



## HOJA DE DATOS DE SALUD PÚBLICA

Comisión de Salud Pública de Boston  
División de Control de Enfermedades  
Contagiosas  
Boston Public Health Commission  
Communicable Disease Control Division  
1010 Massachusetts Avenue  
Boston, MA 02118  
Teléfono: 617-534-5611 Fax: 617-534-5905

# Influenza H1N1 del 2009

### ¿Qué es la influenza H1N1 del 2009?

La influenza H1N1 del 2009, conocida inicialmente como "gripe porcina", es una nueva cepa del virus de influenza que enferma a las personas. Este tipo específico de influenza H1N1 se reportó por primera vez en los Estados Unidos en abril de 2009 y actualmente se ha encontrado en muchas otras partes del mundo. La influenza H1N1 del 2009 se transmite de la misma forma que la gripe estacional, causa los mismos síntomas y se trata de igual manera. La diferencia principal entre la gripe estacional y la influenza H1N1 del 2009 es que, al ser una nueva cepa de gripe, la mayor parte de las personas no tiene la inmunidad o la protección contra ella. Por ende, ya que pocas personas están protegidas contra la influenza H1N1 del 2009, son más las personas que se podrían enfermar con este nuevo tipo de gripe.

### ¿Cuáles son los síntomas de la influenza H1N1 del 2009?

Los síntomas son similares a los de la gripe estacional e incluyen fiebre repentina, tos, dolor de garganta, dolores musculares, dolor de cabeza, escalofríos y debilidad general. La gripe puede también causar diarrea y vómitos en algunas personas. Los síntomas pueden fluctuar entre leves a severos.

### ¿Cómo se propaga la influenza H1N1 del 2009?

Se cree que la influenza H1N1 del 2009 se propaga de la misma forma que la gripe estacional ya que los virus que causan la gripe se alojan en la nariz y la garganta y se propagan por el aire cuando una persona infectada estornuda o tose. Las personas que se encuentren cerca pueden inhalar el virus. Los síntomas de la gripe generalmente aparecen de 1 a 3 días después de que la persona inhala el virus. Una persona infectada es más contagiosa 1 día antes del inicio de los síntomas y hasta 4 días después; sin embargo, el virus se podrá propagar durante períodos de tiempo más largos en algunas personas, particularmente aquellas con sistemas inmunes debilitados y los niños.

### ¿Puedo contagiarme con influenza H1N1 del 2009 por comer cerdo?

No, la influenza H1N1 del 2009 no se contagia a través de la comida. Es seguro comer productos del cerdo que hayan sido manejados y cocidos apropiadamente.

*Continúa*

### **¿Existe alguna vacuna para la influenza H1N1 del 2009?**

La Administración de alimentos y fármacos (FDA, por sus siglas en inglés) aprobó una vacuna para proteger contra la influenza H1N1 del 2009. Es importante recordar que la vacuna para la gripe estacional no lo protegerá contra la influenza H1N1 del 2009. La vacuna contra la influenza H1N1 del 2009 está disponible en cantidades limitadas. Se espera que haya más vacunas disponibles más adelante en el otoño. El suministro inicial de vacunas se le está ofreciendo a aquellos en mayor riesgo, incluyendo a las mujeres embarazadas, los niños de seis meses o más, personas en el hogar u otras personas en contacto cercano con niños menores de seis meses, adultos con problemas médicos subyacentes y trabajadores de atención médica o de emergencias. De acuerdo a la información de los casos de influenza H1N1 del 2009 hasta la fecha, no se considera que los ancianos estén en alto riesgo de contraer la influenza H1N1 del 2009.

### **¿Qué debo hacer si contraigo la gripe?**

Por lo general, la gripe dura de 3 a 7 días. Consuma mucho líquido y descanse mucho. Los medicamentos como el acetaminofeno o el ibuprofeno pueden usarse para ayudar a aliviar la fiebre. Asegúrese de seguir las instrucciones en el paquete para la edad específica de la persona que va a tomar el medicamento. No le dé aspirina a los niños debido al riesgo del Síndrome de Reye, una enfermedad rara pero grave. Los descongestionantes pueden ayudar a aliviar la nariz tapada o la presión en los senos frontales en los adultos y los niños mayores de 4 años de edad. Su proveedor de atención médica podrá determinar si necesita tratamiento o si se requiere que se practique una prueba de influenza. Consulte a su médico si los síntomas parecen graves o continuos.

### **¿Hay algún medicamento que pueda tomar?**

Para la mayoría de las personas con influenza, el tratamiento más importante es descansar, tomar líquidos y tomar medicamentos para controlar la fiebre. Los medicamentos antivirales se recomiendan mayormente a las personas con alto riesgo de desarrollar complicaciones de la gripe. La mayoría de las personas no necesita un medicamento antiviral. Estos medicamentos tienen que ser recetados por un médico. Estos medicamentos son más efectivos si se comienzan a tomar dentro de las primeras 48 horas después del inicio de los síntomas. Estos medicamentos pueden reducir los síntomas de la gripe y acortar el tiempo que se esté enfermo de 1 a 2 días.

### **¿Cómo puedo evitar que se propague la gripe?**

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable cada vez que tosa o estornude. Tire a la basura el pañuelo desechable usado. Si no tiene un pañuelo desechable, estornude o tosa cubriéndose con la parte superior de la manga de su blusa o camisa.
- Lávese las manos con agua y jabón, especialmente luego de toser o estornudar. También puede usar un limpiador para manos a base de alcohol.
- Quédese en su casa si está enfermo(a). Se recomienda que se quede en la casa durante 24 horas después de que la fiebre haya desaparecido (sin usar medicamentos para bajar la fiebre). *Para la mayoría de las personas esto significa quedarse en casa por lo menos cuatro días; el regresar a las actividades públicas antes de este período podría propagar la infección a otras personas.* Si es posible, evite el contacto cercano con personas enfermas.

**Para más información, por favor comuníquese con la  
Boston Public Health Commission  
(Comisión de Salud Pública de Boston)  
Línea de Salud de la Alcaldía  
al (617) 534-5050 o en [www.bphs.org](http://www.bphs.org)**