

Influenza H1N1 (gripe porcina)

La influenza A (H1N1) es un nuevo virus de influenza detectado por primera vez en abril 2009. Se cree que la nueva influenza A (H1N1) se transmite de la misma forma que la influenza estacional, esto es, principalmente a través de la tos y estornudos de personas enfermas con el virus y por el contacto con superficies contaminadas por las secreciones de gente que porta el virus.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas son similares a la gripe estacional y generalmente aparecen de 1 a 7 días después de uno ser infectado.

Pueden incluir:

- Fiebre (más de 100 grados F ó 38 grados C)
- Tos
- Dolor de garganta
- Congestión nasal y rinorrea (secreción nasal)
- Dolor de cabeza y muscular intensos
- Fatiga extrema
- Vómito
- Diarrea

Hasta la fecha, la mayoría de los casos en los Estados Unidos no son severos, pero los síntomas pueden ser severos y requerir hospitalización. Las complicaciones de la influenza pueden ocurrir en todas las edades. Sin embargo, la edad avanzada, pacientes con problemas de salud crónicos, las mujeres con embarazo, y los menores tienen mayor riesgo de desarrollar complicaciones serias con la infección de la gripe porcina.

Este volante es exclusivamente informativo y no debe ser utilizado para autoexamen o como sustituto para la consulta con un médico. Para más información llame su médico o el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades: 1-800-CDC-INFO.

<http://www.cdc.gov/h1n1flu/espanol/>

Prevención de gripe porcina:

Recomendaciones de salud pública

- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar. Tire el pañuelo a la basura después de usarlo.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar. Los desinfectantes para manos a base de alcohol también son eficaces.
- Trate de no tocarse los ojos, la nariz ó la boca. Esta es la forma como se propagan los gérmenes después de tocar una superficie contaminada.
- Quédese en casa si se siente enfermo. El CDC recomiendan que permanezca en casa, no vaya al trabajo ó a la escuela y que limite el contacto con otras personas para evitar infectarlas.
- Llame a su médico si tiene síntomas de la gripe porcina, ó similares.

Tratamiento

- Permanecer en reposo
- Tome líquidos en abundancia para evitar la deshidratación (ejemplos: agua, jugos de frutas)
- Evite la aspirina para el dolor de cabeza, la fiebre ó dolor muscular. La aspirina no se debe utilizar en menores con enfermedades virales puesto que ha habido casos asociados al desarrollo del síndrome de Reye, que puede causar la muerte.
- La gripe porcina es susceptible a agentes antivirales. Consulte a su médico si es candidato para tomarlos.