

# Infórmate sobre la influenza

## ¿Qué es la influenza A H1N1?

La nueva influenza A H1N1 (a la que en un comienzo se le llamó "gripe porcina") es la infección por un nuevo virus de influenza que causa enfermedades en las personas. En los Estados Unidos, México y Canadá, este nuevo virus se detectó por primera vez en las personas en abril de 2009. Este virus se transmite de persona a persona en forma similar a como se propagan los virus de la influenza o gripe estacional.

## Transmisión

Se cree que la propagación de este nuevo virus H1N1 está ocurriendo de la misma forma en que se propaga la influenza estacional. Los virus de la influenza se transmiten principalmente de persona a persona cuando alguien con esta enfermedad tose o estornuda. Algunas veces, las personas pueden contagiarse al tocar algo que tiene los virus de la influenza y luego llevarse las manos a la boca o a la nariz.

## Síntomas

- Fiebre
  - Dolor de cabeza
  - Dolores musculares
  - Cansancio extremo
  - Congestión o secreción nasal
  - Dolor de garganta
  - Tos seca severa y de larga duración
- 
- La fiebre y los dolores musculares pueden durar entre tres y cinco días.
  - La tos y la falta de energía pueden durar dos semanas o más.
  - Otros síntomas, particularmente en los niños, podrían ser náuseas, vómitos y diarrea.

## Qué hacer:

- Cúbrase la nariz y boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar.
- Deseche el pañuelo después de utilizarlo.
- Lávese las manos con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar. Los desinfectantes para manos que contienen alcohol (hand sanitizers) son también efectivos.
- Evite contacto estrecho con personas enfermas.
- Evite tocar ojos, nariz o boca con manos no lavadas.
- Si siente síntomas de influenza, permanezca en su casa y limite su contacto con otras personas para evitar infectarlos. Si persisten síntomas, contacte a su médico primario.

**¡Precaución!** NO ingiera aspirina (ácido acetilsalicílico) o productos que contengan aspirina.

## Más Información

Si desea información adicional sobre el tema puede acceder los enlaces de Internet:

- <http://10x10.upr.edu/>
- <http://www.salud.gov.pr/InfluenzaPorcina>
- <http://www.cdc.gov/h1n1flu>