



Prevención de la Gripe

Influenza A (H1N1) y Gripe de Temporada

Datos e Información

¿Qué es el virus de Influenza A H1N1?

El virus de la influenza A H1N1 (gripe porcina) es un virus nuevo que fue detectado en personas en los Estados Unidos en abril del 2009. El nuevo virus se está propagando de persona-a-persona a nivel mundial, probablemente de la misma manera en que se propaga el virus de la influenza de temporada. En junio 11 del 2009 la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró una pandemia de influenza A H1N1.

¿Cómo se transmite el virus de H1N1 y otras enfermedades parecidas a la gripe?

Los virus de la gripe se propagan principalmente de persona a persona cuando alguien con esta enfermedad tose o estornuda. Algunas veces, las personas pueden contagiarse al tocar algún objeto contaminado con el virus de la gripe y luego llevarse las manos a la boca o la nariz.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas de la gripe pueden incluir fiebre, tos, dolor de garganta, congestión nasal, dolor de cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos y cansancio. Muchos de los casos identificados con el virus H1N1 también reportaron diarrea y vomito. Enfermedades severas y incluso muertes han sido asociados con la infección del virus de influenza.

¿Qué puedo hacer?

Para reducir el riesgo de contagio o ser infectado con cualquier tipo de virus de gripe:

- Quédese en casa si está enfermo para evitar el contagio a otras personas. Si usted tiene síntomas parecidos a la gripe –fiebre y tos y/o dolor de garganta – quédese en casa por lo menos 24 horas después de que ya no tenga fiebre, o síntomas relacionados a la fiebre (sin haber utilizado medicamentos para reducir la fiebre.)
- Debe toser o estornudar dentro de su brazo o en un pañuelo y deséchelo de manera apropiada.
- Lávese las manos con jabón y agua tibia o use un limpiador para las manos a base de alcohol para eliminar los gérmenes y evite tocarse los ojos, nariz y boca.
- Manténgase sano comiendo una dieta balanceada, tomando bastante agua, haciendo actividad física y descansando adecuadamente.



¿Qué debo hacer si me enfermo?

Si usted se enferma con fiebre y con tos o dolor de garganta, y está preocupado por sus síntomas, contacte a su doctor. Su doctor determinará si se requiere hacer una prueba o si necesita tratamiento.

En niños, los casos que necesitan atención médica urgente incluyen:

- Respiración acelerada o dificultad para respirar
- Piel de color azulada
- No toman suficientes líquidos
- No se levantan o interactúan
- Están tan irritables que no quieren que nadie los cargue
- Los síntomas parecidos a la gripe mejoran y luego regresan con fiebre y tos empeorada
- Fiebre con erupciones

En adultos, los casos que necesitan atención médica urgente incluyen:

- Dificultad para respirar o falta de aire
- Dolor o presión en el pecho o estómago
- Mareos repentinos
- Confusión
- Vomito severo o persistente

¿Me puedo vacunar contra la influenza?

Las personas interesadas en recibir protección contra la gripe estacional deben recibir una vacuna contra la gripe durante la campaña de vacunación o con su médico particular. La vacuna contra la gripe estacional protege contra una variedad de cepas (clases) de la gripe. Aquellas personas consideradas de alto riesgo deben recibir la vacuna contra la gripe estacional en cuanto esta esté disponible. Las fechas exactas de cuando estará disponible la vacuna contra la H1N1 no se han confirmado. Conforme se reciba más información acerca de la disponibilidad de la vacuna contra H1N1, se compartirá con el público.

¿Qué está haciendo el departamento de salud?

El Departamento de Salud Pública del Condado de Imperial dirigirá una campaña de vacunación contra la gripe en el Condado de Imperial en el otoño además de proveerle información acerca de la gripe a los centros escolares, clínicas y público en general. El Departamento de Salud Pública del Condado de Imperial monitorea, durante todo el año, las enfermedades parecidas a la gripe en clínicas centinela en el Condado de Imperial. Un sistema de vigilancia está en pie en los dos hospitales para el monitoreo de casos severos de enfermedades parecidas a la influenza. Estas actividades otorgan a proveedores de salud información actualizada del tipo de virus que están circulando en la comunidad y asiste en determinar el tratamiento apropiado.

Precio por vacuna: \$2

Sábado, 17 de octubre

Preparatoria de Calexico

Gimnasio

1030 Encinas Avenue, Calexico

8am-12pm

Sábado, 24 de octubre

Centro de Leones (*Lion's*

Center) Brawley

225 'A' Street, Brawley

8am – 12pm



Mayores informes

▶▶▶ Departamento de Salud Pública del
Condado de Imperial
935 Broadway, El Centro CA
(760) 482-4949
www.icphd.org