

Gripe Porcina: Qué debe hacer si usted o un miembro de su familia se enferma

Qué debe hacer si se enferma

- Quédese en casa y no vaya al trabajo, a la escuela ni a otros lugares concurridos.
- Si vive en un área en donde se han informado infecciones por gripe porcina y usted se enferma con síntomas similares a los de la gripe, como fiebre, dolores en el cuerpo, secreciones nasales, dolor de garganta, náuseas, vómitos o diarrea, comuníquese con su médico. Su médico determinará si es necesario realizar exámenes adicionales y brindar tratamiento.

Cómo asegurarse de que su familia no se enferme

- Use un pañuelo desechable para cubrirse la boca y la nariz cuando tosa y estornude. Después de usar el pañuelo, deséchelo en un cesto de basura. Si no tiene un pañuelo desechable a mano, cúbrase cuando tosa o estornude y después lávese las manos con agua y jabón o con un desinfectante para manos a base de alcohol. Repita este procedimiento cada vez que tosa o estornude.
- Evite el contacto con otros miembros de la familia para prevenir la propagación del virus.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Puede comenzar a propagar los gérmenes un (1) día antes de que aparezcan los síntomas y seguir haciéndolo mientras persistan los síntomas. Es posible propagar la infección hasta siete (7) días después del inicio de la enfermedad (hasta 10 días en el caso de un niño).
- Enseñe a su familia, especialmente a los niños, a seguir estas precauciones de rutina para reducir el riesgo de infección.

Cuánto tiempo deberá quedarse en su casa sin ir al trabajo

Puede infectar a otras personas mientras persistan los síntomas, y posiblemente hasta siete (7) días después del inicio de su enfermedad (hasta 10 días en el caso de un niño). Su médico puede brindarle orientación específica de acuerdo con los exámenes que se hayan realizado y las recomendaciones de su departamento de salud local y de los CDC. Dado que las recomendaciones se basan en la propagación de la gripe porcina a nivel local, estas directrices pueden ser diferentes para las personas que se encuentren en diferentes partes del país. No dependa de las recomendaciones de familiares y amigos de otras regiones del país.



Cuándo debería comenzar el tratamiento con medicamentos para la gripe como Tamiflu o Relenza

Comuníquese con su médico para despejar sus dudas. Su médico analizará la necesidad de medicamentos antivirales después de evaluar su enfermedad. Los medicamentos están disponibles ÚNICAMENTE bajo receta. Si su médico cree que estos medicamentos no son necesarios, no trate de obtenerlos a través de sitios de Internet no autorizados que pueden suministrarle los medicamentos sin una receta, ya que podría correr el riesgo de recibir un medicamento que no sea seguro o que no sea eficaz.

Qué debe hacer si hay una persona enferma en su casa

- Mantenga a la persona enferma alejada de los demás miembros de la familia.
- No envíe a la persona al trabajo o a la escuela.
- Comuníquese con el médico que atiende al miembro de su familia para comprender las recomendaciones del tratamiento.
- Si las personas infectadas tienen que salir de la casa, haga que usen una mascarilla o un barbijo quirúrgico holgado que cubra la nariz y la boca.
- Si está cuidando a una persona que está embarazada o que tiene alguna condición médica crónica, hable con el médico para saber cómo debe cuidar de ella.

Cómo contará su lugar de trabajo esta ausencia del trabajo

Las políticas del lugar de trabajo difieren de un lugar a otro. Comuníquese con su gerente y siga las instrucciones que le brinde.

Dónde puede encontrar más información

- Sitio de Internet de los CDC: <http://www.cdc.gov/>
- El sitio de Internet de su Departamento de Salud local.
- Su médico



ESTA PUBLICACIÓN ES SÓLO CON FINES INFORMATIVOS.
NO CONSTITUYE ASESORAMIENTO MÉDICO NI DE TRATAMIENTO.

it's time to feel better