

# Protéjase del virus H5N1

El H5N1 es un virus que puede propagarse de animal a animal y de animal a humano, especialmente durante un brote. Tomar las precauciones adecuadas puede reducir el riesgo de infección para usted, los animales, sus empleados y sus familias.

## Puntos Clave para Recordar

- **Fuentes de contaminación:** El virus puede estar presente en la leche cruda, fluidos de animales o en superficies.
- **Métodos de transmisión:** El H5N1 se propaga a través de salpicaduras, polvo o gotas en el aire que pueden entrar en sus ojos, nariz, boca o pulmones, lo que puede causarle infección.
- **Contacto con superficies:** Tocar superficies infectadas y luego tocarse la cara (ojos, nariz o boca) también puede propagar el virus.
- **Protéjase:** Siempre proteja sus ojos, nariz y boca, use guantes desechables, y lave sus manos frecuentemente durante tareas de alto riesgo.

**Tomar las precauciones apropiadas pueden reducir el riesgo de infección para usted, otros trabajadores de la lechería, y sus familias.**

## ¿Qué Puedo Hacer para Protegerme?

### Proteja su Cara y Ojos

- Use gafas con ventilación indirecta para una protección óptima contra salpicaduras (más efectivas que las caretas de protección facial).
- Las caretas de protección facial pueden usarse además de las gafas para mantener las mascarillas secas.

### Use Guantes

- Siempre use guantes durante tareas de alto riesgo.
- Evite tocarse la cara mientras usa guantes.

### Mantenga una Buena Higiene

- Lávese o desinfecte las manos con frecuencia mientras trabaja.
- Antes de salir de la granja, lávese bien las manos y la cara

### Cambio de Ropa de Trabajo

- Use overol o lleve ropa exclusiva de trabajo.
- Deje la ropa potencialmente contaminada en su trabajo para evitar llevar el virus a casa.

### Protéjase Contra el Virus en el Aire

- Use un respirador N95 (o mascarilla) para protegerse contra la inhalación de partículas en el aire que pueden contener el virus.

### Proteja sus Pies

- Use botas o cubre botas desechables para los pies para minimizar los riesgos de contaminación.
- Use Pediluvios habilitados y bien mantenidos

Es muy importante para su salud y la de su familia hacer correcto uso del equipo de **protección personal (PPE)** durante actividades con alto riesgo de contagio, incluyendo:

- Ordeñar vacas, manipulación de leche cruda, y/o limpieza de la sala de ordeño.
- Cuidado de animales enfermos y/o limpieza de sus espacios.
- Manipulación de animales muertos y/o limpieza de sus espacios.



**EXCITE**

Extension Collaborative on  
Immunization Teaching & Engagement



Debido a que el virus H5N1 pertenece a la familia de los virus de la Influenza A, puede evolucionar rápidamente. Esto hace que sea crucial utilizar medidas de protección para salvaguardar la salud del rebaño y de los humanos. Esto ayuda a prevenir la propagación del H5N1 y reduce sus posibilidades de evolucionar en una nueva cepa.

**Siguiendo estas recomendaciones usted puede ayudar a proteger a todos y reducir el riesgo de llevar el virus H5N1 a su hogar.**

Fuente de información:  
Keeping our Farms Safe: Protecting Against  
H5N1- EXCITE H5N1 Factsheet