



**Pregunta: ¿Qué es la influenza H1N1? (gripe porcina)**

**Respuesta:** La gripe porcina es una enfermedad respiratoria de los cerdos causada por un virus. Normalmente, los seres humanos no se infectan con la gripe porcina. H1N1 es una nueva clase de influenza que se está viendo en los seres humanos en los Estados Unidos y en otros países. Ésta nueva clase de gripe puede pasarse de persona a persona. No se sabe todavía cuán fácil se contagia este virus nuevo.

**Pregunta: ¿Cómo se propaga la influenza H1N1 (gripe porcina)?**

**Respuesta:** El virus de la influenza H1N1 (gripe porcina) aparentemente se propaga cuando:

- Una persona infectada tose o estornuda dejando los gérmenes en el aire
- Una persona toca una superficie que tiene los gérmenes de la influenza H1N1 (gripe porcina) y luego se toca la boca, ojos o nariz con las manos sucias.

**Pregunta: ¿Me puede dar la influenza H1N1 (gripe porcina) por comer o cocinar carne de cerdo?**

**Respuesta: No,** este virus no se transmite por los alimentos.

**Pregunta: ¿Existe una vacuna contra el virus de la influenza H1N1 (gripe porcina)?**

**Respuesta: No,** no hay vacuna que proteja contra la gripe porcina. La vacuna contra la gripe común este año no le protege contra el virus de la influenza porcina.

**Pregunta: ¿Hay medicamentos para tratar la influenza H1N1 (gripe porcina)?**

**Respuesta: Sí,** los medicamentos antivirales pueden ayudar que la enfermedad sea más leve y que usted se sienta mejor más rápido. Estos medicamentos son recetados por un doctor y para tener mayor efecto se deben tomar en los dos primeros días de empezar los síntomas.

**Pregunta: ¿Qué puedo hacer para protegerme a mí y a mi familia?**

**Respuesta:** Hay muchas cosas que usted puede hacer y que debe enseñarle a sus hijos:

- Lávese las manos a menudo. Use jabón y agua y fricciónese las manos por 15 a 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponible, se puede usar gel desinfectante para manos, que contenga alcohol.
- Cuando tosa o estornude, cúbrase con un pañuelo desechable. Bote a la basura los pañuelos usados. Si no tiene pañuelos desechables tosa o estornude en la manga de su camisa. Si usted tose o estornuda en sus manos, láveselas inmediatamente.
- Evite tocarse los ojos, la nariz, y la boca.
- Trate de evitar estar cerca a personas enfermas. Si está enfermo, quédese en casa. Si los niños están enfermos, usted debe mantenerlos en casa y no enviarlos a la escuela o a la guardería.
- Manténgase saludable. Duerma lo suficiente, tome suficiente líquido, esté activo físicamente, coma comidas saludables y maneje el estrés.

**Pregunta: ¿Cuáles son los síntomas de la influenza H1N1 (gripe porcina)?**

<b>Respuesta:</b> Fiebre mayor de 100.4°F (38° C).	Dolores en el cuerpo
Nariz tapada o congestionada	Dolor de cabeza
Dolor de garganta	Escalofríos
Cansancio	Tos

**Pregunta: ¿Qué debo hacer si tengo síntomas de la influenza H1N1 (gripe porcina)?**

**Respuesta:**

- Quédese en casa por 7 días después de que empiecen los síntomas o hasta que no haya tenido síntomas por 24 horas. Lo que sea lo último.
- Aléjese de los demás. Quédese en una sola habitación y aléjese de las otras personas lo más que pueda.
- Póngase una mascarilla cuando esté cerca de otras personas (dentro de 6 pies de distancia). También debe ponerse una mascarilla en caso de que usted salga de la casa o acuda al médico.
- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude. Bote a la basura los pañuelos usados. Si no tiene un pañuelo desechable, tosa o estornude en la manga de su camisa. Si usted tose o estornuda en las manos, láveselas inmediatamente.
- Lávese las manos con jabón y agua o use un gel desinfectante para manos que contenga alcohol inmediatamente después de que estornude, tosa o bote un pañuelo usado a la basura.
- Llame o acuda al doctor en caso de que los síntomas se empeoren.

**La información con respecto a la influenza porcina está cambiando constantemente. Para más información o información más reciente por favor llame a:**

Inglés y Español	1-800-662-7030
TTY (para sordos)	1-877-452-2514
Si vive en Raleigh	855-4400
TTY (para sordos)	919-733-4851

**Centro para el Control y la  
Prevención de Enfermedades**  
[www.cdc.gov/h1n1flu/espanol](http://www.cdc.gov/h1n1flu/espanol)