



Información Sobre la Gripe H1N1 (gripe porcina) Departamento de Salud del Condado de Tulare

¿Qué es la Gripe H1N1?

La Gripe H1N1 es una enfermedad respiratoria de los cerdos causada por el virus de la influenza tipo A. El virus H1N1 regularmente causa brotes en cerdos pero raramente afecta a los seres humanos.

¿Cuáles son los síntomas de la Gripe H1N1?

- Fiebre de 100° o mayor
- Escalofrío
- Dolor de cabeza y del cuerpo
- Problemas para respirar
- Tos
- Vómito y/o diarrea

¿Por qué debe preocuparse?

La Gripe H1N1 es un nuevo virus de influenza y las personas tienen muy poca o ninguna inmunidad. Si éste nuevo virus de influenza comienza a propagarse fácilmente de persona a persona podría abarcar todo el país y el mundo entero en muy corto tiempo. Hasta el momento no sabemos qué tan seria será o por cuánto tiempo durará. Mientras más personas se infecten, el riesgo de exposición al público se hace más grande.

¿Qué debo hacer si creo que estoy enfermo?

- Si tiene fiebre de 100° F o mayor y uno de los síntomas indicados arriba, llame a su doctor o proveedor médico. Su doctor podría darle una cita para verlo y hacerle una prueba de la influenza. Su médico decidirá si necesita tratamiento antiviral para la influenza.
- Si está enfermo – quédese en casa y no vaya al trabajo o escuela.
- Si tiene síntomas de influenza y necesita ir a una cita médica, use una máscara quirúrgica o cubra su boca y nariz con un pañuelo desechable cuando estornude o tosa.
- Si se siente enfermo y no tiene fiebre es mejor quedarse en casa sin ir al trabajo o a la escuela; descansar bastante y tomar muchos líquidos. Si sus síntomas empeoran, llame a su médico o proveedor médico.

¿Qué puedo hacer para prevenir enfermarme?

- Lave sus manos con jabón y agua caliente para eliminar los gérmenes y prevenir la propagación de la enfermedad, especialmente después de toser o estornudar. Si no tiene jabón ni agua, use un gel que no necesite agua y que sea a base de alcohol de por lo menos el 60%.
- Cubra su boca y nariz con un pañuelo desechable cada vez que tosa o estornude. Si no tiene pañuelos desechables, tosa o estornude usando la dobladura de su codo sin usar sus manos.
- Evite los besos y saludos de mano al encontrarse con las personas y no comparta comida, bebidas ni utensilios.
- Mantenga limpias las áreas comunes como los mostradores de la cocina, los inodoros, las agarraderas de las puertas, los juguetes, los teléfonos y otros artículos del hogar.

Para más información: Información de la Gripe H1N1 está disponible en el sitio Web de la Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de Tulare bajo: www.tularehhsa.org, o puede visitar el sitio Web www.cdc.gov/h1n1flu.

Para información por teléfono, llame a la Línea de Información del Condado de Tulare al 1-800-834-7121. También puede obtener información adicional al llamar a la Línea Directa de la Gripe H1N1 del Departamento Estatal de Salud Pública al 1-888-865-0564.