

Nueva Influenza A H1N1 2009

¿Por qué todos hablan de la nueva Influenza A/H1N1 (gripe porcina)?

La Influenza A/H1N1 es un nuevo virus de gripe que se está propagando con rapidez. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha emitido el Alerta pandémico de nivel 6: Infección Generalizada en Humanos.

- La vacuna contra la gripe desarrollada el año pasado no actúa frente a este virus.
- Los humanos no son inmunes al virus de la Nueva Influenza A/H1N1, especialmente las personas de corta y mediana edad.
- El virus H1N1 puede ser más difícil de detectar con un análisis común.

¿Cuáles son las señales y los síntomas del virus H1N1 2009?

Prestar atención a señales o síntomas de influenza que se le presenten a usted, a sus familiares y compañeros de trabajo.

- Dolores o molestias, dolor de cabeza, de garganta
- Fiebre repentina
- Tos
- Posibilidad de sufrir mareos
- Posibilidad de sufrir diarrea y náuseas

¿Qué debo hacer si tengo los síntomas?

Si debe dirigirse al consultorio de su médico, a una clínica o a un hospital, puede que se le solicite que siga algunas precauciones simples para ayudar a evitar el contagio a otros. Esto puede incluir:

Practicar el procedimiento para toser

- Cubra su boca y su nariz con un pañuelo descartable al toser o tosa en su manga.
- Arroje el pañuelo en un cesto o lávese las manos inmediatamente después de usarlo.

Si está tosiendo

- Puede solicitársele que use una máscara y que espere en una zona aislada hasta que pueda atenderlo un proveedor de salud.
- No se toque la cara, la nariz ni los ojos.
- Lávese las manos con agua y jabón durante 15 segundos como mínimo o use desinfectante para manos.

Evite las multitudes y/o reuniones con mucha gente

¿Qué debo hacer?

- Quédese en su casa y no vaya al trabajo ni a la escuela si presenta señales o síntomas de gripe. El Centro para Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomienda que permanezca en su casa por lo menos 24 horas después de que la fiebre haya desaparecido (sin utilizar medicamentos para bajar la fiebre).
- Descanse bien, beba mucho líquido y evite el consumo de alcohol y tabaco.
- Hay medicamentos de venta libre (OTC, por sus siglas en inglés) que alivian los síntomas de la gripe. Nunca les suministre aspirinas a niños o adolescentes que presenten síntomas de gripe, especialmente fiebre.
- Recuerde que esta enfermedad grave derivada de la gripe es más habitual en ciertos grupos de personas como:
 - Personas de 65 años o mayores
 - Embarazadas
 - Personas que padecen ciertas enfermedades crónicas
 - Niños pequeños
- La mayoría de la gente que padece la Nueva Influenza A/H1N1 se recupera sin necesidad de recibir atención médica.
- Los medicamentos antivirales deben utilizarse para tratar casos graves de gripe (por ejemplo, los pacientes hospitalizados o aquellos que corren un alto riesgo de sufrir complicaciones a causa de la enfermedad).

Si aparecen señales o síntomas de enfermedades graves, contáctese con el prestador de atención médica.

For additional health information
contact the Health Information Center at (918) 494-1080