



Hechos Sobre la Influenza H1N1

Presentado por la Extensión de la Universidad de Missouri

¿Qué es la influenza H1N1?

- La influenza H1N1 es un nuevo virus que causa una enfermedad similar a la gripe común.
- La influenza H1N1 es algunas veces conocida como “gripe porcina.” Aunque, H1N1 es el nombre correcto del virus.
- La influenza H1N1 dura entre 5 a 7 días en la mayoría de los casos.

¿Cómo se propaga la influenza H1N1?

- La influenza H1N1 se propaga de persona a persona como la gripe común al toser y estornudar sin cubrirse la boca y la nariz.
- La influenza H1N1 también se propaga al tocar cosas que estén contaminadas con microbios y después tocarse la boca, nariz u ojos sin antes lavarse las manos.

¿Cuáles son las señales y los síntomas de la influenza H1N1?

- Fiebre
- Tos
- Garganta irritada
- Secreción y congestión nasal
- Dolor del cuerpo
- Fatiga y debilidad
- Dolor de cabeza
- En algunos casos, diarrea, náusea, y/o vómito

¿Qué hacer si creo que estoy enfermo?

- Quédese en casa.
- Tome suficientes líquidos.
- Tome medicamentos para reducir la fiebre si es necesario. Llame a su médico o a su proveedor de salud para hablar sobre el cuidado necesario. La mayoría de las personas no se enferman seriamente y no necesitan cuidado médico.

Algunas personas tienen alto riesgo de enfermarse seriamente y deben llamar a su médico o proveedor de salud de inmediato. Esto incluye:

- Mujeres embarazadas
- Personas de 65 años o más
- Niños menores de 5 años
- Personas con problemas de salud crónicos como asma, diabetes, enfermedades del corazón, hígado o riñón, y personas con un sistema inmunológico débil.



Las personas con estas señales de emergencia deben llamar a un médico de inmediato o buscar cuidado médico urgente:

- Respiración rápida, dificultad para respirar o con piel azulada o gris
- Dolor agudo en el pecho
- Mareos o confusión repentina
- Vómito severo
- No caminar o interactuar
- Un niño irritable que no se deja cargar

¿Cómo puedo evitar la propagación de la influenza H1N1?

- Quédese en casa y limite el contacto con los demás hasta que su temperatura se normalice por 24 horas sin medicamento para reducir la fiebre.
- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo y deséchelo o tosa y estornude en la parte interna de su codo.
- Lávese las manos muy seguido y cada vez que tosa o estornude. Lávese por 20 segundos con agua y jabón o use un desinfectante antigénico con base de alcohol.
- Evite tocar sus ojos nariz o boca.

¿Hay una vacuna para la influenza H1N1?

- Es posible que la vacuna para la H1N1 se ofrezca en Octubre o Noviembre 2009.
- Algunas personas deben vacunarse inmediatamente. Estas incluyen:
 - ◆ Mujeres embarazadas
 - ◆ Proveedores de cuidado de niños menores de 6 meses
 - ◆ Trabajadores de salud
 - ◆ Todas las personas desde los 6 meses hasta los 24 años de edad
 - ◆ Personas de 25 a 64 años de edad que tengan problemas de salud que los ponga en alto riesgo de enfermarse seriamente de la gripe, como asma, diabetes, enfermedades del corazón, hígado o riñón, y personas con un sistema inmunológico débil
- La vacuna para la gripe común no le protegerá de la influenza H1N1.

¿Por qué hay tanto interés de parte de los medios de comunicación acerca del H1N1?

- La influenza H1N1 puede causar enfermedades en un tercio o en la mitad de la población en los Estados Unidos. Esto puede causar el cierre de escuelas y negocios por un periodo corto. Preste atención a los anuncios locales acerca de cómo está afectando a su comunidad.
- Por ahora, el número de muertes es similar al de la gripe común, pero como es una nueva enfermedad, la gente está más preocupada.

Protéjase del H1N1 y ayude a evitar la propagación.

Para más información visite la página www.flu.gov

