apropiado para protegerse contra riesgos peligrosos, incluidas enfermedades, en el lugar de trabajo. Sin embargo, existen ciertos factores relacionados con el uso del EPP sobre los que deben estar al tanto los empleadores y trabajadores.

- Respiradores: para las personas sin capacitación que trabajan con aves de corral y ganado, incluidos niños, es importante recordar que los respiradores están diseñados principalmente para que los usen adultos en lugares de trabajo como parte del programa de protección respiratoria de sus empleadores. Los riesgos y beneficios de usar respiradores sin la debida capacitación y prueba de ajuste no son claros. Para que un respirador resulte lo más efectivo posible, debe formar un sello impermeable en la cara para impedir el ingreso de partículas por los bordes. Cuando no son a medida, se puede lograr el sello impermeable siguiendo las instrucciones del fabricante. Además, la mayoría de los respiradores son demasiado grandes para lograr un sello impermeable correcto en la cara de los niños más pequeños, y algunos son demasiado grandes para personas con el rostro más pequeño.
- Golpe de calor: los empleadores y trabajadores deben saber que usar EPP y ciertos conjuntos de indumentaria puede aumentar el riesgo de enfermedades relacionadas con el calor. Si desea conocer más sobre este tema, visite [Limitar la carga de calor al utilizar equipo de protección personal \(EPP\)](#)
- Vista: intente evitar que las gafas de seguridad y mascarillas faciales se empañen. Los empleadores y trabajadores deben saber que, bajo determinadas condiciones, algunos elementos del EPP pueden alterar o reducir su agudeza visual y visión periférica. Bajo estas condiciones, los trabajadores deben prestar más atención a su entorno para detectar riesgos como el movimiento de animales; problemas con la ropa, cortes o pinchazos; y resbalones, tropezones y caídas.

Más información

[Situación actual de la influenza aviar](#)

[Proteger a los trabajadores avícolas de la influenza aviar](#)

[Influenza aviar: Control y prevención | Administración de Seguridad y Salud Ocupacional \(osha.gov\)](#) 

N95® y NIOSH Approved® son marcas de certificación del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) de los EE. UU., registradas en los Estados Unidos y otras jurisdicciones internacionales.
[i] Preferentemente, los overoles resistentes a los líquidos deberían ser de una tela que cumpla con:

- AATCC 42 $\leq$ 1 g y AATCC 127 $\geq$ 50 cm H₂O o EN 20811 $\geq$ 50 cm H₂O; o
- ASTM F1670 (13.8 kPa); o
- ISO 16603 $\geq$ 3.5 kPa

[ii] Preferentemente, las gafas de seguridad deben estar normalizadas según ANSI Z87.1, con un sello de al menos Z87 D3

[iii] Preferentemente, los guantes deben estar normalizados según ASTM D3578 (guantes de examen de látex de goma), ASTM D5250 (guantes de examen de vinilo), ASTM D6319 (guantes de examen de nitrilo de goma) o ASTM D6977 (guantes de examen de cloropreno). Si es necesario el uso de guantes más gruesos, los guantes de goma deben ser impermeables y no tener recubrimiento. Ante alergia al látex, evitar los guantes de látex. Estos guantes podrían utilizarse debajo del guante externo principal (p. ej.: guantes para protegerse del frío, para palear manualmente) para protegerse contra la exposición directa de la piel si el guante externo se daña.

Última revisión: 24 de mayo del 2024