

ASIAN 2006  
DECENT WORK  
DECADE 2015



International  
Labour  
Organization



# Cómo proteger a sus empleados y a sus negocios contra la Pandemia de Gripe Humana

Manual de acción para pequeñas y medianas empresas



Tsuyoshi Kawakami

Proyecto contra Gripe Aviar y Gripe Humana en el Lugar de Trabajo

Oficina Subregional de Asia Este

# Cómo proteger a sus empleados y a sus negocios contra la Pandemia de Gripe Humana

Manual de acción para pequeñas y medianas empresas

Tsuyoshi Kawakami

Derechos de autor © Organización Internacional del Trabajo 2009  
Primera edición 2009

Publicaciones de la Organización Internacional del Trabajo poseen los derechos de autor bajo el protocolo 2 de la Convención Universal sobre Derechos de Autor. Sin embargo, los extractos breves podrán ser reproducidos sin autorización bajo la condición de que se indique la fuente. Para la reproducción o traducción se solicitará un permiso a Publicaciones OIT (Derechos y Permisos), Oficina Internacional del Trabajo, CH-1211, Ginebra 22, Suiza, o a través de correo electrónico a la siguiente dirección: [pubdroit@ilo.org](mailto:pubdroit@ilo.org). La Organización Internacional del Trabajo acogerá con agrado tales solicitudes.

Las bibliotecas, instituciones y otros usuarios registrados en los siguientes países podrán hacer fotocopias de acuerdo con los propios permisos de cada país para este propósito en las siguientes oficinas: para Reino Unido en The Copyright Licensing Agency, 90 Tottenham Court Road, Londres W1T 4LP [Fax: (+44) (0) 20 7631 5500; email: [cla@co.uk](mailto:cla@co.uk)], para Estados Unidos en the Copyright Clearance Center, 222 Rosewood Drives, Danvers, MA 01923 [Fax: (+1) (978) 750 4470; email: [info@copyright.com](mailto:info@copyright.com)], y otros países en sus Organizaciones de Derechos de Reproducción.

---

Kawakami, Tsuyoshi

Cómo proteger a sus empleados y a sus negocios de la Pandemia de Gripe Humana: manual de acción para pequeñas y medianas empresas/ Tsuyoshi Kawakami; Proyecto de Gripe Aviar y Gripe Humana en el Lugar de Trabajo (Tailandia) OIT Oficina Subregional de Asia del Este; Departamento de Protección Laboral y Asistencia Social, Ministerio de Trabajo, Bangkok: OIT 2009

24 p.

ISBN: 9789223219499, 9789223219505 (pdf)

La Oficina Subregional de Asia del Este de la OIT, Proyecto de Gripe Aviar y Gripe Humana en el Lugar de Trabajo (Tailandia); Tailandia, Ministerio de Trabajo; Departamento de Protección Laboral y Prestaciones Sociales.

manual para instructores/ salud laboral/ seguridad laboral, enfermedades laborales / enfermedades infecciosas/ lista de comprobación

13.04.2

---

Las denominaciones empleadas en publicaciones OIT, las cuales están de acuerdo con la práctica habitual de las Naciones Unidas, y la presentación del material no implican la expresión de juicio alguno sobre la condición jurídica de países, zonas o territorios, o de sus autoridades, o con respecto al trazado de sus fronteras.

El autor es responsable de las opiniones expresadas en los artículos, investigaciones y otras contribuciones publicadas, y en ningún caso la OIT podrá ser considerada responsable de las mismas. La publicación de éstas no implica su aprobación por parte de la OIT.

La mención de determinadas sociedades mercantiles, de ciertos productos y procesos comerciales no implica que la OIT los apruebe con preferencia a otros análogos. Así como el hecho de no mencionar otros no implica la desaprobación por parte de la OIT.

Se pueden obtener Publicaciones OIT a través de las principales librerías u Oficinas locales de la OIT en muchos países, o directamente de Publicaciones OIT, Oficina Internacional del Trabajo, CH-1221 Ginebra 22, Suiza o Oficina Regional de OIT de Asia y Pacífico, 11º, Edificio de ONU, avenida de Rajdamnern Nok, Bangkok 10220, Tailandia, o a través de la siguiente dirección: [Bangkok@ilo.org](mailto:Bangkok@ilo.org). Los catálogos o lista de publicaciones nuevos están disponibles de forma gratuita en las direcciones mencionadas o por correo electrónico: [pubvente@ilo.org](mailto:pubvente@ilo.org).

Visite nuestra página web: [www.ilo.org/publins](http://www.ilo.org/publins) o [www.ilo.org/asia](http://www.ilo.org/asia)

---

Publicado en Tailandia

# Indice

	<b>Página</b>
<b>Prólogo</b>	<b>5</b>
<b>Lista de control</b>	<b>7</b>
<b>Punto de control 1: Recopilar información actualizada</b>	<b>14</b>
<b>Punto de control 2: Desarrollar un plan de preparación de la empresa</b>	<b>16</b>
<b>Punto de control 3: Reducir el contacto humano en el lugar de trabajo</b>	<b>18</b>
<b>Punto de control 4: Promover hábitos de higiene personal</b>	<b>20</b>
<b>Punto de control 5: Ayudar a los empleados enfermos y a sus familias</b>	<b>22</b>
<b>Anexo 1: Fuentes de información</b>	<b>24</b>

# Prólogo

El brote de influenza aviar en el pasado reciente y el contagio actual de influenza A (H1N1) proveniente del cerdo ha provocado preocupación y nerviosismo a nivel mundial. Hace tres años la Organización Internacional del Trabajo (OIT), dándose cuenta de la importancia de impedir tal emergencia y de prepararse para el riesgo de pandemia, inició el proyecto “La Gripe Aviar en el Lugar de Trabajo”. Se recaudaron fondos del Fondo Central para la Acción contra la Gripe (CFIA por sus siglas en inglés) para tres proyectos consecutivos, con el apoyo de OIT/CRISIS, que asumió la responsabilidad del desarrollo del programa. El primer proyecto de la OIT para prevenir la gripe y para prepararse contra la pandemia fue implementado en Tailandia en 2007, seguido de un programa paralelo en Indonesia. En 2009 se ha iniciado un nuevo proyecto para expandir el trabajo de la OIT en Vietnam, Camboya, Laos y Malasia.

Uno de los resultados claves del proyecto de la OIT fue desarrollar manuales prácticos de formación para ayudar a las pequeñas y medianas empresas a promover acciones de protección contra la Pandemia de Gripe Humana en el lugar de trabajo. Este manual es fácil de usar y proporciona una lista de control en varias medidas de prevención y preparación, y también ofrece explicaciones y descripciones detalladas. Entre otras actividades cumplidas por los proyectos, se organizaron seminarios de capacitación a fin de facilitar el entendimiento y fomentar las mejoras en las pequeñas y medianas empresas de aves, cerdos y otros animales con el objetivo principal de proteger a empleados y negocios. El método único de formación participativa de la OIT, Mejora de Trabajo en Pequeñas Empresas (WISE), y Mejora de Trabajo de Desarrollo de Vecindad (WIND) contribuyeron de forma significativa a este objetivo.

A la luz de la escala del contagio actual de la influenza A (H1N1), y en respuesta a las exigencias por parte de integrantes de la OIT dirigidas al Comité Especial de la OIT para la Preparación contra la Gripe y la Pandemia, el manual de la OIT “Proteger a sus empleados y a sus negocios contra la Pandemia de Gripe Humana” ha sido traducido al francés y al español.

El equipo del proyecto de la OIT con base en Bangkok ha preparado el texto y la lista de control de este manual y ha supervisado el desarrollo de las ilustraciones. El equipo del proyecto de la OIT, coordinado por el Dr. Tsuyoshi Kawakami, Especialista Senior en Seguridad y Salud Laboral de la Oficina Subregional de la OIT en el este asiático, le está agradecido también al Sr. Donato Kiniger-Passigli Especialista Senior en Cooperación Estratégica y Coordinación de Respuesta a Situaciones de Crisis, quien coordina desde el principio el trabajo del Comité Especial de la OIT para la Preparación contra la Gripe y la Pandemia. Por último, queremos dar las gracias a nuestros compañeros destinados tanto en la Oficina Central de la OIT como en la Oficina Subregional para el Este Asiático por su precioso apoyo y consejo.

A través de sus tres proyectos sobre preparación para la prevención y la pandemia de gripe, la OIT ha trabajado con gobiernos y organizaciones de empleados y empresarios en Tailandia y otros países asiáticos a fin de reforzar los esfuerzos a nivel de lugar de trabajo. La OIT quiere trasladar un reconocimiento especial a todos los colaboradores sociales que han contribuido al desarrollo de los manuales y listas de control de acciones y desea que este material de formación ayude a muchas pequeñas y medianas empresas a estar mejor preparadas de cara a un posible brote pandémico.

Bill Salter  
Director  
OIT Oficina Subregional de Este Asiático  
Bangkok, Tailandia  
Enero 2009

## Cómo proteger a sus empleados y a sus negocios contra la Pandemia de Gripe Humana

# LISTA DE CONTROL DE ACCIONES

## para pequeñas y medianas empresas

### Cómo utilizar la lista de comprobación?

1. Lea cada punto con cuidado. Busque la manera de aplicar la medida. Si es necesario, pregunte al director y empleados de la empresa.
2. Si la medida ya ha sido aplicada o no es necesaria, marque NO en “¿Quiere proponer alguna acción?” Si cree que la medida es necesaria marque SÍ. Use el espacio OBSERVACIONES para escribir una descripción de su recomendación o su localización.
3. Después de comprobar todos los puntos, lea otra vez los puntos en los que ha marcado SÍ. Elija los puntos que le parezcan más importantes. Marque PRIORIDAD a esos puntos.
4. Antes de terminar el control, asegúrese de que usted ha marcado SÍ o No a cada punto, y que ha marcado PRIORIDAD para algunos puntos en los que respondió SÍ.



## I. Recopilar información

1. **Recopilar información actualizada de la situación de la Pandemia de Gripe Humana procedente de oficinas del ámbito de la salud, oficinas del ámbito del trabajo y organizaciones empresariales.**



Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ       PRIORIDAD

Observaciones

.....

2. **Compartir la información con sus clientes, proveedores, bancos, empresas vecinas, y contrapartes de negocio.**

Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ       PRIORIDAD

Observaciones

.....



3. **Compartir la información con empleados y hablar sobre la mejora con el comité de salud y seguridad en el trabajo.**

Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ       PRIORIDAD

Observaciones

.....



## II. Desarrollar un plan de preparación de la empresa

4. **Mostrar al equipo directivo el compromiso de proteger a los empleados y al negocio de la Pandemia de Gripe Humana .**

Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ       PRIORIDAD

Observaciones

.....



**5. Organizar un comité para preparar el plan.**

Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



**6. Diseñar un plan de preparación para completar los aspectos claves de continuidad de su negocio, como materias primas, reserva del dinero en efectivo, medios de transporte, y entrega de productos a sus clientes.**

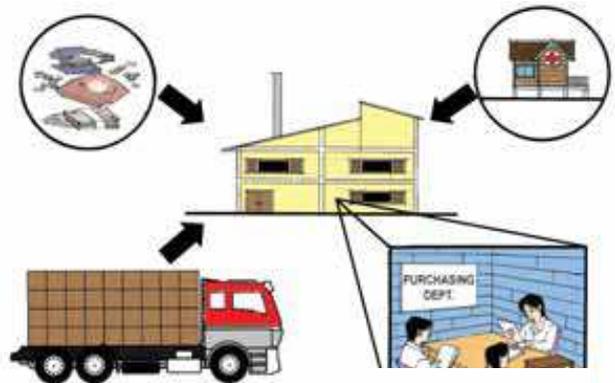
Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



**7. Preparar medidas prácticas de apoyo para proteger a sus empleados, incluyendo el cuidado médico, hábitos de higiene, y procedimiento de trabajo para minimizar el contacto humano.**

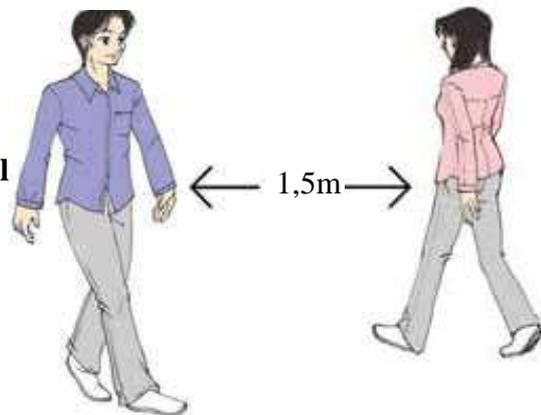
Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



**8. Recopilar y guiarse de planes de preparación de otras empresas .**

Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



### III. Minimizar el contacto humano en el lugar de trabajo

9. Guardar la distancia de 1.50 metros entre puestos de trabajo.

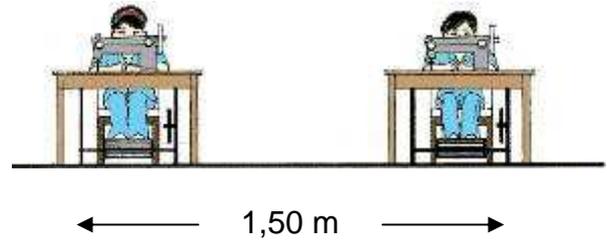
Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



10. Promover el sentido único en escaleras y caminos.

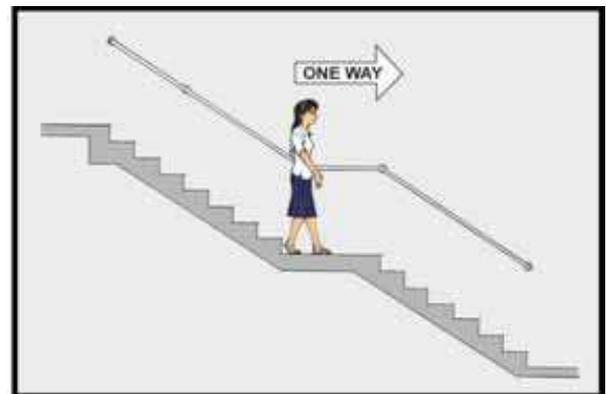
Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



11. Permitir que los empleados trabajen desde su casa si es posible.

Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



12. Organizar reuniones telefónicas o a través de Internet en vez de en persona.

Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



13. Limpiar y desinfectar los pomos de las puertas, grifos del agua, interruptores, fotocopiadoras y otros objetos que la gente toca constantemente.



Quiere proponer alguna acción?

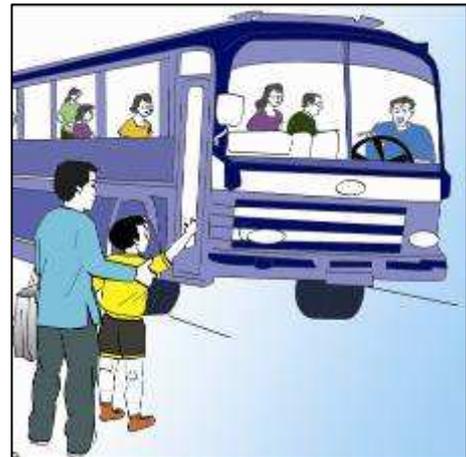
NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....

14. Proporcionar medios de transporte seguros a los empleados de la empresa.



Quiere proponer alguna acción?

NO

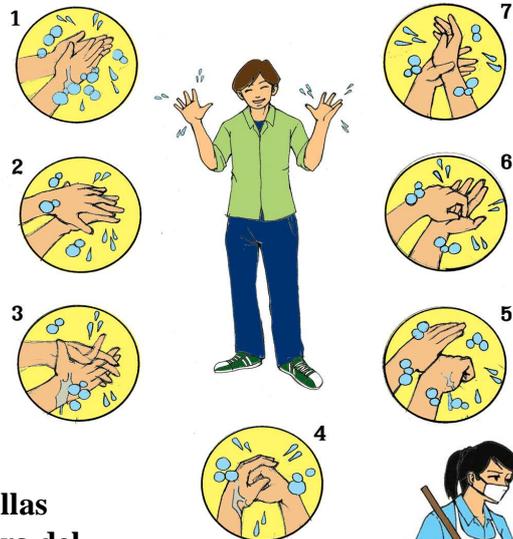
SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....

**IV. Hábitos de higiene personal.**

15. Establecer como práctica de la empresa el que todo el mundo se lave las manos con cuidado.



Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....

16. Permitir que los empleados lleven macarillas tanto en el lugar de trabajo, así como fuera del mismo.



Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....

**17. Cubrir la boca y la nariz con un pañuelo al toser o estornudar.**

Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



**18. Cuando no tenga ningún pañuelo, debe toser o estornudar cubriéndose la boca y la nariz con el anverso del codo. De esta manera se propagan menos los gérmenes.**

Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



**19. Enseñar a los empleados sobre cómo lavarse las manos y cómo llevar la mascarilla de forma adecuada.**

Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



**20. Asegurar que hay suficientes lavabos en el lugar de trabajo.**

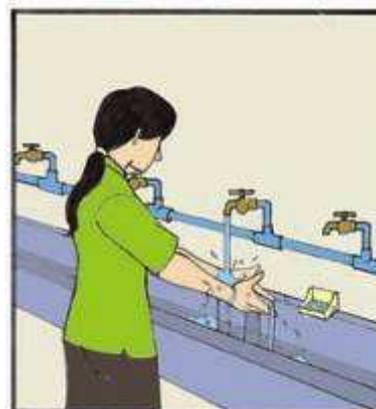
Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



**V. Ayudar a los empleados enfermos**

**21. Establecer contacto telefónico o a través de Internet con frecuencia con empleados enfermos que se quedan en casa o con sus familias para ayudarles.**

Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



**22. Hablar con sus empleados sobre posibles medidas para apoyar a los empleados enfermos que tienen que quedarse en casa.**

Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



**23. Aconsejar a los empleados que tengan suficiente dinero en efectivo, así como comida, agua, jabón y otras cosas necesarias para enfrentarse a la Pandemia de Influenza Humana.**

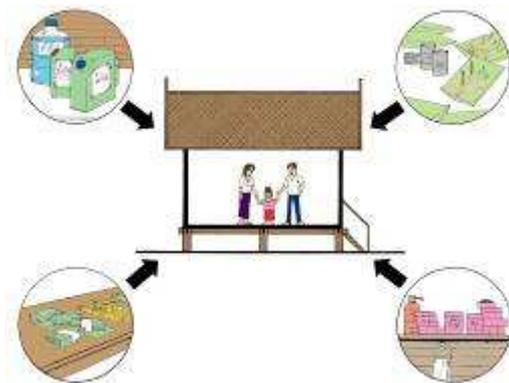
Quiere proponer alguna acción?

NO

SÍ  PRIORIDAD

Observaciones

.....



## **PUNTO DE CONTROL 1**

*Recopilar información actualizada sobre la Pandemia de Gripe Humana a fin de proteger a sus empleados y a sus negocios*

### **BENEFICIOS PARA LAS PEQUEÑAS EMPRESAS**

Las pequeñas empresas necesitan proteger a sus empleados y a sus negocios de la Gripe Humana Pandémica que puede aparecer en el futuro. Muchas de ellas planean proseguir sus negocios bajo una situación de pandemia. La recopilación de información actualizada sobre la Pandemia de Gripe Humana constituye el primer paso para planear y realizar acciones prácticas a fin de proteger a sus empleados y a sus negocios bajo una futura situación pandémica.

Las pequeñas empresas pueden realizar varias acciones dentro de su lugar de trabajo para reducir el riesgo de contagio de la pandemia de gripe humana. Mediante varios modos podemos disminuir el contacto directo de persona a persona durante el proceso de trabajo. Los propietarios y empleados pueden conjuntamente promover hábitos higiénicos personales como: el lavado de manos o protocolo para toser y estornudar, a modo de ejemplo. Su preparación contra la influenza humana pandémica podrá proporcionar un buen modelo para otras pequeñas empresas en términos de medidas de protección, pautas e instrucciones para la plantilla.

### **CÓMO MEJORAR?**

1. Reunir información actualizada sobre la situación de la Pandemia de Gripe Humana procedente de las agencias de salud o de empleo, organizaciones patronales y/o asociaciones empresariales cercanas a su empresa.
2. Prestar atención a las noticias de la televisión y de la radio que proporcionan información más reciente.
3. Consultar constantemente en internet las páginas relacionadas con asuntos sanitarios y empresariales a fin de buscar información actualizada acerca de la influenza humana pandémica. Ver en el anexo 1 la lista de los sitios de internet útiles.

## **MÉTODOS PARA PROMOVER LA COOPERACIÓN**

Compartir continuamente la información actualizada que ha conseguido con sus empleados. Pedirles a los empleados que le informen sobre cualquier noticia que tengan sobre la pandemia de gripe humana. Un compromiso serio por parte de los ejecutivos superiores conduce a una base importante de una cooperación eficaz entre los empresarios y sus empleados. Proporcionarles a los empleados la oportunidad para que expresen sus ideas y opiniones acerca de cómo se debe colaborar para proteger su salud y los lugares de trabajo de la pandemia de influenza humana que puede aparecer en el futuro.

### **ALGUNAS OTRAS SUGERENCIAS**

1. Intercambiar información con sus clientes, proveedores, bancos, empresas vecinas y otros socios comerciales. Buscar a través de ellos fuentes de información útil para proteger a sus negocios y empleados. Consultar con ellos sobre los planes cooperativos de cómo mantener los negocios en actividad y proteger a los empleados ante una situación pandémica en el futuro.
2. Muchas grandes empresas y multinacionales suelen disponer de planes de preparación contra la pandemia de gripe humana. Pedirles consejo si tiene la oportunidad de trabajar juntos.
3. Incluir la pandemia de gripe humana entre los temas importantes de la agenda de las actividades del comité de salud y seguridad laboral de su empresa. Proporcionar constantemente información actualizada a los socios. Designar a un encargado de seguridad en su empresa para que dirija estas actividades.

#### **Puntos para recordar**

Las pequeñas empresas pueden realizar diversas actividades para disminuir el riesgo de contagio de la pandemia de gripe humana entre sus empleados.

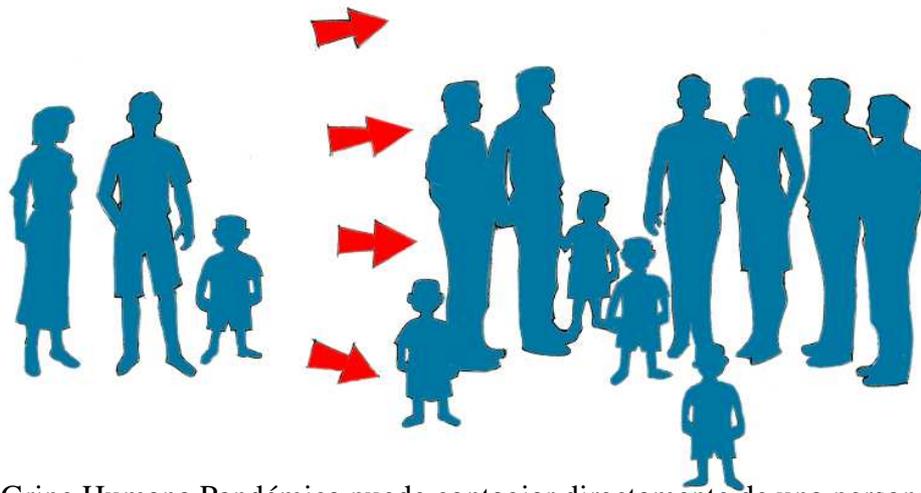


Figura 1.1 La Gripe Humana Pandémica puede contagiarse directamente de una persona a otra.

<b>Fase 1</b>	No hay noticia de que el virus de gripe que se circula entre animales haya causado contagio en personas.
<b>Fase 2</b>	Se ha conocido que un virus de gripe animal que circula entre animales domésticos y salvajes ha causado contagio en personas y se considera, por lo tanto, como una amenaza potencial específica de la pandemia.
<b>Fase 3</b>	Un virus de genoma reordenado de gripe animal o humana ha causado casos esporádicos o pequeños brotes de la enfermedad en personas. Sin embargo, no ha dado lugar a una transmisión de persona a persona suficientemente grande como para afirmar que existan brotes a nivel comunitario.
<b>Fase 4</b>	Se ha verificado la transmisión de persona a persona (H2H) de un virus de genoma reordenado de gripe animal o humana-animal, capaz de sostener brotes a nivel comunitario.
<b>Fase 5</b>	El mismo virus identificado ha causado brotes sostenidos a nivel comunitario en dos o más países en una región determinada por la OMS.
<b>Fase 6</b>	Además de los criterios definidos en la Fase 5, el mismo virus ha causado brotes sostenidos a nivel comunitario al menos en otro país de otra región determinada por la OMS.
<b>Período posterior al punto crítico</b>	Han descendido los niveles de la gripe pandémica en la mayoría de países con adecuada vigilancia por debajo de los niveles críticos.
<b>Posible nueva ola</b>	Vuelven a ascender el nivel de la actividad de la gripe pandémica en la mayoría de países con adecuada vigilancia.
<b>Período pos-pandémico</b>	Los niveles de la actividad de la gripe han vuelto a los niveles vistos como gripe estacional en la mayoría de los países con adecuada vigilancia.

Vamos a ver en qué fase de la pandemia según la OMS nos encontramos ahora.



Figura 1.2 Fases de la pandemia de gripe (humana) según la Organización Mundial para la Salud (OMS)

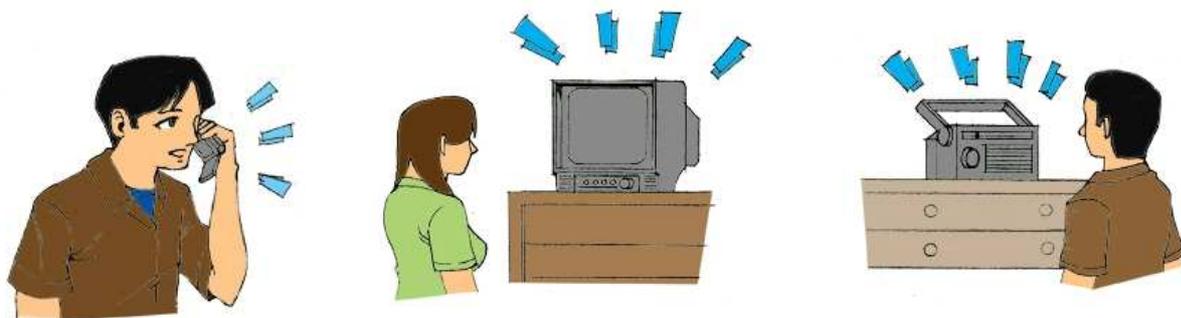


Figura 1.3 Siga reuniendo información actualizada sobre la pandemia de gripe humana. La situación continúa cambiando y puede afectar directamente sus negocios.

**PUNTO DE CONTROL 2**  
***Desarrollar un plan de preparación  
de la empresa contra la pandemia  
de gripe humana.***

**BENEFICIOS PARA LAS PEQUEÑAS EMPRESAS**

Existen muchos métodos prácticos mediante los cuales las pequeñas empresas pueden prepararse para hacer frente a la pandemia de gripe humana en el futuro. Si dispone usted de un plan eficaz de preparación, podrá proteger mejor a sus empleados y negocios. La continuidad de sus negocios bajo la situación pandémica puede contribuir a la sociedad entera. El cierre simultáneo de muchas pequeñas empresas causaría la parálisis económica y una alteración social.

El compromiso y el liderazgo del propietario y de los altos directivos de la empresa constituyen lo más importante para desarrollar un plan factible de la empresa y para recibir plena cooperación por parte de sus empleados. Mantenga informados a los empleados de la situación de la pandemia de gripe humana y del progreso del plan de la empresa. Asimismo, es indispensable disponer de un plan de continuidad de negocios a fin de asegurar la gestión de servicios y la sostenibilidad de producción independientemente de los factores externos.

**CÓMO MEJORAR**

1. Informar a todo el personal de que la administración de la empresa implantará un plan de preparación para hacer frente a la futura pandemia de gripe humana. Avisarle que la administración está encantada de recibir ideas y opiniones de todo el personal para elaborar dicho plan.
2. Designar a un comité que se encargue de elaborar un plan de preparación, así como definir quién debe hacer qué hasta cuándo.
3. Su plan debe englobar todas las cuestiones clave que mantengan sus negocios en actividad bajo una condición pandémica. Dicho plan debe incluir el suministro de materias primas, acciones al contado para casos de emergencia, flujo de caja de los bancos, medios de transporte y entrega de productos a sus clientes.

4. Su plan debe proporcionar métodos prácticos para proteger a sus empleados, a saber: cuidado médico, fomento de hábitos higiénicos personales, así como cambio del sistema de trabajo para minimizar el contacto directo de persona a persona.

**MÉTODOS PARA FOMENTAR LA COOPERACIÓN**

Involucrar a sus empleados en todos los pasos de la elaboración del plan de preparación de la empresa y dejar que todos tengan la oportunidad de proponer sus ideas. El paso final del plan debe derivarse de una verdadera cooperación. Tanto la administración como los empleados comparten el sentimiento de ser propietarios del plan de la empresa, lo cual constituye una base importante en el cumplimiento eficaz del plan cuando tenga lugar la pandemia.

**ALGUNAS OTRAS SUGERENCIAS**

1. El plan de preparación no necesita ser largo y perfecto. Primero se debe realizar un borrador conciso pero claro. Después se revisan los diferentes pasos añadiendo información actualizada y nuevas ideas a cada uno de los pasos.
2. El comité de salud y seguridad laboral se encarga de actualizar constantemente el plan. Los encargados de la seguridad laboral de la empresa juegan un papel importante en la reunión de información actualizada y en la mejora del plan de preparación de la empresa.
3. Obtener los planes de preparación de otras empresas y aprender de ellos. Usted puede ayudar a otras empresas mediante el intercambio de los conocimientos sobre planes de preparación de su empresa y las demás que necesitan asistencia.

**Puntos para recordar**

El hecho de que los altos directivos tomen este asunto como un compromiso de la empresa es lo más importante en la protección de los negocios y los empleados.



Figura 2.1 Reunir las opiniones e ideas de los empleados, supervisores y gerentes para desarrollar un plan práctico de preparación. Esto fomenta la cooperación de todos para una implementación eficaz de su plan de preparación.

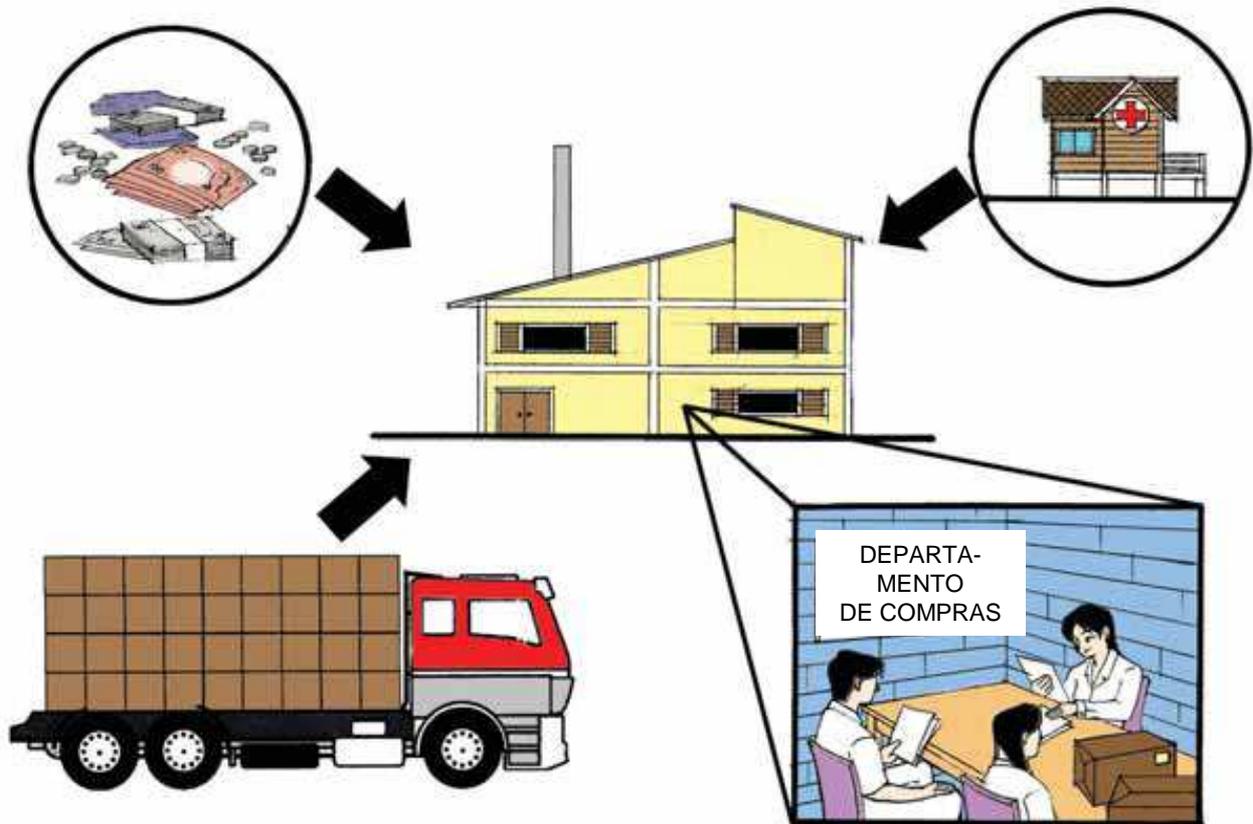


Figura 2.2 Su plan de preparación puede englobar todos los aspectos clave para mantener sus negocios en activo y proteger a sus empleados bajo condiciones pandémicas, a saber: cuidado médico, asignación del personal, cambio de la distribución espacial de los puestos de trabajo, acciones al contado, suministro de materias primas, etc.

### **PUNTO DE CONTROL 3**

#### ***Disminuir el contacto de persona a persona en el lugar de trabajo.***

#### **BENEFICIOS PARA LAS PEQUEÑAS EMPRESAS**

La gripe humana pandémica se transmite de persona a persona. Los riesgos de contagio pueden reducirse si se puede disminuir el contacto de persona a persona y mantener una distancia apropiada entre cada miembro del personal. Asimismo, bajará la preocupación de los empleados sobre el contagio de la enfermedad.

Existen diversas medidas prácticas y de bajo coste, que pueden evitar o minimizar el contacto de persona a persona. Dichas medidas se llaman “distanciamiento social”, que significa la disminución de contactos. Su empresa puede continuar realizando los trabajos necesarios por medio de la aplicación de estas medidas.

#### **CÓMO MEJORAR?**

1. Avisar a los empleados con tos, fiebre, estornudos, dolor de cabeza y otros síntomas de la influenza que no vengán a trabajar.
2. Entre puestos de trabajo se debe mantener una distancia apropiada de 1.50 m. o más si se quiere (Figura 3.1).
3. Promover el máximo uso de las escaleras y los pasillos de sentido único a fin de disminuir el contacto de persona a persona (Figura 3.2).
4. Colocar pantallas transparentes en la recepción y en otras áreas donde concurre mucha gente para comunicarse (Figura 3.3).
5. Cerrar los comedores y las cocinas que son lugares concurridos por mucha gente. La empresa debe, en su lugar, proporcionar comida empaquetada y bebida embotellada a todos los empleados. La comida y la bebida deben ser colocadas en una sala grande, y el personal entrará a recogerlas de uno en uno.
6. El personal que puede realizar su trabajo en casa debe quedarse allí y comunicarse con la empresa por teléfono o internet.
7. Organizar las reuniones por teléfono o internet en lugar de reuniones en persona.
8. Limpiar y desinfectar con frecuencia los pomos de las puertas, grifos, interruptores, fotocopiadoras y otras cosas que mucha gente toca constantemente.

#### **MÉTODOS PARA FOMENTAR LA COOPERACIÓN**

Invitar a los empleados a que propongan sus ideas sobre la disminución del contacto de persona a persona para reducir los riesgos de contagio en el lugar de trabajo y tomar nota de ellas. Los empleados tendrán ideas diversas y prácticas ya que están acostumbrados al lugar de trabajo y a los procedimientos laborales. La organización de esta consulta fomentará la cooperación entre los empleados y empresarios, la cual asegura el cumplimiento de las distintas medidas de su empresa bajo una situación pandémica.

#### **ALGUNAS OTRAS SUGERENCIAS**

1. Proporcionar las medidas de transporte más seguras para el personal de la empresa. Usar los vehículos de la empresa si están disponibles.
2. El personal de limpieza tiene mayores riesgos de contagio. Deben ensayar cómo protegerse. Se debe proporcionar a este personal gorros de protección, mascarillas, guantes de caucho, delantales y botas.
3. Cuando la pandemia es intensa y los riesgos de contagio son altos, alguna parte del personal ha de permanecer en la empresa durante largo período sin salir a fin de realizar algunos trabajos imprescindibles. La empresa tiene que proporcionarle alojamiento, comida y otros materiales necesarios.
4. La correspondencia y materiales enviados desde fuera pueden estar contaminados por el virus. Se deben mantener en contenedores de cuarentena durante al menos 48 horas antes de que el personal los abra.

#### **Puntos para recordar**

Existen diversas medidas prácticas y de bajo coste, que pueden minimizar el contacto de persona a persona en el lugar de trabajo, lo cual reduce los riesgos de contagio.

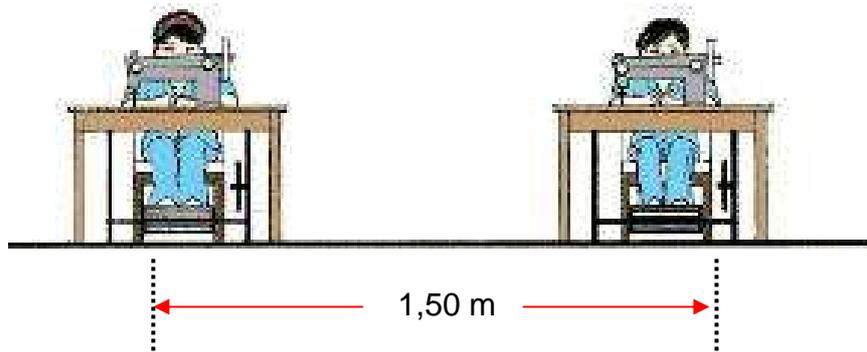


Figura 3.1 Entre puestos de trabajo se debe mantener una distancia aproximada de 1.50 m.

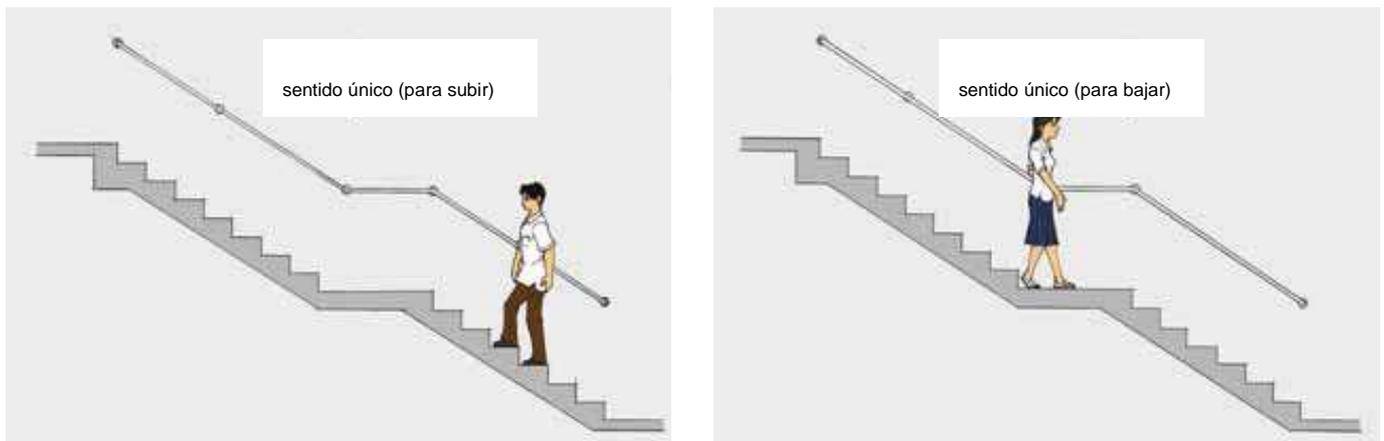


Figura 3.2 Las escaleras y pasillos de sentido único pueden disminuir el contacto directo de persona a persona.



Figura 3.3 La recepción recibe a mucha gente cada día. Usar las pantallas transparentes para evitar el contacto directo de persona a persona y disminuir los riesgos de contagio.



Figura 3.4 Limpiar y desinfectar el suelo, los grifos, los picaportes lo más frecuente posible. Pueden ser fuentes de la infección ya que mucha gente los usa todos los días. Entrenar a los encargados de limpieza para protegerse.

## PUNTO DE CONTROL 4

*Fomentar los hábitos higiénicos personales.*

### **BENEFICIOS PARA LAS PEQUEÑAS EMPRESAS**

El virus de la Gripe Humana Pandémica se transmite de persona a persona a través del virus que se propague cuando una persona infectada tose o estornuda. Puede que usted inhale las pequeñas partículas provenientes de la tos o el estornudo de una persona infectada. El virus también puede estar pegado a las manos, las cuales se convierten entonces en fuentes de propagación del virus al estrecharse las manos. Además, el virus puede encontrarse en la superficie de una mesa, una taza, un picaporte y así puede contagiarle. En este sentido, la creación de hábitos higiénicos personales forma parte importante en el intento de disminuir las oportunidades de contagio.

El éxito también depende del liderazgo de los directivos superiores y de la cooperación de los empleados. Los representantes de la dirección y de los empleados necesitan demostrarse como buenos ejemplos en cuanto a las constantes prácticas higiénicas personales a fin de convencer al resto del personal de la empresa.

### **CÓMO MEJORAR?**

1. Establecer como práctica de la empresa que todo el mundo tiene que lavarse las manos lo más frecuente posible (Figura 4.1). Hay que lavarse con jabón las palmas, todos los dedos, las muñecas y el dorso de ambas manos. Asimismo, hay que exponer mediante carteles cómo se lavan las manos correctamente.
2. Permitir que los empleados lleven mascarillas dentro y fuera del lugar de trabajo. Hay que llevarlas correctamente (Figura 4.2). Las mascarillas que usan los médicos en el quirófano son mejores. En su defecto, las mascarillas de tela pueden valer hasta cierto punto.
3. Escoger una mascarilla que se adapte bien a su cara. Si hay espacio entre la mascarilla y la cara puede permitir que el aire circule, lo que reduce la eficacia de la mascarilla.
4. Cubrir la boca y la nariz con un pañuelo al toser o estornudar. Se llama “protocolo de toser y estornudar”, lo que reduce la propagación del virus. Hay que lavarse las manos cada vez que se tose o estornuda.

5. Cuando no tenga ningún pañuelo, debe toser o estornudar cubriéndose la boca y la nariz con el anverso del codo (Figura 4.4), y no con una de las manos. Así, se propagará menos el virus.

### **MÉTODOS PARA FOMENTAR LA COOPERACIÓN**

Dialogar con sus empleados sobre cómo establecer hábitos higiénicos personales como una cultura de la empresa. Averiguar quién es el empleado que tiene buena práctica higiénica personal y aprender del mismo sobre cómo mantener esta conducta personal. Compartir esta información con los demás empleados. Promover paso a paso, estas medidas de higiene personal. Cada vez que se apuntan más empleados a dichas medidas, los riesgos de contagio dentro de su empresa serán menores.

### **ALGUNAS OTRAS SUGERENCIAS**

1. Los representantes de la dirección superior y de los empleados deben comportarse como ejemplos de una buena práctica de higiene personal para convencer a los demás. Hace falta la disponibilidad de los instrumentos necesarios para cumplir dicha práctica como pueden ser el jabón, los lavabos, las papeleras y los documentos informativos, a título de ejemplo.
2. Incrementar el número de lavabos con jabones en el lugar de trabajo con fácil acceso para todos los empleados, así como proporcionar suficientes mascarillas para todos los empleados.
3. Enseñar a los empleados a lavarse las manos adecuadamente y a usar las mascarillas correctamente. Disponer de carteles que expliquen a los empleados cómo lavarse las manos y cómo colocarse las mascarillas correctamente.
4. Tirar las mascarillas usadas en la papelería designada. No conservarlas en el lugar de trabajo.
5. El comité de salud y seguridad laboral debe reflexionar sobre los métodos de promover la práctica de higiene personal y observar constantemente el progreso de dicha práctica.

#### **Puntos para recordar**

Los hábitos higiénicos personales como el lavado de las manos disminuyen los riesgos de contagio de la pandemia de gripe humana en el lugar de trabajo y en casa.

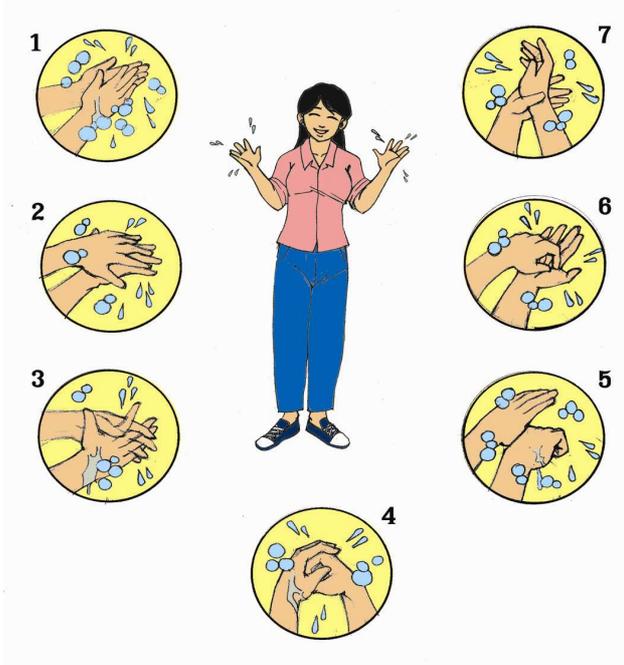


Figura 4.1 Establecer como práctica de la empresa que todo el mundo se lave las manos cuidadosamente, limpiando con el jabón las palmas, todos los dedos, las muñecas y el dorso de ambas manos.

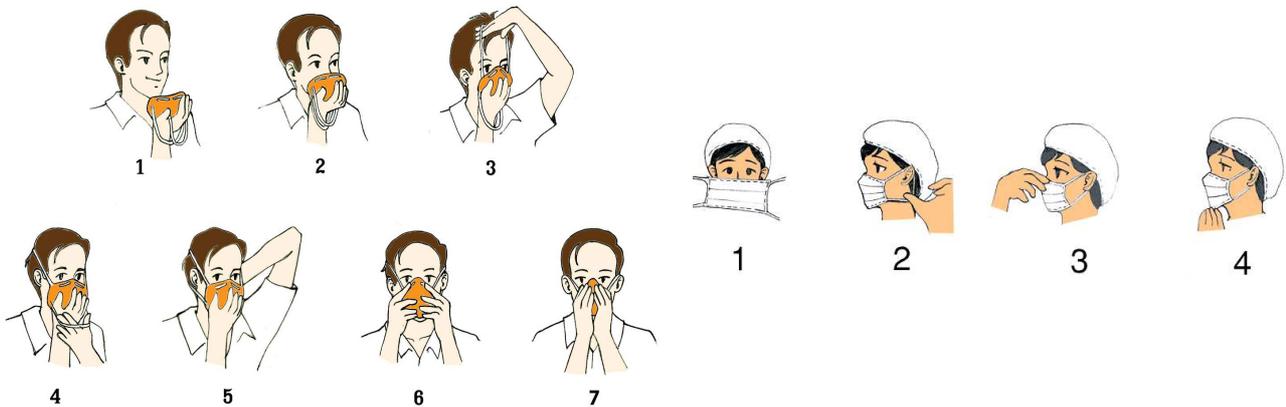


Figura 4.2 Usar las mascarillas bajo una situación pandémica cuando sea necesario. La mascarilla N95 (a la izquierda) es la más eficaz. Sin embargo, una mascarilla quirúrgica sencilla (a la derecha) también es útil hasta cierto punto. La mascarilla debe adaptarse bien a su cara y no debe haber espacio entre la mascarilla y la cara que permita que el aire pueda circular.

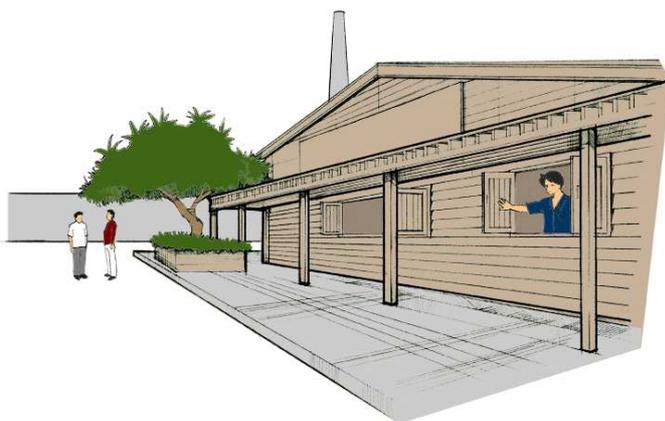


Figura 4.3 Abrir las ventanas para incrementar la ventilación. La circulación del aire fresco disminuye los riesgos de contagio.



Figura 4.4 Al carecer de pañuelo, no se debe toser o estornudar en la mano sino en el anverso del codo, De este modo, se propagan menos gérmenes.

## **PUNTO DE CONTROL 5**

### ***Apoyar a los empleados enfermos y a sus familias que están en casa.***

#### **BENEFICIOS PARA LAS PEQUEÑAS EMPRESAS**

Cabe que algunos de sus empleados estén infectados con la gripe humana pandémica. Los empleados y sus familias que están en casa necesitan el apoyo y el ánimo de la empresa. Se alegrarán ellos con sólo una breve llamada por teléfono para preguntar “¿Cómo está?”. Todos los empleados constituyen recursos valiosos para sus negocios en el presente y en el futuro. Cuando se recuperen, volverán a trabajar para su empresa.

Puede que los empleados enfermos y sus familias se enfrenten con dificultades si su lucha contra la enfermedad se prolonga. Su reserva de alimentos, agua potable y dinero efectivo pueden haberse agotado, así que apreciarían mucho tanto su apoyo material como su apoyo moral.

#### **CÓMO MEJORAR?**

1. Contactar constantemente a los empleados enfermos o sus familias por teléfono (Figura 5.1) o por internet (si hay disponibilidad). Concederles bajas oficiales por enfermedad. Prestarles atención a sus necesidades en cuanto al tratamiento sanitario o materiales necesarios. Proporcionarles información sobre el ingreso de los enfermos infectados a los hospitales o a las clínicas.
2. Usted debe recopilar informaciones actualizadas sobre el tratamiento de la enfermedad así como sobre la ayuda económica para dicho tratamiento, y proporcionárselas a los empleados enfermos y sus familias.
3. Proporcionar apoyo moral a los empleados enfermos y sus familias. Escucharles mientras se desahogan aunque sea durante mucho tiempo. Se sentirán aliviados cuando alguien como usted les escucha.

## **MÉTODOS PARA FOMENTAR LA COOPERACIÓN**

Dialogar con sus empleados sobre las medidas de ayuda para los empleados enfermos. Las llamadas telefónicas y la correspondencia firmada por todos animarán a los empleados enfermos y sus familias mientras se encuentran bajo una pandemia grave. Antes de la pandemia, la empresa puede establecer un fondo de emergencia a fin de asistir al personal que tiene necesidad al estar enfermo.

#### **ALGUNAS OTRAS SUGERENCIAS**

1. Antes del brote de la pandemia, advertir a sus empleados que se preparen ante la pandemia. Los empleados y sus familias deben disponer de suficiente reserva de dinero efectivo, alimentos, agua, jabón y otras materiales necesarios. (Figura 5.2).
2. Antes del brote de la pandemia, todo el mundo debe vacunarse contra la gripe a pesar de que dicha vacuna no puede evitar la gripe humana pandémica. No obstante, se evitará la posibilidad de que a las personas vacunadas se les diagnostique por confusión que tienen la gripe humana pandémica ya que no están infectadas de la gripe.
3. Puede que algunos empleados quieran regresar a sus ciudades natales. Así que se les debe proporcionar consejos adecuados ya que la situación de pandemia podría resultar aún más grave en otras provincias.
4. En caso de que haya empleados que son inmigrantes extranjeros en su empresa, se les debe proporcionar suficiente información y asistencia así como se debe prestar atención a sus necesidades especiales a fin de encontrar soluciones adecuadas.

#### **Puntos para recordar**

Mantener contacto con los empleados enfermos o sus familias y proporcionar posibles apoyos materiales y morales.

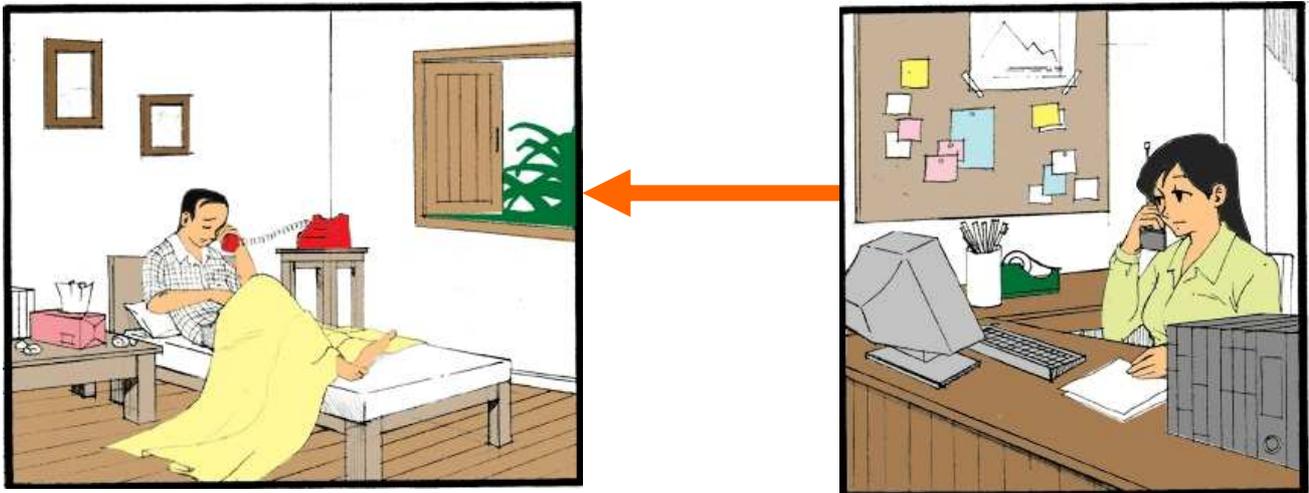


Figura 5.1 Mantener contacto con los empleados enfermos o sus familias y proporcionar asistencia necesaria por parte de la empresa. Su contacto constante también les proporcionará apoyo moral.

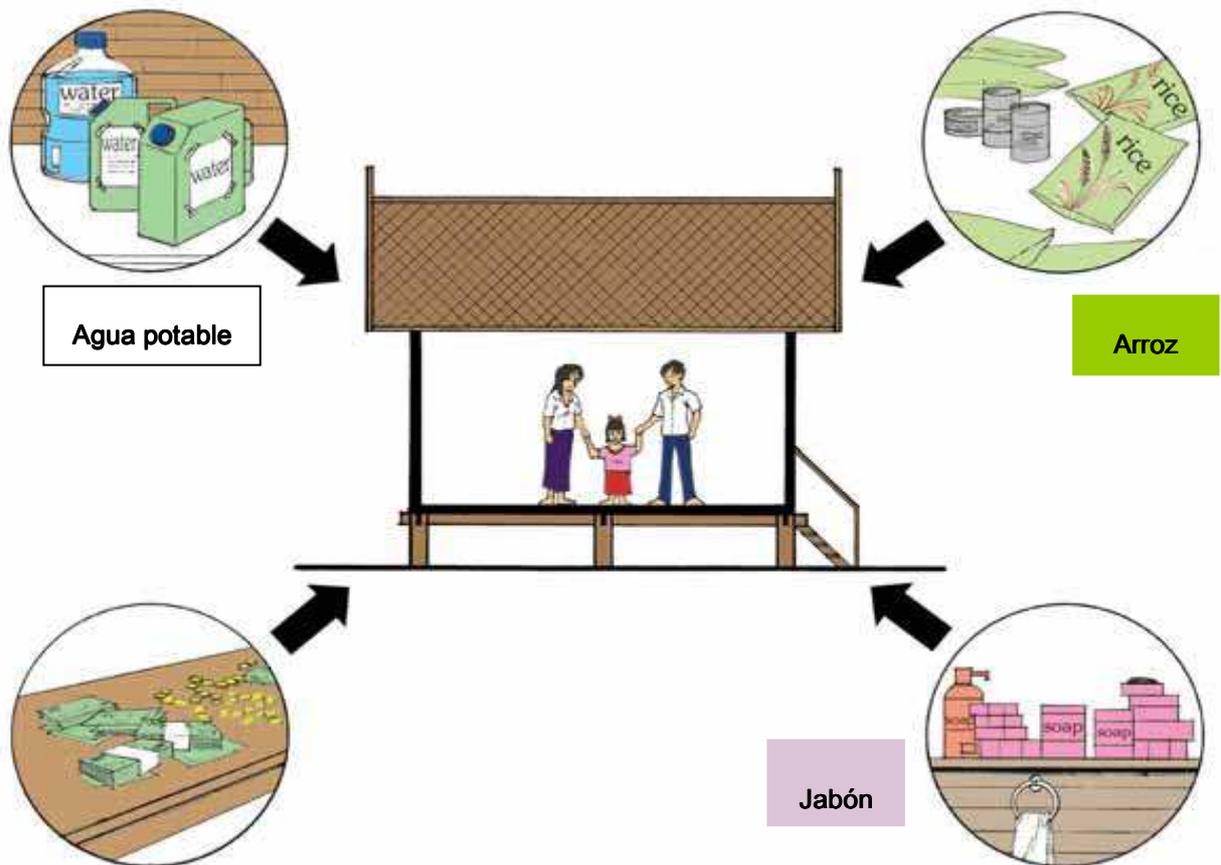


Figura 5.2 Los trabajadores y sus familias que permanecen en casa necesitan de un nivel adecuado de reservas de dinero en efectivo, alimentos, agua, jabón y otros artículos de primera necesidad. El apoyo de la empresa es importante si van a permanecer mucho en casa.

## **Anexo 1**

### **Fuentes de información**

Agencia de Enfermedades Contagiosas Emergentes  
Dirección General de Control de Enfermedad  
Ministerio de Salud Pública  
Edificio 8, Planta 8, Calle de Tiwanond  
Provincia de Nonthaburi 11000  
Teléf.: 02 590 3275  
Sitio web: <http://beid.ddc.moph.go.th>

Fundación Tailandesa contra la Gripe (IFT)  
630 National Housing Soi 23  
Calle de Navamin, Khlongchan, Bangkok  
Bangkok 10240  
Teléf.: 02 703 2978  
Sitio web: <http://www.ift2004.org>

Ministerio de Trabajo  
Calle de Mitmaitree, Dindaeng  
Bangkok 10400  
Teléf.: 02 232 1421-2  
Sitio web: <http://www.mol.go.th>

Oficina del Representante de la OMS en Tailandia  
c/o Ministerio de Salud Pública  
Calle de Tiwanond, Muang  
Provincia de Nonthaburi 11000  
Teléf.: 02 590 1524  
Sitio web: <http://w3.who-thai.org/en/index.htm>

Oficina del Sistema de las Naciones Unidas para la Gripe  
Sede Regional de Asia-Pacífico  
*Oficina de Coordinación de Asuntos Humanitarios de las Naciones Unidas (UN OCHA)*  
*Oficina Regional para Asia y el Pacífico*  
Comitiva ejecutiva, Edificio UNCC, Planta 2  
Avenida de Rajdamnern Nok  
Bangkok 10200  
Teléf.: 02 288 1234  
Sitio web: <http://www.influenza.undg.org>, <http://un-influenza.org>

# **Cómo proteger a sus empleados y a sus negocios de la pandemia de gripe humana**

## **Manual de acción para pequeñas y medianas empresas**

El brote de la gripe aviar y las incidencias de casos infectado que siguen produciéndose han provocado motivos de preocupación por todo el mundo. Se desarrolla este manual de capacitación para promover las prácticas de seguridad en las pequeñas y medianas empresas. Este manual es fácil de usar y práctico, además proporciona una lista de control de acciones sobre diversas medidas preventivas incluyendo explicaciones y descripciones. Los únicos métodos participativos de capacitación de la Organización Internacional del Trabajo (ILO) –llamados Mejora de Trabajo de Pequeñas Empresas (WISE) y Mejora de Trabajo de Desarrollo de Vecindad (WIND)– fueron utilizados para promover el entendimiento y alentar las mejoras en las acciones de los empresarios y los empleados en las pequeñas y medianas empresas.

### Información de contacto:

Oficina subregional de la ILO para Asia Oriental  
Edificio de las Naciones Unidas, Planta 10  
Avenida de Rajdamnern Nok  
Bangkok 10200, Tailandia  
Teléf.: 662 288 1234  
Fax: +662 288 3058  
Correo electrónico: [bangkok@ilo.org](mailto:bangkok@ilo.org)  
[www.ilo.org/asia](http://www.ilo.org/asia)