

## **INFLUENZA A H1N1: RECOMENDACIONES PARA LA POBLACIÓN.**

### **Definición**

Es la infección de gripe que se detecta en los cerdos. El virus que causa esta infección en los cerdos puede cambiar (mutar) y volverse infeccioso para los humanos. Esta enfermedad puede ser grave si se presenta en los humanos, ya que pueden no tener inmunidad contra ella.

### **Otros Nombres**

Gripe porcina, las nomenclaturas usadas han sido objeto de diversas controversias. El 30 de abril de 2009 la Organización Mundial de la Salud (OMS) decidió denominarla gripe A (H1N1)

### **Causas**

En la primavera del 2009 (correspondiente al hemisferio norte), se confirmaron casos de infección en humanos con la gripe A (H1N1) en México y en varios estados en los Estados Unidos; y posteriormente, se informaron casos de infección en humanos en otros países.

El virus de la gripe A (H1N1) es contagioso y puede propagarse de una persona a otra. En este momento, se desconoce con qué facilidad se puede propagar entre las personas.

Se sabe que los virus de la gripe pueden propagarse de los cerdos a las personas y viceversa. Sin embargo, usted **NO PUEDE** contraer el virus de la gripe A (H1N1) por comer carne de cerdo.

La infección de una persona a otra con el virus de la gripe A (H1N1) probablemente ocurre de la misma manera que la gripe estacional, cuando una persona infectada tose o estornuda, pequeñas gotitas son expelidas; y pueden contener el virus. Estas microgotas pueden ser inhaladas por otras personas. Otra forma de infección puede ser por tocar algo que contenga el virus, como un picaporte, un mostrador o cualquier otra superficie, y luego tocarse la boca o la nariz.

Usted puede consultar el sitio de Internet del Ministerio de Salud de la Nación, en el que aparecen partes frecuentes con la actualización de los casos de infecciones por gripe A (H1N1) confirmados por la Organización Mundial de la Salud, para distintos países; y también el número de casos en la Argentina, discriminado según provincias.

En su sitio web, el Ministerio de Salud de la Nación pone a disposición de la población un número telefónico al que Ud. puede llamar sin cargo y donde puede efectuarse ante cualquier duda, durante las 24 horas: : 0-800-222 1002. (Opción 1).

### **Síntomas**

Los síntomas de la infección de gripe A(H1N1) en los humanos son similares a los síntomas gripales clásicos, que podrían abarcar:

- Fiebre mayor de 38°C
- Tos
- Dolor de garganta
- Dolor de cabeza
- Escalofríos (“Chuchos de frío”)
- Dolores musculares
- Diarrea
- Vómitos

### **Pruebas y exámenes de laboratorio**

Si usted cree que ha estado expuesto a la influenza H1N1, sería deseable que llame al médico antes de la consulta. Esto le dará oportunidad al personal para tomar las precauciones apropiadas con el fin de protegerse ellos y a otros pacientes durante su visita al consultorio.

Si la influenza A (H1N1) se generaliza, habrá poca necesidad de seguir evaluando a las personas, de manera que su médico puede decidir no hacer pruebas para el virus de la gripe A (H1N1).

Su médico puede llevar a cabo el siguiente examen físico:

- Auscultación (para detectar ruidos respiratorios anormales)
- Radiografía del tórax
- También podrá hacer pruebas para detectar el virus de la gripe A (H1N1) usando un hisopado nasofaríngeo (un exudado de la parte posterior interna de la nariz) o haciendo un cultivo con dicho virus.

Sin embargo, esto probablemente sucederá sólo si usted:

Está en alto riesgo de sufrir complicaciones de la gripe

Está muy enfermo

### **Tratamiento**

La mayoría de las personas que contraen la gripe H1N1 probablemente se recuperarán sin necesidad de cuidados médicos. Sin embargo, los médicos pueden prescribir medicamentos antivirales para tratar a las personas que resulten muy enfermas con la gripe o se encuentran en alto riesgo de sufrir complicaciones de la gripe. Estos medicamentos funcionan mejor si usted los recibe dentro de los dos días después de resultar enfermo. Los puede recibir posteriormente a ese lapso si está muy enfermo o si tiene un alto riesgo de complicaciones.

No se debe administrar ácido acetilsalicílico (aspirina) ni productos que lo contengan a ninguna persona de 18 años de edad o menor.

### **MUY IMPORTANTE: Cuándo contactar a un profesional médico:**

Si usted está enfermo y tiene cualquiera de los siguientes signos de advertencia, busque atención médica urgente.

#### **En los niños, los signos de emergencia incluyen, uno o varios de los siguientes:**

*Respiración rápida o problemas para respirar*

*Color de la piel azulado o gris*

*No tomar líquidos suficientes*

*Vómitos profusos o persistentes*

*No despertarse ni interactuar con el medio ambiente*

*Gran irritabilidad, incluso hasta puede rechaza ser levantado*

*Mejoría de los síntomas seudogripales, pero luego retornan con fiebre y una tos peor*

#### **En los adultos, los signos de emergencia abarcan:**

- *Disnea o dificultad para respirar*
- *Dolor o presión en el pecho o el abdomen*
- *Vértigo súbito*

- **Confusión**
- **Vómitos profusos o persistentes**
- **Los síntomas gripales mejoran, pero luego retornan con fiebre y una tos peor**

### **Prevención**

Para prevenir la infección de la gripe H1N1, las personas que viven en la misma casa de alguien a quien le han diagnosticado el virus deben preguntarle al médico si también necesitan una receta para estos medicamentos.

### **Recomendaciones generales.**

Es apropiado que Ud:

- SE LAVE FRECUENTEMENTE LAS MANOS CON AGUA Y JABÓN. También puede utilizar alcohol, y alcohol en gel, pero el lavado de manos es una medida muy eficaz y al alcance de todos.
- Se cubra la boca y la nariz, al toser o estornudar, con un pañuelo descartable o con el ángulo interno del codo, y se lave las manos inmediatamente.
- Evite llevarse las manos a los ojos, la nariz o la boca.
- Evite acercarse a personas con síntomas de gripe
- Ventile y permita la entrada de sol en su casa, y en las oficinas y demás lugares cerrados
- Evite el saludo con besos o dar la mano
- No comparta vasos, cubiertos, alimentos ni bebidas.
- No comparta el mate!!!
- Sea muy cuidadoso en la limpieza de espacios y objetos de uso común: la cocina, el baño, toallas, picaportes, barandas, teléfonos, juguetes y otros objetos que habitualmente se comparten.
- Mantenga una alimentación variada y saludable. Respete sus horarios de descanso.
- Las personas que trabajan con cerdos que podrían estar infectados deben usar ropa protectora y máscaras respiratorias especiales.

*Transcribimos una recomendación del Ministerio de Salud de la Nación sobre el uso de barbijos..*

“El uso de barbijos en las personas que no están enfermas de gripe no es una medida de prevención de esta enfermedad. Sólo es necesaria su utilización por parte de personal de salud que está a cargo de la atención de pacientes con sospecha de infección por virus de la gripe y enfermos”.

Si usted efectivamente se enferma, quédese en su casa y no concurra al trabajo ni a la escuela.

### **Pronóstico**

El pronóstico depende de la gravedad de la infección y del tipo de virus de influenza que lo causó.

### **Complicaciones posibles**

La enfermedad severa puede ocurrir junto con:

Neumonía

Insuficiencia respiratoria

Muerte

Al igual que la gripe estacional, la gripe H1N1 puede empeorar otros problemas de salud crónicos.

*La información aquí contenida no debe utilizarse durante ninguna emergencia médica, ni para el diagnóstico o tratamiento de alguna condición médica.*

*La información aquí contenida no reemplaza a la consulta médica; debe consultarse a un médico para el diagnóstico y tratamiento de todas y cada una de las condiciones médicas aquí descritas.*