Community Health Plan
LOS ANGELES COUNTY
www.dhs.lacounty.gov/chp

INFLUENZA PORCINA (H1N1) – Preguntas frecuentes

P: ¿Qué es la influenza porcina (H1N1)?
R: Es una infección que usualmente afecta a los cerdos. Es causada por un tipo de virus de la influenza.

P: ¿Las personas pueden contagiarse con la influenza porcina (H1N1)?
R: En el pasado, las personas se contagiaban solo si tenían contacto directo con los cerdos. Pero ahora es posible propagarla de persona a persona.

P: ¿Cuáles son los síntomas?
R: Son los mismos que los de la influenza o gripe común. Es difícil diferenciarlos.

- Fiebre
- Tos
- Dolor de garganta
- Dolores de cuerpo
- Dolor de cabeza
- Escalofríos
- Fatiga
- A veces diarrea y vómitos

P: ¿Puedo contagiarme de influenza porcina (H1N1) de otras personas?
R: Sí. Se propaga de la misma forma que la influenza común lo hace: al toser o estornudar.

P: ¿Qué puedo hacer para evitar enfermarme?
R:

- **Siempre** cúbrase la boca y la nariz cuando tosa o estornude.
  - Si utiliza un pañuelo de papel para cubrirse la boca o nariz, deséchelo a la basura.
  - Si tose o estornuda y se cubre con las manos, láveselas **siempre**.
- **No** se toque los ojos, nariz o boca. Los microbios se propagan de esa manera.
- Lávese las manos con frecuencia. Lávese la manos de 15 a 20 segundos con agua caliente y jabón.
- Evite el contacto con las personas enfermas. No las abrace ni bese.
- Si está enfermo, no vaya al trabajo ni a la escuela. Permanezca en casa, descanse y vea a su médico.

P: ¿Cómo puedo permanecer saludable?

R:

- Duerma lo suficiente
- Haga ejercicio
- Tome muchos líquidos (agua)
- Consuma comidas saludables

P: Me puse la vacuna para la gripe esta temporada. ¿Me protegerá de la influenza porcina (H1N1)?

R: No. Este es un tipo de virus diferente.

P: ¿Se puede tratar?

R: Sí. Se trata de igual manera que la gripe común. Si se siente enfermo, consulte a su médico o acuda a un centro de atención urgente.

P: ¿Puedo contagiarme por comer productos derivados del cerdo?

R: No. El virus no se propaga por los alimentos. No puede contagiarse por comer cerdo ni productos derivados.

P: ¿Donde puedo obtener más información?

R: Llame a su médico de atención primaria, o póngase en contacto con:

- La línea telefónica para la influenza porcina del Departamento de Salud Pública de California: 1-888-865-0564
  Disponible de lunes a viernes de 7 am a 6 pm, fines de semana de 8am a 4 pm.

- Para más información vaya a:
  El sitio web del Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC): http://www.cdc.gov/h1n1flu/