



HEALTH SYSTEM

La influenza porcina (gripe porcina): Información para personas que viven en el Condado de San Mateo

¿Qué es la gripe porcina

La gripe porcina es un tipo de gripe que afecta a los cerdos. Por lo general, las personas no se contagian con gripe porcina, pero si puede ocurrir. La mayoría de los casos humanos de gripe porcina ocurren en personas que están en cerca proximidad a los cerdos y es posible que la gripe porcina se transmita de persona a persona.

¿Hay personas infectadas con la gripe porcina en el Condado de San Mateo?

No. Casos humanos de la infección de la gripe porcina no han sido reportados en el Condado de San Mateo. Sin hay casos reportados en California y en otra partes de los Estados Unidos. Los oficiales de salud están vigilando la situación local.

¿La gripe porcina es contagioso?

Si. La gripe porcina es contagioso y puede transmitirse de persona a persona.

¿Cuáles son los signos y síntomas de la gripe porcina en las personas?

Los síntomas de la gripe porcina son similares a los síntomas de la gripe común que incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, dolores en el cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos y fatiga. Algunas personas han reportado síntomas de diarrea y vómito asociados a la gripe porcina. Igual que la gripe común, la gripe porcina puede agravar problemas de salud crónicas.

¿Cómo se transmite la gripe porcina?

Hay dos maneras que se transmite la gripe porcina:

- A través de contacto con cerdos infectados o con ambientes contaminados con la gripe porcina.
- A través de contacto con una persona infectada con la gripe porcina. Transmisión de la gripe porcina de persona a persona puede ocurrir de la misma manera que ocurre la gripe común. La gripe se transmite cuando una persona enferma tose o estornuda.

¿Por cuánto tiempo puede una persona infectada propagar la influenza a otras?

Se debe considerar que las personas infectadas por el virus de la gripe porcina son potencialmente contagiosas mientras manifiesten síntomas y posiblemente hasta 7 días después de que aparezcan los mismos. Los niños, especialmente los más pequeños, pueden ser más contagiosos durante periodos más largos.

Board of Supervisors: Mark Church • Rose Jacobs Gibson • Richard S. Gordon • Carole Groom • Adrienne Tissier
Health System Chief: Jean S. Fraser

225 37th Avenue • San Mateo, CA 94403 • PHONE 650.573.2582 • TDD 650.573.3206 • FAX 650.573.2116
<http://www.smhealth.org>

¿Qué puedo hacer para proteger mi salud y a mi familia?

Hay medidas que usted puede tomar diariamente para ayudar a prevenir la transmisión de la gripe. Siga estos pasos todos los días para proteger su salud y a su familia:

- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar. Bote el pañuelo a la basura después de usarlo. Tosa o estornude en la manga de su camisa.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar. Los desinfectantes para manos a base de alcohol también son eficaces.
- Trate de evitar el contacto cercano con personas enfermas.
- Si se enferma con la gripe, quédese en casa, no vaya al trabajo o a la escuela y limite el contacto con otras personas para evitar infectarlas.
- Trate de no tocarse los ojos, la nariz ni la boca. Esta es la manera en que se propagan los gérmenes.

¿Qué debo hacer si me enfermo o alguien en mi familia se enferma?

Si usted se enferma con síntomas de la gripe incluyendo fiebre, tos, dolor de garganta, dolores en el cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos y fatiga, o diarrea o vomito, contacte a su proveedor de salud medica si sus síntomas son graves, como dificultad al respirar.

Si esta enfermo, debe mantenerse en casa y evitar el contacto con otras personas lo más posible para detener el contagio a otras personas.

¿Me puede dar gripe porcina por comer o preparar carne de cerdo?

No. La gripe porcina no se transmite por la comida. No puede contagiarse con la gripe porcina al comer puerco e otros productos de puerco

Para más información visite: www.smhealth.org/swineflu o www.cdc.gov/flu/swine, o llame la Línea de Información de Emergencia de Salud: (650) 372-8572

**DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION
SAFER • HEALTHIER • PEOPLE**

Board of Supervisors: Mark Church • Rose Jacobs Gibson • Richard S. Gordon • Carole Groom • Adrienne Tissier
Health System Chief: Jean S. Fraser

225 37th Avenue • San Mateo, CA 94403 • PHONE 650.573.2582 • TDD 650.573.3206 • FAX 650.573.2116
<http://www.smhealth.org>