

1 de mayo de 2009

GRIFE PORCINA: PREGUNTAS FRECUENTES

Sobre la enfermedad

¿Cómo se contagia la gripe por A(H1N1)?

Los brotes en el ser humano se están produciendo por transmisión de persona a persona. Cuando los individuos infectados tosen o estornudan, las gotículas contaminadas expulsadas pasan a sus manos, se depositan en superficies o quedan dispersas en el aire. Otra persona puede respirar el aire contaminado, o tocar las manos o superficies afectadas, y verse así expuesta. A fin de prevenir la propagación, hay que cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo al toser, y lavarse las manos regularmente.

¿Cuáles son los signos y síntomas de la infección?

Los primeros signos de infección por el virus A(H1N1) consisten en un cuadro gripal, con fiebre, tos, cefalea, dolores musculares y articulares, dolor de garganta y rinorrea, y a veces vómitos y diarrea.

Respecto al estudio del primer brote, ¿han recibido retroinformación del equipo de la OMS enviado a México para investigarlo?

Los equipos están enviando ya datos epidemiológicos, pero tendremos más información en los próximos días.

¿Se ha confirmado la transmisión entre cerdos y hombres?

No.

¿Se dispone de algún tipo de información sobre el impacto económico que ha tenido el brote hasta ahora?

No.

1 de mayo de 2009

GRIPE PORCINA: PREGUNTAS FRECUENTES

¿Por qué preocupa tanto la posibilidad de que se confirme la pandemia cuando miles de personas mueren cada año a causa de la gripe estacional?

Cada año se declaran epidemias estacionales, pero podemos combatir el virus con las vacunas estacionales. Una pandemia es una epidemia mundial, y en este caso la amenaza es un virus nuevo frente al que la población carece de inmunidad.

¿Qué puedo hacer?

¿Cuáles son las recomendaciones respecto al uso de mascarillas?

Si no está enfermo, no hace falta que use mascarilla. Pero si ha de cuidar a alguien que sí lo esté, deberá usarla. Todas las mascarillas caseras deberán limpiarse regularmente.

Si se encuentra enfermo, permanezca en casa y evite el contacto con los demás.

¿Cómo puedo protegerme del contagio de personas infectadas?

Para protegerse, aplique las medidas generales de prevención de la gripe:

- Evite el contacto directo con personas de aspecto enfermizo o que tengan fiebre y tos.
- Lávese las manos con agua y jabón a menudo y concienzudamente.
- Lleve una buena higiene de vida: duerma bien, coma alimentos nutritivos y manténgase físicamente activo.

Si hay algún enfermo en la casa:

- Procure que el enfermo ocupe una zona aparte en la casa. Si eso no es posible, mantenga una separación de 1 metro entre el paciente y las demás personas.
- Tápanse la boca y la nariz cuando cuide al enfermo. Encontrará máscaras en el comercio, o puede fabricarlas con los materiales que tenga a mano, siempre que sean desechables o se puedan lavar convenientemente.
- Lávese las manos concienzudamente con agua y jabón después de cada contacto con el enfermo.

1 de mayo de 2009

GRIPE PORCINA: PREGUNTAS FRECUENTES

- Trate de mantener bien ventilada la zona donde se encuentra el enfermo. Utilice las ventanas y las puertas para crear corrientes de aire.
- Mantenga limpio el entorno utilizando productos domésticos de limpieza. Si vive en un país donde la gripe porcina ha causado la muerte de alguna persona, atégase a los consejos que dicten las autoridades locales de salud.

¿Qué debo hacer si creo que tengo gripe por A (H1N1)?

Si se siente mal, tiene fiebre alta, tos o dolor de garganta:

- Quédese en casa y, en la medida de lo posible no acuda al trabajo, a la escuela ni a lugares muy concurridos.
- Descanse y tome muchos líquidos.
- Cúbrase la boca y la nariz con pañuelos desechables cuando tosa o estornude, y tire los pañuelos usados en un sitio adecuado.
- Lávese las manos con agua y jabón de forma frecuente y meticulosa, sobre todo después de toser o estornudar.
- Informe a sus familiares y amigos de que está enfermo y busque ayuda para las tareas domésticas que exigen contacto con otras personas, tales como la compra.

¿Qué debo hacer si necesito atención médica?

- Póngase en contacto con su médico u otro profesional sanitario antes de viajar, y cuénteles sus síntomas. Explíqueles por qué cree que tiene gripe por A (H1N1) -por ejemplo, si ha viajado recientemente a un país afectado por un brote humano de gripe por A (H1N1)- y siga sus consejos.
- En caso de que no pueda contactar con su dispensador de atención sanitaria de antemano, haga saber su sospecha de que padece gripe porcina en cuanto llegue al centro sanitario.
- Tome la precaución de cubrirse la boca y la nariz durante los viajes.