

# Condado de Santa Clara

## Departamento de Salud Pública



976 Lenzen Avenue  
San Jose, California 95126

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA  
4 de noviembre de 2009

Contacto: Joy Alexiou 408.595.2936  
Oficial de Información Pública

Departamento de Salud Pública del Condado de Santa Clara

## El Departamento de Salud Pública Ofrece Instrucciones en Caso de que se Enferme con Síntomas de la Gripe

**La mayoría de las personas sanas que se enferman con H1N1 se recuperan sin tratamiento médico**

**San Jose, California** – En las próximas semanas los suministros de la vacuna contra la gripe H1N1 continuarán estando limitados. El Departamento de Salud Pública del Condado de Santa Clara (PHD) recibió la información de que 85 proveedores médicos públicos y privados del Condado de Santa Clara recibirán la vacuna esta semana pero todavía estarán limitadas las cantidades.

“Con los suministros limitados de la vacuna contra la gripe H1N1, es importante que aquellos de nosotros que estamos sanos esperemos a que la vacuna esté ampliamente disponible”, dijo Ken Yeager, Supervisor del Condado de Santa Clara. “La mayoría de personas con buena salud que se enferman por este virus se recuperarán sin necesidad de atención médica. Pero las personas que tienen riesgo de complicaciones podrían terminar hospitalizadas o peor, por lo que es muy importante vacunarlas primero”.

Debido a los suministros limitados de la vacuna contra el H1N1, el PHD recomienda que se vacune primero a los siguientes grupos:

- Mujeres embarazadas
- Niños y jóvenes entre las edades de 6 meses y 24 años
- Personas que cuidan o viven con bebés menores de seis meses
- Adultos entre las edades de 25 y 64 años que tienen afecciones médicas que los ponen en riesgo de enfermarse gravemente y morir debido al virus de la gripe H1N1
- Personal de servicios médicos de emergencia y de salud

El PHD tendrá una clínica para los grupos mencionados anteriormente el 7 de noviembre en Santa Clara County Fairgrounds. Se le solicita a las personas que no están en uno de estos grupos que esperen hasta que hayan más vacunas contra el H1N1 disponibles. En el sitio web del Departamento se encuentra una lista de otras clínicas públicas con suministros muy limitados de la vacuna.

Debido a que hay muchos residentes del Condado de Santa Clara que no se han podido vacunar y que están preocupados, el Departamento de Salud Pública ha proporcionado las siguientes instrucciones sobre qué se debe hacer cuando está enfermo con la gripe H1N1 y cuándo debe buscar atención médica.

1. Todos los días verifique la salud. Si usted o su hijo/a empieza a tener síntomas que parecen de gripe, quédese en su casa sin ir al trabajo o a la escuela y observe la enfermedad. Los síntomas de la gripe H1N1 pueden aparecer rápidamente y usualmente incluyen fiebre (más de 100°F), tos, dolor de garganta, secreción nasal o nariz tapada, dolor de cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos y cansancio extremo. Muchas personas infectadas con el virus H1N1 también han presentado diarrea y vómitos.

2. Descanse mucho y asegúrese de tomar mucha agua y otros líquidos claros. Puede tratar la fiebre y los dolores con medicinas que no necesitan receta médica. Siga las instrucciones del fabricante. Quédese en casa hasta que ya no tenga fiebre por lo menos durante 24 horas (sin que haya tomado cualquier medicamento que baje la fiebre). La mayoría de personas sanas que se enferman con la gripe H1N1 se recuperarán sin necesitar tratamiento médico.

3. Si usted está en uno de los siguientes grupos, al aparecer las primeras señales de una enfermedad parecida a la gripe debe comunicarse con su proveedor médico y hablar sobre recibir medicamentos antivirales:

- Mujeres embarazadas y las madres con niños menores de 2 meses de edad
- Niños menores de 2 años de edad
- Personas con afecciones médicas crónicas o sistemas inmunológicos debilitados
- Personas menores de 19 años de edad y que están en terapia de aspirina a largo plazo.
- Personas mayores de 65 años de edad

El Departamento de Salud Pública ha proporcionado las instrucciones para la comunidad médica local para el tratamiento de estos grupos de personas con medicamentos antivirales. Los medicamentos antivirales (pastillas, líquidos o inhaladores) disminuyen la capacidad de reproducción de los virus de la gripe. De acuerdo con los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), los medicamentos antivirales deben iniciarse en el transcurso de dos días después de enfermarse. Cuando se utilizan de esta manera, estos medicamentos pueden reducir la gravedad de los síntomas y prevenir las complicaciones serias de la gripe.

4. Si usted es una persona sana y se enferma con la gripe, llame inmediatamente a su médico si:

- Empeoran sus síntomas
- Tiene dificultad para respirar
- Se deshidrata debido a vómitos o diarrea

5. Busque atención médica inmediata si tiene lo siguiente (por ejemplo, la sala de emergencia):

- Problemas para respirar
- Convulsiones
- Dolor en el pecho
- No deja de vomitar
- Confusión
- Mejoran los síntomas y luego regresan con fiebre y la tos empeora

6. Mientras esperamos para que hayan más vacunas disponibles, hay mucho que usted puede hacer para combatir la gripe: lávese las manos con frecuencia y use desinfectantes de manos; mantenga sus manos alejadas de sus ojos, nariz y boca; manténgase alejado de las personas enfermas y mantenga limpias las superficies de su casa y área de trabajo. Para obtener más información sobre la gripe H1N1 y las clínicas de vacunación, visite [www.sccphd.org](http://www.sccphd.org)