

## Prevención frente a la gripe A

**El virus A(H1N1)** es un virus de la gripe. Dado que es un virus nuevo no se ha determinado todavía con exactitud su periodo de transmisibilidad. No obstante se estima que puede oscilar entre las 24 horas anteriores a la aparición de la sintomatología, durante todo el periodo de persistencia de los síntomas y hasta 7 días desde el inicio de los mismos

**Los síntomas** son similares a los de la gripe estacional común, entre los que se incluyen fiebre de inicio agudo, síntomas respiratorios, como tos, estornudos y rinorrea, y malestar general. Algunas veces, puede acompañarse de falta de apetito y/o diarrea. La mayoría de los casos ocurridos hasta ahora son de carácter leve.

**La transmisión** es entre seres humanos de forma similar a la de la gripe estacional: por el aire y principalmente cuando una persona con gripe tose o estornuda. Algunas veces, las personas pueden contagiarse al tocar algo que tiene el virus de la gripe y luego llevarse las manos a la boca o la nariz.

En este sentido, cabe señalar especialmente las acciones encaminadas a la formación e información— Los conocimientos actuales sobre la enfermedad y su forma de propagación pueden consultarse en <http://www.msps.es/>

**Grupos de riesgo** especialmente sensibles con los que extremar la prevención son:

- Trabajadores especialmente sensibles a la gripe.
- Trabajadoras gestantes o en periodo de lactancia.
- Trabajadores inmunodeprimidos.

**Medidas de higiene personal** a adoptar:

- Tosa o estornude en un pañuelo y luego deséchelo. Cúbrase al toser o estornudar si no tiene a mano un pañuelo desechable. Luego, lávese las manos.
- La higiene de manos es la medida preventiva más importante. El modo de realizarlo es el siguiente: mojar las manos con agua, aplicar el jabón y frotar las manos durante al menos 15 segundos limpiando entre los dedos y bajo las uñas, posteriormente aclarar con agua, por último secar las manos con una toalla desechable y cerrar el grifo con la propia toalla. También puede usar toallitas húmedas con alcohol o gel desinfectante para las manos. frotando las manos hasta que éste se seque.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca, después de haber tocado alguna superficie que pueda estar contaminada pues los gérmenes pueden sobrevivir sobre tiradores de puertas, mesas... durante 2 o más horas.
- No se recomienda el uso de mascarillas a la población pues no existe evidencia científica sobre su efectividad, además de crear alarma social.



Por nuestra parte, CCOO vigilará que BBVA cumpla con los protocolos de prevención y actuación correspondientes.

Quisiéramos finalmente transmitir un mensaje de prudente tranquilidad, ¿os acordáis no hace mucho de la que se llamó en su día Gripe aviar?, y que afortunadamente no acabó teniendo el preocupante número de víctimas que se preveía. Como documento ilustrativo y crítico frente al alarmismo creado, podéis ver en el siguiente enlace [http://www.youtube.com/watch?v=gKwk8Kq8QXA&url=http%3A%2F%2Fwww%2Erafapal%2Ecom%2F&feature=player\\_embedded](http://www.youtube.com/watch?v=gKwk8Kq8QXA&url=http%3A%2F%2Fwww%2Erafapal%2Ecom%2F&feature=player_embedded) un interesante video, y os animamos a considerar algunas cuestiones relativas a la pandemia de la gripe porcina.

Seguimos trabajando, seguiremos informando

Septiembre 2009

### Ficha de afiliación

fecha .....

Nombre y apellidos .....

DNI ..... Teléfono ..... Fecha nacimiento .....

Dirección.....

Población ..... Código postal .....

Empresa/centro de trabajo .....

Domiciliación bancaria:

--	--	--	--

Banco/Caja

--	--	--	--

Oficina

--	--

D C

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Cuenta corriente/libreta

Correo electrónico ..... Firma:

#### PROTECCIÓN DE DATOS:

De conformidad con la ley Orgánica de Protección de datos de carácter personal, te informamos que tus datos serán incorporados a un fichero titularidad de CCOO integrado por los ficheros pertenecientes a la confederación o unión regional correspondiente según el lugar en que radique tu centro de trabajo, a la federación del sector al que pertenezca la empresa en la que trabajes, así como -en todo caso- a la C.S. CCOO. En siguiente URL puedes consultar los diferentes entes que componen CCOO: <http://www.ccoo.es> hacer clic sobre Conoce CCOO. La finalidad del tratamiento de tus datos, por parte de todas ellas, la constituye el mantenimiento de tu relación como afiliado/afiliada. Puedes ejercitar tus derechos de acceso, rectificación, cancelación y, en su caso, oposición, enviando una solicitud por escrito acompañada de la fotocopia de tu D.N.I. dirigida a C.S. CCOO Responsable de Protección de datos, C/ Fernández de la Hoz nº 12 - 28010 Madrid. Deberás indicar siempre la referencia "PROTECCIÓN DE DATOS". Si tienes alguna duda al respecto puedes remitir un correo electrónico a [lodp@ccoo.es](mailto:lodp@ccoo.es) o llamar al teléfono 917028077.

(Entrégala a tus representantes de COMFIA CCOO BBVA o envíala directamente al FAX 91 401 43 15)