

## Influenza Porcina

Actualizado al: 28 de abril 2009



Contenido:

### **Información Materiales**

---

#### **¿Qué es la Influenza Porcina?**

- Es una enfermedad aguda de las vías respiratorias. El virus que la provoca se llama virus de influenza de origen porcino.
- Esta enfermedad es curable y existen medicamentos para su tratamiento.

#### **¿Existe alguna diferencia entre influenza estacional y influenza porcina?**

- Si, el virus de la influenza estacional se presenta normalmente en la época invernal y los grupos de mayor riesgo son los niños menores de 5 años y los adultos mayores de 60 años. La influenza porcina es un virus nuevo. Ambas son enfermedades respiratorias agudas y tienen síntomas parecidos.

#### **¿Quiénes pueden enfermarse de influenza porcina?**

Todos somos susceptibles de contagiarnos pero se está presentando principalmente en adultos de 20 a 50 años.

#### **¿Cómo se puede dar la transmisión de la influenza porcina?**

La influenza se transmiten de persona a persona, cuando las personas enfermas estornudan o tosen frente a otra sin cubrirse la boca y la nariz, al compartir utensilios o alimentos de una persona enferma o al saludar de mano o de beso a una persona enferma.

#### **¿Cuáles son los síntomas de la influenza?**

## Síntomas de la Influenza Porcina:

Inicio súbito de los síntomas (aparecen de repente)  
Fiebre superior a 39°  
Dolor de cabeza  
Dolor muscular y de articulaciones  
Ataque al estado general y decaimiento (cuando no te puedes levantar)  
Tos  
Escurrecimiento nasal  
Ojos irritados  
Dolor de garganta  
Puede presentarse diarrea

**Si se presentan estos síntomas, acuda de inmediato a su Unidad de Salud**

**NO SE AUTOMEDIQUE**

¿Por qué es importante no automedicarse para la influenza porcina?

Porque pueden aminorarse y retrasarse la aparición de los síntomas y dificultar el diagnóstico.  
Porque los antibióticos no combaten el virus  
Porque los antigripales esconden los síntomas.  
Porque si no estás enfermo y tomas antivirales, puedes generar resistencia, es decir no te harán efecto cuando tu cuerpo lo necesite.

## Signos de Alarma de la Influenza Porcina:

Dificultad para respirar  
Dolor de Pecho  
Flemas con sangre  
Confusión o somnolencia

**Si se presentan estos signos, acuda de inmediato**

**Al Hospital**

**¿Cuál es la mejor manera de prevenir el contagio de la enfermedad?**

## Medidas para no contagiarse y para no contagiar

### Medidas para no contagiarse:

Mantenerse alejados de personas que tengan infección respiratoria aguda  
Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, preferentemente líquido o bien, usar gel antibacteriano con base de alcohol.  
Si no tienes jabón líquido, utiliza jabón de pasta en trozos pequeños.  
No saludar de beso, ni de mano  
Evitar acudir a sitios muy concurridos  
No compartir alimentos, vasos, cubiertos  
Ventilar y permitir la entrada del sol, la casa, los salones de clase, las oficinas, etc.

Mantener limpias las cubiertas de cocina y baño, manijas y barandales, así como juguetes, teléfonos y objetos de uso común  
Mantente sano: Diariamente come verduras y frutas y toma por lo menos 8 vasos de agua potable.

### **Medidas para no contagiar:**

Quedarse en casa y mantenerse en reposo hasta que ya no haya síntomas  
Cubrirse nariz y boca con pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo al toser o estornudar  
Utilizar cubrebocas si está enfermo  
Tirar el pañuelo desechable en una bolsa de plástico  
Una vez transcurridas 24 horas sin ningún síntoma puede regresar a sus actividades habituales

**Es importante que los padres de niños o niñas o adultos identifiquen oportunamente los signos y síntomas de influenza para proporcionar cuidados adecuados o acudir al Centro de Salud si la situación se agrava.**

### **¿Existe vacuna para este nuevo virus de la influenza porcina?**

La Organización Mundial de la Salud informó que la vacuna para la influenza estacional NO ES ÚTIL para combatir el virus de la influenza porcina.

### **¿Existe tratamiento para la influenza porcina?**

Sí, si existe tratamiento sólo debe ser indicado por el médico

Es importante beber muchos líquidos, evitar los cambios bruscos de temperatura y guardar reposo para recuperarse rápidamente.

### **¿Cuáles son las medidas básicas de higiene?**

Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón con la técnica correcta. Ya que las manos están en contacto con una gran cantidad de superficies como barandales, teléfonos, manijas, agarraderas en el transporte público, teclados de computadora, etc. que si una persona con el virus tocó lo puede transmitir fácilmente.

Cubrirse nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo al toser o estornudar.

Si usa pañuelo depositarlo en una bolsa de plástico.

### **Técnica correcta para el lavado de manos**

Usar agua tibia y jabón (de preferencia líquido). Se puede utilizar alcohol en gel, en caso de no haber agua y jabón.  
El jabón si es en pastilla debe ser pequeño y se debe cambiar con frecuencia (diariamente).  
Mojar las manos con agua y aplicar jabón.  
Tallar las manos enérgicamente de 15–20 segundos, hasta formar espuma.  
Cubrir todas las superficies de las manos y dedos, llegando hasta los pliegues de las muñecas.  
Las manos se deberán secar con una toalla de papel desechable.  
Cerrar la llave del agua con la toalla desechable y abrir la puerta del baño con la misma.

Tirar la toalla desechable en el bote de la basura.  
Lava tus manos después de toser o estornudar.  
Lava tus manos después de tocar manijas y barandales públicos.  
Evita tallarte los ojos, la nariz o la boca sin antes lavarte las manos.  
El uso de gel antibacteriano con base de alcohol es también efectivo para destruir virus y bacterias.

### **Lavarse las manos:**

<b>ANTES DE:</b>	<b>DÉSPUES DE:</b>
Preparar o comer algún alimento Atender a un enfermo Tratar una herida Utilizar una computadora	Ir al baño Toser o estornudar Sonarse la nariz Visitar o atender a una persona enferma Usar el transporte publico Estar en contacto con animales mascotas y sus desechos Tocar carne cruda (pescado, carne y pollo) Manipular basura o pañales Tocar objetos no rigurosamente limpios como dinero, teléfono o llaves
<b>AL LLEGAR:</b>	
Al trabajo A casa	

### **Aplicar la técnica adecuada para toser o estornudar**

No cubras tu boca con la mano al toser o estornudar, para así evitar que el virus se quede en tus manos.  
Cúbrete la boca al toser o estornudar con un pañuelo, si es desechable tíralo a la basura y si es de tela no olvides lavarlo.  
En caso de no tener pañuelo cúbrete la boca con el ángulo interno del codo.  
Siempre lava tus manos después de toser o estornudar.

**¡La salud está en tus manos!**

Cualquier información adicional por favor llama sin costo al

01 800 770 8437