

## Influenza (gripe) porcina

La obligación del Departamento de Salud Pública del Condado de Santa Clara es informar al público, a la comunidad médica y a otras agencias locales acerca de una potencial emergencia de salud; y el brote de influenza (gripe) porcina actual presenta un riesgo potencial a los residentes de esta comunidad.

Para información actualizada relacionada a los casos humanos de infección con influenza (gripe) porcina en los Estados Unidos, visite el sitio del Internet de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades en <http://www.cdc.gov/swineflu/investigation.htm>. Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) y las agencias de salud estatales y locales están trabajando juntas para investigar este problema.

### Preguntas más recientes

#### ¿Hay actualmente alguna restricción para viajar?

Hasta el 27 de abril, los CDC han emitido una advertencia para viajar, la cual recomienda que los viajeros de los Estados Unidos eviten todos los viajes innecesarios a México. Si usted debe viajar a un área que reportó casos de influenza (gripe) porcina, por favor revise el sitio del Internet de los CDC para mayor información

<http://wwwn.cdc.gov/travel/content/SwineFluMexico.aspx>

#### ¿Qué pasa si he viajado recientemente a un área afectada?

Si usted ha viajado recientemente a un área afectada y no tiene síntomas después de 7 días, probablemente usted no necesita estar preocupado acerca del riesgo de haber contraído la influenza (gripe) porcina.

Si usted tiene fiebre y al menos uno de los otros síntomas de la influenza (vea abajo), por favor contacte inmediatamente a su profesional de salud.

#### ¿Por qué hay preocupación?

Estos casos de influenza (gripe) porcina en humanos crean preocupación ya que es un nuevo virus de influenza por el cual las personas tienen muy poca o ninguna inmunidad. Debido a que este es un nuevo virus de influenza, no hay vacuna.

En la situación actual hay evidencia de transmisión de persona a persona. Si este nuevo virus comienza a propagarse fácilmente de persona a persona, podría abarcar todo el país y el mundo entero en muy corto tiempo; esto causaría una influenza pandémica

#### ¿Qué es la influenza (gripe) porcina?

La influenza (gripe) porcina es una enfermedad respiratoria de los cerdos causada por el virus de la Influenza tipo A que causa regularmente brotes en los cerdos. Normalmente las personas no se contagian con la influenza (gripe) porcina, pero las infecciones en humanos pueden suceder y suceden. Se ha reportado que los virus de la influenza (gripe) porcina se

propagan de persona a persona, pero en el pasado esta transmisión estaba limitada y no mantenida por más de tres personas.

### **¿Es contagioso este virus de la influenza (gripe) porcina?**

Los CDC han determinado que este virus de la influenza (gripe) porcina A (H1N1) es contagioso y se propaga de humano a humano; sin embargo, en este momento no se sabe qué tan fácil se propaga el virus entre personas.

### **¿Cuáles son los síntomas y señales de la influenza (gripe) porcina en las personas?**

Los síntomas de la influenza (gripe) porcina en las personas son similares a los síntomas de la influenza humana regular de la temporada e incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, dolor de cuerpo, dolor de cabeza y escalofrío. Algunas personas han reportado diarrea y vómito asociado con la influenza (gripe) porcina. En el pasado se ha reportado enfermedad grave (neumonía y deficiencia respiratoria) y muertes con la infección de la influenza (gripe) porcina en personas. Al igual que con la influenza de la temporada, la influenza (gripe) porcina puede causar un empeoramiento de las causas de condiciones médicas crónicas.

### **¿Cómo se propaga la influenza (gripe) porcina?**

La propagación de este virus de influenza (gripe) porcina A (H1N1), se cree que sucede de la misma manera que se propaga la influenza de la temporada. Los virus de influenza son propagados en su mayoría de persona a persona a través de la tos o estornudo de personas con influenza. Algunas personas pueden infectarse al tocar algo que tenga el virus de la influenza y después tocarse la boca o nariz.

### **¿Cómo puede alguien con influenza infectar a alguien más?**

Las personas infectadas podrían infectar a otros comenzando el día 1 antes que los síntomas se desarrollen y hasta 7 o más días después de ponerse enfermo. Esto significa que usted puede pasar la influenza a cualquier persona antes que usted se dé cuenta que está enfermo, como así también cuando está enfermo.

### **¿Qué debo hacer para evitar que me dé la influenza?**

Lo primero y más importante: lavar sus manos. Trate de estar con buena salud general; duerma bastante, manténgase físicamente activo, controle su estrés, tome bastantes líquidos y coma alimentos nutritivos. Trate de no tocar superficies que puedan estar contaminadas con el virus de la influenza; evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.

### **¿Hay medicinas para tratar la influenza (gripe) porcina?**

Sí. Los CDC recomiendan el uso de dos medicinas antivirales para el tratamiento y/o la prevención de la infección con estos virus de la influenza (gripe) porcina. Las medicinas antivirales son medicinas con receta (píldoras, líquido o un inhalador) que controlan la reproducción de los virus de la influenza en su cuerpo. Si usted se enferma, las medicinas antivirales pueden hacer que su enfermedad sea más leve y hacerle sentirse mejor mucho más rápido. También pueden prevenir complicaciones graves por la influenza. Para el tratamiento, las medicinas antivirales trabajan mejor si se comienzan a tomar tan pronto se enferme (dentro de los 2 días de los síntomas). Su médico decidirá si usted necesitará tratamiento con antivirales.

## ¿Por cuánto tiempo puede una persona infectada propagar la influenza (gripe) porcina a otros?

Las personas con infección del virus de la influenza (gripe) porcina se deben considerar contagiosas mientras tengan los síntomas y posiblemente hasta 7 días después de la aparición de la enfermedad. Los niños, especialmente los más chicos podrían estar contagiosos por períodos más largos.

## ¿Qué superficies son más propensas a ser fuente de contaminación?

Los gérmenes se pueden propagar cuando una persona toca algo que está contaminado con gérmenes y después se toca los ojos, nariz o boca. Las gotitas diminutas de la tos o del estornudo de una persona infectada se mueven a través del aire. Los gérmenes pueden ser propagados cuando una persona toca las gotitas respiratorias diminutas de otra persona que están sobre una superficie como un escritorio y después se toca sus ojos, boca o nariz antes de lavarse las manos.

## ¿Por cuánto tiempo pueden vivir los virus fuera del cuerpo?

Sabemos que algunos virus y bacterias pueden vivir 2 horas o más en superficies como mesas de cafeterías, agarraderas de puertas y escritorios. El lavado frecuente de las manos le ayudará a reducir la posibilidad de contagiarse de estas superficies comunes.

## ¿Qué puedo hacer para protegerme de enfermarme?

Por ahora no hay vacuna disponible para protegerlo contra la influenza (gripe) porcina, pero las acciones de sentido común pueden ayudar a prevenir la propagación de gérmenes. Siga estos pasos diarios para proteger su salud:

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude. Bote el pañuelo desechable después de usarlo.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar. Los limpiadores para mano a base de alcohol son también efectivos.
- Evite tocarse los ojos, nariz o boca; los gérmenes se propagan de esta forma.
- Trate de evitar el contacto cercano con personas enfermas.
- Si usted se enferma con la influenza, los CDC recomiendan que se quede en casa sin ir al trabajo o a la escuela y limitar el contacto con otras personas para evitar infectarlas.

## ¿Qué debo hacer si me enfermo?

Si usted vive en áreas donde han sido identificados casos de influenza (gripe) porcina y tiene fiebre mayor de 100 grados y al menos uno de los otros síntomas parecidos a los de la influenza, como dolor de cabeza y cuerpo, escalofrío, tos, problemas para respirar, dolor de garganta, vómito y/o diarrea, contacte a su proveedor de cuidado de salud, particularmente si está preocupado por sus síntomas. Su proveedor de cuidado de salud determinará si necesita una prueba para la influenza o tratamiento.

Si usted se enferma y experimenta alguno de las siguientes señales de peligro, busque cuidado médico de emergencia.

En los niños las señales de peligro de emergencia que necesitan atención médica urgente incluyen:

- Respiración rápida o problemas para respirar

- Color azulado de la piel
- No toma suficientes líquidos
- No se despierta o no interactúa
- Se mantiene tan irritable que el niño no desea que lo carguen
- Los síntomas como de influenza mejoran pero después regresan con fiebre y más tos.
- Fiebre con salpullido

En los adultos las señales de peligro de emergencia que necesitan atención médica urgente incluyen:

- Dificultad para respirar o falta de aire
- Dolor o presión en el pecho o abdomen
- Mareo repentino
- Confusión
- Vómito persistente o severo

### ¿Puedo contagiarme con la influenza (gripe) porcina al comer o preparar cerdo?

No. La influenza (gripe) porcina no se propaga por los alimentos; usted no puede contagiarse con la influenza (gripe) porcina al comer cerdo o productos de cerdo. El comer productos de cerdo cocinado y manipulado apropiadamente es seguro.

### ¿Debo usar una máscara?

No, en este momento no estamos recomendando a nadie a usar máscaras, con excepción de los proveedores de cuidado de salud quienes están trabajando con pacientes que tienen síntomas como de la influenza.

### ¿Cuál es la diferencia entre una pandemia y una epidemia?

Una influenza pandémica es un brote mundial de una enfermedad que ocurre cuando un nuevo virus de influenza aparece o “emerge” en la población humana causando enfermedad grave y que después se propaga fácilmente de persona a persona a nivel mundial.

Una epidemia de influenza es un brote propagado generalmente causado por los virus de la influenza humana de la temporada. El brote actual de la influenza (gripe) porcina en México es inusual, pero al mismo tiempo sería considerado una epidemia involucrando un nuevo tipo de influenza, no una pandemia.

### ¿Qué están haciendo los oficiales de salud pública?

Desde que los primeros casos fueron identificados, los oficiales de salud federales y locales, han vigilado la situación y han identificado a otros que han estado en contacto cercano con estos casos.

Los oficiales federales de salud han pedido a los Departamentos de Salud Pública de todo el país, a comenzar a vigilar a la comunidad por nuevos casos de influenza (gripe) porcina. El Departamento de Salud Pública del Condado de Santa Clara continúa proporcionando a los médicos locales, a los proveedores médicos y a los hospitales, información clínica acerca de la influenza (gripe) porcina, como así también cómo tomar muestras de pacientes con síntomas como de la influenza y cómo reportar los resultados al Departamento de Salud Pública.

El Departamento de Salud Pública del Condado de Santa Clara ha aumentado la vigilancia activa al tener trabajando enfermeras de salud pública con todos los hospitales del Condado de Santa Clara para asistir al personal de control de infección y reportar rápidamente los hallazgos al Departamento. El Departamento de Salud Pública ha preparado también recomendaciones y guías para los distritos escolares locales, para el Aeropuerto Internacional de San José y para asociados comunitarios, para proporcionar información a aquellos que puedan estar particularmente en riesgo.

### ¿Es este un acto de terrorismo?

En este momento el Departamento de Salud Pública tiene todas las indicaciones de que este es un acontecimiento natural de enfermedad. No hay datos o evidencia que sugiera que esto sea un acto de terrorismo.

### ¿Dónde puedo obtener más información?

Para las informaciones más actualizadas incluyendo las instrucciones de la Guía para Cuidado en Casa y la lista de preparación para una emergencia de influenza, visite el sitio del Internet del Departamento de Salud Pública del Condado de Santa Clara en [www.sccphd.org](http://www.sccphd.org). Usted también puede llamar al 2-1-1 o a la Línea de Información de Salud Pública al 408.885.3980.

Para más información acerca de la influenza (gripe) porcina, visite el sitio del Internet [www.cdc.gov/flu/swine](http://www.cdc.gov/flu/swine)

Para información en español visite el sitio del Internet [http://www.cdc.gov/flu/swine/espanol/swine\\_espanol.htm](http://www.cdc.gov/flu/swine/espanol/swine_espanol.htm)