

# Hoja de Datos sobre Salud Pública



HEALTH DIVISION  
Department of Health & Human Services

[oakgov.com/health](http://oakgov.com/health)

## La 2009 Gripe H1N1 (gripe porcina)

### ¿Qué es la 2009 gripe H1N1 (gripe porcina)?

La 2009 gripe H1N1 (gripe porcina) es una infección viral de las vías respiratorias, muy similar a la gripe estacional. Fue identificado por primera vez en abril de 2009 y se ha convertido en el virus de la gripe predominantes que causan la enfermedad.

### ¿Quién puede conseguir la 2009 gripe H1N1 (gripe porcina)?

Niños y adultos jóvenes menores de 25 años de edad han tenido la mayoría de las enfermedades. Personas mayores de 65 años y más han padecido una enfermedad muy poco.

### ¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas comienzan de repente, con fiebre, dolor de cabeza, dolor muscular, tos, escurrimiento nasal, escalofríos y dolor de garganta. A veces los niños pueden tener dolor de estómago y diarrea. La tos puede durar 2-7 días.

### ¿Cómo se contagia la 2009 gripe H1N1 (gripe porcina)?

La 2009 gripe H1N1 (gripe porcina) se propaga de persona a persona por secreciones de la nariz, garganta y boca, por el estornudo, la tos, y al hablar. El virus puede sobrevivir en superficies de hasta 8 horas a temperatura ambiente. A veces la gente se infecte al tocar algo con el virus de la gripe H1N1 en ella luego se tocan la boca o la nariz. **Usted no puede infectarse al comer carne de cerdo o productos de cerdo.**

### ¿Cuanto tiempo es una persona contagiosa?

Generalmente 1 día antes del comienzo de los síntomas hasta 7 o más días después de enfermarse.

### ¿Es la 2009 gripe H1N1 Novedosa peligrosa?

Puede ser. La mayoría de las personas están enfermas por sólo unos pocos días. Algunos, sin embargo, pueden desarrollar neumonía.

### ¿Hay un tratamiento para la 2009 gripe H1N1 (gripe porcina)?

Quédate en casa, descansa y beba muchos líquidos. Los medicamentos con receta llamados agentes antivirales pueden utilizarse para prevenir o tratar la gripe. Los niños y adolescentes con la gripe no se debe administrar aspirina o productos por el riesgo de desarrollar síndrome de Reye.

### ¿Cómo se puede prevenir la 2009 gripe H1N1 (gripe porcina)?

- La vacuna debe estar disponible el otoño de 2009.
- Evite el contacto con personas infectadas o enfermas de lo posible.
- Tosa o estornude en su manga.
- No se toque los ojos, la nariz o la boca. Los gérmenes se propagan de esta manera.
- Obtener una vacuna contra la gripe anual si usted es un miembro o cuidador de un grupo de alto riesgo.
- Si usted está enfermo, quédese en casa y evite el contacto con los demás.

Otro Lado



# Instrucciones de Lavado de Manos

- Utilice el jabón y la agua corriente
- Frote las manos enérgicamente durante 20 segundos
- Lavar todas las superficies, incluyendo:
  - El reverso de las manos
  - Las muñecas
  - Entre los dedos
  - Debajo de las uñas
- **Enjuague** bien
- **Séquese** las manos con una toalla de papel
- **Cierre el agua con una toalla de papel**

Para más información sobre el Lavado de Manos, llame al (248) 858-1406 o gratis a 1 (800) 848-5533

Para copias adicionales, visite nuestra página web en [www.oakgov.com/health](http://www.oakgov.com/health)

La División de Salud del Condado de Oakland no negará participación en sus programas basados en la raza, sexo, religión, origen nacional, edad o discapacidad. Los requisitos de la elegibilidad del estado y el gobierno federal solicitarán ciertos programas.

Zizumbo: H:\FLU\Flu 2009\Fact Sheets Revised 9/2009

H:\FLU\Flu 2009\Fact Sheets\fs\_swine\_spanish.doc Revised 4/27/09