

# La Influenza AH1N1 y usted (antes conocida como gripe porcina)

## ¿Qué es la **Influenza AH1N1**?

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 AH1N1. Antes de este reciente brote **Influenza AH1N1**, la mayoría de las personas que se enfermaron generalmente habían tenido contacto con otras personas infectada dentro del mismo área. Hay ocasiones en las que una persona con Influenza AH1N1 puede transmitirla a alguien más.

## ¿Hay personas en los EE. UU. que tienen la **Influenza AH1N1**?

A finales de marzo y principios de abril del 2009, se informó de casos de **Influenza AH1N1** en personas en los EE. UU. y a nivel internacional. El subtipo específico de la **Influenza AH1N1** es la influenza tipo A (H1N1). Los CDC y las agencias de salud estatal y municipal están trabajando conjuntamente en la investigación de esta situación.

## ¿Este virus de la **Influenza AH1N1**, se contagia fácilmente?

En la actualidad, el virus de la **Influenza AH1N1** se está transmitiendo de persona a persona. En este momento, no se sabe con qué facilidad se transmite este virus de una persona a otra.

## ¿Cuáles son los signos y síntomas de la **Influenza AH1N1**, en las personas?

Los síntomas de la **Influenza AH1N1**, son parecidos a los síntomas de la influenza o gripe estacional. Entre ellos se incluyen fiebre, tos, dolor de cabeza, dolor del cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos y cansancio. Algunas personas también pueden tener diarrea y vómito. En años anteriores, algunas personas con la **Influenza AH1N1** sufrían enfermedades graves (neumonía e insuficiencia respiratoria) o morían. Tal como ocurre con la influenza estacional, la **Influenza AH1N1** también puede empeorar afecciones médicas existentes.

## ¿Qué tan grave es la **Influenza AH1N1**,?

Al igual que ocurre con la influenza estacional, la **Influenza AH1N1**, en los seres humanos puede variar de leve a grave. Desde el 2005 hasta febrero del 2009, 12 personas en los EE. UU. Contrajeron la **Influenza AH1N1**. No se reportaron muertes, pero dos personas se enfermaron gravemente. Sin embargo, la **Influenza AH1N1**, puede ser muy grave. En 1988, una mujer embarazada fue hospitalizada en Wisconsin y murió posteriormente debido a complicaciones de la **Influenza AH1N1**,. Algunos trabajadores del área de atención médica que cuidaron a esta paciente también resultaron infectados por el virus. Un brote de **Influenza AH1N1**, ocurrido en Nueva Jersey en 1976 enfermó a más de 200 personas y causó la muerte a una persona. En el episodio actual, no han ocurrido casos confirmados en Puerto Rico, pero sí en México y Estados Unidos. Se habla de tres casos sospechosos en Puerto Rico que están recibiendo tratamiento

## ¿Cómo se contrae la **Influenza AH1N1**,?

Usted puede contraer la **Influenza AH1N1**, de dos maneras:

- Por el contacto con cerdos infectados o con superficies contaminadas con los virus de **Influenza AH1N1**,.
- A través del contacto con una persona que tenga **Influenza AH1N1**,. Es probable que la transmisión de la **Influenza AH1N1**, entre las personas ocurra de la misma forma en que se transmite la influenza estacional.
- Se cree que los nuevos virus de la **Influenza AH1N1**, y los de la influenza estacional se transmiten de persona a persona cuando alguien infectado tose o estornuda.

### **¿Hay medicamentos para tratar la [Influenza AH1N1](#)?**

Los CDC recomiendan dos medicamentos antivirales que se expiden con receta médica para tratar o prevenir la [Influenza AH1N1](#). Estos medicamentos son oseltamivir (nombre comercial Tamiflu®) o zanamivir (nombre comercial Relenza®). Ambos medicamentos recetados combaten la [Influenza AH1N1](#), al evitar que los virus de esta enfermedad se reproduzcan en el cuerpo. Si usted se enferma, estos medicamentos pueden hacer que su enfermedad sea más leve y que usted se sienta mejor en forma más rápida. También pueden ayudar a prevenir que ocurran graves problemas de salud. En relación con el tratamiento, los medicamentos son más eficaces si se inician dentro de los 2 días siguientes a la aparición de la enfermedad.

### **¿Por cuánto tiempo puede una persona infectada propagar la [Influenza AH1N1](#), a otras?**

Las personas infectadas por el virus de la [Influenza AH1N1](#), pueden transmitir la enfermedad mientras tengan los síntomas (fiebre, tos, dolor de garganta, dolores en el cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos y cansancio, y en algunos casos diarrea y vómito) y posiblemente hasta siete días después del inicio de la enfermedad. Los niños, especialmente los más pequeños, podrían ser contagiosos durante periodos más largos.

### **¿Qué puedo hacer para evitar enfermarme?**

En este momento NO hay una vacuna contra la [Influenza AH1N1](#). Pero hay medidas que usted puede tomar para ayudar a prevenir la propagación de gérmenes que causan enfermedades respiratorias como la [Influenza AH1N1](#), 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, el CDC recomiendan que se quede en casa y que no vaya al trabajo o a la escuela. No se acerque mucho a otras personas para evitar contagiarlas.
- Si usted considera que presenta síntomas acuda a uno de los centros centinelas para que le hagan las pruebas.

### **¿Qué debo hacer si me enfermo?**

Comuníquese con su proveedor de atención médica si usted vive en un área donde se hayan identificado casos de infecciones por [Influenza AH1N1](#), en personas y se enferma con síntomas parecidos a los de la influenza (entre ellos, fiebre, dolor del cuerpo, secreciones de la nariz, dolor de garganta, náusea o vómito o diarrea). El proveedor de atención médica decidirá si hace falta realizar pruebas para detectar la influenza o si necesita que le hagan tratamiento.

Si está enfermo, se debe quedar en casa y evitar el contacto con otras personas tanto como sea posible para evitar propagar su enfermedad a otros.

Si se enferma y presenta alguno de los siguientes signos de advertencia, busque atención médica de inmediato.

**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.

¿Me puede dar **Influenza AH1N1**, por comer o cocinar carne de cerdo?

NO. La **Influenza AH1N1**, no se encuentra en los alimentos. Usted no puede contraer la Influenza AH1N1 por comer carne de cerdo o sus productos derivados. No hay riesgos si se come carne de cerdo y sus derivados que han sido manipulados y cocinados de manera adecuada.,

**TU TAMBIEN PUEDES AYUDAR:**

El Departamento de Salud, en Puerto Rico, ha establecido Centros Centinela a los que puedes acudir para hacerte las pruebas de Influenza A H1N1.

**LA HIGIENE ES LA HERRAMIENTA PRINCIPAL PARA PREVENIR EL CONTAGIO.**

**NO DEBEMOS DISCRIMINAR CONTRA LAS PERSONAS POR SU ORIGEN ETNICO, SOLO LAS PERSONAS CON SINTOMAS de Influenza AH1N1 SON FUENTE DE CONTAGIO.**

**Si eres diagnosticado mantente en tu residencia, mientras culmina el tratamiento.**

**Las personas con diagnóstico sospechoso o positivo no deben acudir a la escuela, la universidad o al trabajo.**

**Protege tus mucosas y las vías oral y respiratoria; usa pañuelos desechables y dispón los usados o contaminados en zafacones apropiados.**

**SI TE TOCARA CUIDAR UN ENFERMO CON INFLUENZA AH1N1, SIGUE LAS INSTRUCCIONES DEL PROVEEDOR DE SALUD PARA EVITAR EL CONTAGIO.**