

Conocimiento de gripe porcina (H1N1)

Rick Faulkner, vicepresidente de control de riesgos para CHSI Nevada, provee esta información para los miembros del grupo de aseguradora propia:

¿Qué es la influenza porcina?

La influenza porcina (gripe porcina) es un tipo de influenza que afecta por lo general a los cerdos. En ocasiones, las personas se enferman de influenza porcina. Antes de este reciente brote de influenza porcina, la mayoría de las personas que se enfermaban con este virus generalmente habían tenido contacto cercano con los cerdos. Hay ocasiones en las que una persona con influenza porcina puede transmitirla a alguien más.

¿Cuáles son los signos y síntomas de la influenza porcina en las personas?

Los síntomas son similares a la gripe estacional: fiebre, letargo, tos, pobre apetito. Alguna gente con gripe porcina también tendrá la nariz moqueando, con dolor en la garganta, náusea, vomito y diarrea.

En los niños, los principales signos de emergencia que requieren atención médica inmediata son:

- Respiración agitada o dificultad para respirar.
- Color azulado en la piel.
- Que el niño no esté tomando suficientes líquidos.
- El niño no quiere despertarse ni interactuar con los otros.
- Que el niño esté tan molesto que no quiera que lo carguen.
- Los síntomas similares a los de la influenza o gripe mejoran pero luego regresan con fiebre y una tos peor.
- Fiebre con sarpullido.

En los adultos, los principales signos de advertencia que requieren atención médica de emergencia son:

- Dificultad para respirar o se queda sin aliento.
- Dolor o presión en el pecho o el abdomen.
- Mareo repentino.
- Confusión.
- Vómitos fuertes o constantes.

¿Qué puedo hacer para evitar enfermarme?

En este momento no hay una vacuna contra la influenza porcina. Pero hay medidas que usted puede tomar para ayudar a prevenir la propagación de gérmenes que causan enfermedades respiratorias como la influenza porcina y la influenza estacional. Siga estas medidas a diario para proteger su salud:

- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar. Bote el pañuelo desechable a la basura después de usarlo.
- Lávese las manos a menudo 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 ni la boca. Esta es la manera en que se propagan los gérmenes.
- Trate de evitar el contacto cercano con personas enfermas.

Si usted se enferma, los CDC recomiendan que se quede en casa y que no vaya al trabajo o a la escuela. No se acerque

¿Que ago si me enfermo?

Si usted se enferma, permanezca en casa del trabajo, escuela o lugares públicos y limite contacto con otras personas para no infectarlas.

Contacte a su medico primario del cuidado medico y evite ir al cuarto de emergencia o cuidado de urgencia solamente si esta críticamente enfermo.

Para más información de gripe porcina (en español e ingles), acullá al registro informativo de Centro de Control y Prevención de Enfermedades a la página www.cdc.gov.

La página Web de la Agencia Federal de Manejo de Emergencia (FEMA) tiene buena información para los individuos en la protección contra la gripe porcina. La página Web es www.ready.gov.