



MID-MICHIGAN DISTRICT HEALTH DEPARTMENT

An Accredited Local Public Health Department

www.mmdhd.org

CLINTON
Branch Office
1307 E. TOWNSEND RD.
ST. JOHNS, MI 48879-9036
989-224-2195

GRATIOT
Branch Office
151 COMMERCE DRIVE
ITHACA, MI 48847-1627
989-875-3681

MONTCALM
Branch Office
615 N. STATE ST., STE. 1
STANTON, MI 48888-9702
989-831-5237

ADMINISTRATIVE OFFICES
SUITE 2
615 N. STATE STREET
STANTON, MI 48888-9702
989-831-5237

Board of Health
Jack A. Enderle
Patricia K. Gillis
Tom Lindeman
Paul E. McNamara
Roland Merignac
Carl Paepke

KIMBERLY SINGH, M.A.
Health Officer

ROBERT GRAHAM, DO, MPH, FAAFP
Medical Director

Influenza H1N1 (Influenza o gripe Porcina) Hoja Informativa

Esta hoja informativa esta diseñada solo para información y no debe ser usada para diagnostico o como sustituto de comunicación directa con servicios médicos. Si usted tiene preguntas acerca del virus influenza H1N1 (influenza porcina), por favor contacte su proveedor de servicios médicos.

Infecciones de Influenza H1N1 (influenza porcina)

- A finales de marzo y principios de abril del 2009, casos en humanos infectados con influenza H1N1 (influenza porcina) fueron identificados internacionalmente y en Estados Unidos
- Se cree que las vacunas para protección contra influenza que ocurre periódicamente no proveen ninguna protección contra la influenza H1N1 (influenza porcina).

Como ocurre el contagio de la influenza H1N1 (influenza porcina)?

- Los virus de influenza son generalmente transmitidos de persona a persona cuando alguien infectado tose o destornuda. La influenza H1N1 (influenza porcina) **NO** se transmite al comer carne de cerdo o productos que contienen cerdo.
- Personas infectadas pueden contagiar a otros empezando 1 día después de desarrollar los síntomas asta 7 días después de estar enfermos.

Manteniéndose saludable

- Lo más importante: **LABARSE LAS MANOS!**
- Cubra su nariz y boca con un Kleenex o papel higiénico cuando tose o destornude. Tire a la basura el kleenex o papel higiénico después de haberlo usado.
- Trate de mantenerse saludable. Duerma lo suficiente, manténgase activo físicamente, controle su estrés, tome suficiente líquidos y coma comidas nutritivas.

Evite el contacto físico con personas enfermas

- Si usted se enferma, es recomendable que se quede en casa y no asista al trabajo o a la escuela, y evite el contacto físico con otros que puedan ser contagiados
- Si usted ha llegado recientemente a Michigan procedente de México, California o Texas, o usted a estado expuesto a la influenza H1N1 (influenza porcina), usted debe quedarse en casa y no asistir a la escuela y mantenerse aislado de otras personas por 3 días.
- Si después de 3 días usted no ha desarrollado síntomas de influenza, usted puede asistir a la escuela y puede establecer contacto con los demás.

Influenza H1N1 (influenza porcina), síntomas

- Fiebre alta
- toz
- Dolor de garganta
- Dolor de cuerpo
- Dolor de cabeza
- Escalofríos
- Cansancio
- Con algunas personas se ha reportado diarrea y vómitos
- Como la influenza normal, la influenza H1N1 (influenza porcina) puede empeorar condiciones médicas crónicas.
- Si usted tiene estos síntomas, llame a su doctor o clínica medica. El doctor decidirá si usted debe de ser evaluado y/o tratado contra la influenza H1N1 (influenza porcina)

Síntomas en niños que necesitan atención medica urgente

- Respiration rápido o problemas respiratorios
- Piel con coloración azulada o celeste
- Falta de consume de suficiente líquidos
- No poder despertarse o falta de interacción con otros
- Estar extremadamente irritable que el niño no quiere ser cargado
- Mejoras en síntomas característicos de influenza pero que retornan con fiebre y peor toz
- Fiebre con irritación de piel o ronchas

Síntomas en adultos que necesitan atención medica urgente

- Dificultad en respirar o faltarle la respiración
- Dolor o presión en el pecho o abdomen
- Mareo súbito
- Desorientación
- Vómitos frecuentes y severos

Hay medicinas disponibles para tratar la influenza H1N1 (influenza porcina)?

- Si. Medicina antiviral están disponibles con prescripción (píldoras, líquidos y inhaladores), estas atacan al virus (influenza) al no permitir al virus reproducirse.
- Si usted esta enfermo, las medicinas antiviral puede hacer que su enfermedad no sea tan severa y que su recuperación sea más rápida. Esta medicina también puede prevenir serias complicaciones causada por este virus.
- Para tratamiento, las medicinas antivirales trabajan mejor si el tratamiento se empieza al comenzar la enfermedad – en los primeros 2 días de comenzar con los síntomas.

Proveedores de servicios medicos

Montcalm Area Health Center, Greenville (616) 225-9650

Health Delivery Inc., Saginaw (989) 754-6111

Health Delivery Inc., Belding (junio –octubre) (616) 794-5221

Sparta Health Center, Sparta (616) 913-1300

**Recuerde de
lavarse frecuentemente las manos**