

Datos sobre la Gripe Porcina

Que es la gripe porcina?

La influenza porcina (gripe porcina) es una enfermedad respiratoria de los cerdos. Al igual que todos los virus de la influenza, el virus de la gripe porcina cambia constantemente. Los cerdos pueden ser infectados por la gripe aviar y el virus de la gripe humana, así como los virus de la gripe porcina.

Pueden los seres humanos infectarse de la gripe porcina?

El virus de la gripe porcina no suele infectar a los humanos. Sin embargo, a finales de Marzo y principios de Abril del 2009, casos de infección humana con el virus de la gripe porcina A (H1N1) se notificaron en Los Estados Unidos e internacionalmente. Una version actualizada de casos confirmados de infección de la gripe porcina en Los Estados Unidos se mantiene en <http://www.cdc.gov/swineflu/investigation.htm>.

Puedo obtener la gripe porcina al comer o preparar carne de cerdo?

No. Los virus de la influenza porcina no se transmiten por los alimentos. Usted no puede contraer la gripe porcina al comer carne de cerdo o productos del cerdo. Comer productos cocidos y adecuadamente manipulados de carne de cerdo es seguro.

Cuáles son los síntomas de la gripe porcina en los humanos?

Los síntomas de la gripe porcina son similares a los síntomas de la gripe estacional que incluye fiebre, tos, dolor de garganta, dolores en el cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos y cansancio. Algunas personas han reportado diarrea y vómito asociados con la gripe porcina. Al igual que la gripe estacional, la gripe porcina puede causar un empeoramiento en las condiciones médicas crónicas.

Cómo puede ser diagnosticada la gripe porcina en los humanos?

Para diagnosticar la infección de la gripe porcina A, una muestra respiratoria (de un hisopo nasal), en general, deben de ser recogidos dentro de los primeros 4 a 5 días de la enfermedad. La identificación del virus de la influenza gripe porcina A requiere mandar las muestras a un laboratorio para que sean examinadas.

Cómo se propaga la gripe porcina?

La propagación del virus de la influenza porcina A (H1N1) se cree que está sucediendo en la misma forma en que se propaga la gripe estacional. El virus de la gripe se propaga principalmente de persona a persona a través de la tos o estornudos de las personas con influenza. A veces, las personas pueden infectarse al tocar algo con el virus de la gripe y luego tocarse la boca o la nariz.

Qué debo hacer para no contraer la gripe?

Lo más importante y primero que todo: lávese las manos. Trate de mantenerse en Buena salud. Duerma bastante, mantengase físicamente activo, controle el estrés, beba mucho líquidos y coma alimentos nutritivos. Trate de no tocar las superficies que puedan estar contaminadas con el virus de la gripe. Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.

Cuánto tiempo puede una persona infectada transmitir la gripe porcina a otras personas?

La persona con la infección del virus de la gripe porcina debe considerarse potencialmente contagiosa en la medida en que son sintomáticos y posible para un máximo de 7 días siguiendo a la enfermedad de inicio. Los niños, especialmente los niños más pequeños, podría ser potencialmente contagiosos durante períodos más largos.

Qué puedo hacer para protegerme y no enfermarme?

No hay vacuna disponible ahora para proteger contra la gripe porcina. Hay acciones diarias que pueden ayudar a prevenir la propagación de los gérmenes que causan enfermedades respiratorias como la gripe. Tome estos pasos todos los días para proteger su salud:

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo cuando tosa o estornude. Tira el tejido en la basura después de usarlo.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar. Manos a base de alcohol de limpieza también son eficaces.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca. Los gérmenes se propagan de esta manera.
- Evite el contacto con personas enfermas.
- Si usted se enferma con la gripe, debe quedarse en casa, no vaya al trabajo o la escuela y limite el contacto con otras personas para evitar infectarlos.

Qué debo hacer si me enfermo?

Si usted vive o ha viajado a zonas donde se han identificado casos de la gripe porcina y está enfermo con síntomas gripales, como fiebre, dolores en el cuerpo, nariz que moquea, dolor de garganta, náuseas o vómitos o diarrea, es posible que desee ponerse en contacto con su proveedor de servicios de salud, especialmente si está preocupado acerca de sus síntomas. Su proveedor de atención médica determinará si las pruebas de gripe o el tratamiento es necesario. Si usted está enfermo, debe quedarse en casa y evitar el contacto con otras personas tanto como sea posible para evitar que su enfermedad se propague a otras personas. Si usted se enferma y experimenta alguna de las señales de advertencia que figuran a continuación, busque atención médica de emergencia.

En los niños las señales de advertencia de emergencia que necesita atención médica urgente son:

- Respiración rápida o dificultad para respirar
- Piel de color azulado
- No bebe suficiente líquidos
- No quiere despertarse o no quiere interactuar
- Se pone tan irritado que el niño no quiere que ni lo tenga entre los brazos
- Síntomas de la gripe que mejoran, pero luego regresan con fiebre y tos peores
- Fiebre con erupción o sarpullido

En los adultos, las señales de advertencia de emergencia que necesitan atención médica urgente son:

- Dificultad al respirar o corto de aire
- Dolor o presión en el pecho o el abdomen
- Mareos repentinos
- Confusión
- Vómitos persistentes o graves

Dónde puedo obtener más información?

- El CDC's sitio web de la gripe porcina es, <http://www.cdc.gov/swineflu/>, es actualizado frecuentemente y es la mejor fuente de información general.
- La Salud Pública del Condado de Catawba puede ser alcanzado al 828.695.5800 o puede visitar la página web de la Salud Pública al <http://www.catawbacountync.gov/phealth>.
- Residentes de Carolina del Norte también pueden llamar a la Línea de Atención del Departamento de Salud y Servicios Humanos al 1- 800-662-7030 (Inglés/ Español) o al 1- 877-452-2514 (TTY).