

Enfermedades infecto-contagiosas y trabajo.

Con el inicio de las temporadas estivales e invernales recrudecen cierto tipo de enfermedades infecto-contagiosas. Por ese motivo reiteramos conceptos ya emitidos en otra oportunidad, pero que consideramos oportuno emitirlos nuevamente sobre la conducta a seguir, a fin de prevenirse en general y en particular dentro del ámbito laboral, ante estas afecciones.

Al respecto y a fin de clarificar en forma práctica el tema sin pretender abarcar toda la patología infecto-contagiosa ni los modos de contagio que pueden no ser uno solo, consideramos que la respuesta está en seguir una serie de medidas higiénicas que, observamos, se descuidan en su aplicación. Así enumeramos las siguientes conductas:

Medidas de prevención:

1. Lavarse bien las manos con agua y jabón antes de comer y en lo posible en forma repetida cuando se tenga oportunidad. No entrar en contacto con aguas servidas.
2. Lavar los utensilios de cocina con abundante agua caliente y utilizar lavandina.
3. Utilizar lavandina en la limpieza de baños y mesadas de cocinas.
4. Eliminar todo tipo de insectos y roedores y no permitir la acumulación de objetos de desecho y aguas estancadas.
5. No ingerir alimentos sin cocinar, mal cocidos o mal conservados. En caso de ingerirlos crudos, lavarlos con mucho detenimiento.
6. No beber agua de origen dudoso, no apoyar labios en bebederos, canillas, ni beber directamente de los envases. No llevarse objetos a la boca.
7. No permanecer en aglomeraciones en sitios cerrados.
8. No acariciar ni jugar con animales domésticos de origen desconocido (perros, gatos, etc.)
9. Mantener relaciones sexuales de manera segura.
10. Vacunarse

Las enfermedades infecto-contagiosas se clasifican, por lo general, por los agentes infecciosos capaces de causarlas: virus, bacterias, protozoarios, hongos, etc., pero consideramos más práctico clasificarlas por el modo de contagio y por las medidas de protección a utilizar:

I – Contacto directo interhumano

Conjuntivitis	Cólera	Coqueluche	Difteria
Gripe	Hepatitis A	Meningitis	Parotiditis
Poliomielitis	Rubéola	Sarampión	Tuberculosis
Varicela			

Medidas de Prevención: 1 – 2 – 3 – 4 – 6 – 7 – 10

II – Contacto mediado por roedores y/o animales domésticos.

Brucelosis	Hidatidosis	Rabia	Triquinosis
Hanta Virus	Leptospirosis	Teniasis	Peste
Toxoplasmosis	Fiebre Hemorrágica Argentina		

Medidas de Prevención: 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 8

III – Contacto mediado por insectos.

Dengue	Fiebre Amarilla	Paludismo
Enfermedad de Chagas		

Medidas de Prevención: 4 – 10

IV – Contacto mediado por agua.

Amebiasis	Giardiasis	Cólera
Micosis Cutáneas	Infecciones Gastrointestinales	

Medidas de Prevención: 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6

V – Enfermedades de transmisión sexual.

Gonorrea	Mononucleosis infecciosa	Hepatitis B
SIDA	Herpes	Sífilis

Medidas de Prevención: 9 - 10

VI – Enfermedades mediadas por toxinas.

Botulismo	Tétanos
-----------	---------

Medidas de Prevención: 5 – 10 – Cuidado con las conservas

* Medidas a tomarse en el ámbito laboral.*

1. Asegurarse que el agua sea potable.
2. Tratar de usar vajilla descartable, si no, proceder como se indicó.
3. Usar toallas descartables.
4. Lavar baños y mesadas con lavandina.
5. Eliminar insectos y roedores.
6. No dejar aguas estancadas.

7. Mantener el orden y la limpieza en todo el ámbito laboral.
8. Cambiar filtros de aire acondicionado en forma periódica.

Vacunas disponibles. (siempre utilizarlas con indicación medica)

Antidiftérica	Antigripal	Antimeningitis	Antirubéola
Antitetánica	Anti Hepatitis A	Antiparotiditis	Antisarampionosa
Anti Fiebre Amarilla	Anti Hepatitis B	Antipoliomielitis	
Antituberculosa			
Antirrábica	Antivaricela		

Destacamos, por ultimo, que lo expuesto es un somero informe y no pretende abarcar toda la patología infecto-contagiosa y que si bien hemos tomado esta clasificación, aclaramos que por lo general pueden imbricarse y el modo de contagio no ser uno sólo.