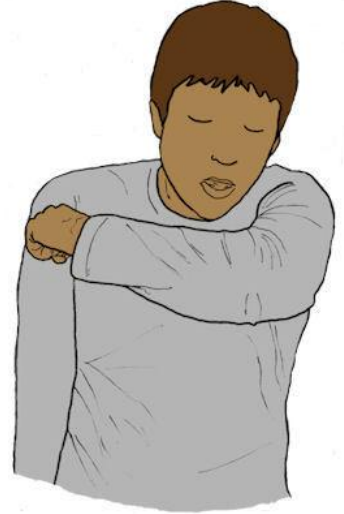


Influenza A (H1N1)

("Gripe Porcina" antes llamado) (formerly called "Swine Flu")

La gripe H1N1, llamada "gripe porcina" es producida por un nuevo virus de influenza. El virus H1N1 es diferente del virus de la influenza estacional. Las últimas pruebas muestran que el virus H1N1 tiene genes similares a los del virus de la gripe que afecta a los cerdos en Europa y Asia. Los síntomas son similares a los de la gripe estacional y se disemina de persona a persona. Usted puede tener riesgo de sufrir mayores complicaciones si tiene una enfermedad crónica subyacente. El CDC y la Organización Mundial de la Salud están controlando los casos informados en todo el mundo.



CAUSAS

- La gripe se contagia a través de las gotitas que se eliminan con la tos y los estornudos.
- Una persona puede infectarse tocando algo que contenga el virus y luego tocándose la boca o la nariz.

SÍNTOMAS

- Fiebre.
- Dolor de cabeza.
- Cansancio.
- Tos.
- Dolor de garganta.
- Congestión nasal o que gotea.
- Dolores en el cuerpo.
- También pueden existir diarrea y vómitos.

Estos síntomas se conocen como "síntomas característicos de la gripe". Muchas enfermedades distintas, incluso el resfrío común, pueden tener síntomas similares.

DIAGNÓSTICO

- Existen análisis que permiten diagnosticar si usted tiene el virus H1N1.
- Todos los casos confirmados serán informados al departamento de salud estatal o local.
- Puede ser necesario que su médico le realice pruebas para determinar si tiene otra infección que pueda ser una complicación de la gripe.

INSTRUCCIONES PARA EL CUIDADO DOMICILIARIO

- Busque ayuda de inmediato si desarrolla alguno de los siguientes síntomas.
- Si está en riesgo de sufrir complicaciones de la gripe, deberá consultar a un profesional de la salud cuando comiencen los síntomas. Las personas que tienen un alto riesgo de complicaciones son:
 - Mayores de 65 años de edad.
 - Pacientes con enfermedades crónicas.
 - Mujeres embarazadas.
 - Niños pequeños.
- El profesional que lo asiste podrá recomendar la utilización de ciertas drogas antivirales para el tratamiento de la gripe.
- Si contrae gripe, es aconsejable que descanse lo suficiente, beba gran cantidad de líquidos y evite el consumo de alcohol y tabaco.
- También puede tomar medicamentos de venta libre que alivien los síntomas de la gripe, si se lo permite el profesional que lo asiste. **(Nunca de aspirina a niños o adolescentes que tienen síntomas de la gripe, particularmente fiebre).**

TRATAMIENTO

- Si contrae la enfermedad, hay drogas antivirales disponibles. Estos medicamentos pueden hacer que su enfermedad sea más leve y a que mejore más rápidamente. El tratamiento debe comenzar poco después del inicio de la enfermedad. Sólo el médico puede prescribir medicamentos antivirales.

PREVENCIÓN

- Cúbrase la boca y la nariz con un tisú o con la mano cuando tosa o estornude. Descarte el tisú.
- Lave sus manos frecuentemente con agua y jabón. Utilice un limpiador a base de alcohol si no dispone de agua.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Trate de evitar el contacto con personas enfermas.
- **Si está enfermo, quédese en su casa y no concurra al trabajo** o a la escuela para evitar el contagio a otras personas. Las personas infectadas con el virus H1N1 pueden infectar a otras desde un día antes de tener los síntomas hasta 5 a 7 días después.
- Hay disponible una vacuna que ayuda a la protección contra el virus H1N1. Además de esta vacuna, deberá vacunarse contra la gripe estacional. Estas dos vacunas deben aplicarse el mismo día. El CDC recomienda especialmente la vacuna contra el virus H1N1 en:
 - Mujeres embarazadas.
 - Personas que viven con niños menores de 6 meses o cuidan de ellos.
 - Personal de los servicios de salud y emergencias.
 - Personas entre los 6 meses y los 24 años de edad.
 - Personas entre 25 y 64 años que tienen más riesgo si contraen el virus H1N1 por que padecen enfermedades crónicas o porque tienen compromiso de su sistema inmunológico.

BARBIJOS:

En comunidades y hogares no se recomienda el uso de mascarillas ni barbijos N95. En ciertas circunstancias, pueden utilizarlos las personas que tienen más riesgo de desarrollar cuadros graves de influenza. Su médico le podrá dar otras tras recomendaciones para el uso de las mascarillas.

SIGNOS DE ALERTA POR TRATARSE DE UNA EMERGENCIA QUE NECESITAN ATENCIÓN MÉDICA DE URGENCIA TANTO EN NIÑOS :

- Respiración rápida o problemas para respirar.
- Color de piel azulado.
- No bebe suficiente cantidad de líquidos.
- No se despierta o no interactúa.
- Está tan irritable que no quiere que se lo cargue.
- Fiebre de 102° F (38.9° C).
- Fiebre con erupción cutánea.

SIGNOS DE ALERTA POR TRATARSE DE UNA EMERGENCIA QUE NECESITAN ATENCIÓN MÉDICA DE URGENCIA TANTO EN ADULTOS:

- Le falta la respiración o presenta dificultades respiratorias.
- Dolor o presión en el pecho o abdomen.
- Mareos repentinos.
- Confusión.
- Vómitos intensos y persistentes.
- Está tan irritable que no quiere que se lo cargue.
- Los síntomas mejoran pero luego vuelven con fiebre y la tos empeora.
- Fiebre con erupción cutánea.

SOLICITE ATENCIÓN MÉDICA DE INMEDIATO SI OBSERVA:

Usted o alguien que conoce tiene los síntomas descritos arriba. Cuando llegue al centro de emergencias, comunique en la recepción que cree tener gripe. Es posible que le pidan que utilice una máscara y/o ubicarse en

un área aislada para evitar que otros se contagien.

ESTÉ SEGURO QUE:

- Comprende las instrucciones para el alta médica.
- Controlará su enfermedad.
- Solicitará atención médica de inmediato según las indicaciones.

© 2009 ExitCare, LLC – permission granted for medical facilities to duplicate. www.ExitCare.com Some of this information courtesy of the CDC