

## **Influenza A H1N1 (Gripe Porcina en HUMANOS) Q & A H1N1 INFLUENZA A (HUMAN SWINE FLU) Q&A**

### **¿Qué es la Influenza A H1N1 (influenza porcina (Gripe Porcina))?**

#### **(What is H1N1 Influenza A (Swine Influenza (Swine Flu))?)**

El virus llamado virus Influenza A H1N1 (gripe porcina) es una nueva cepa de influenza A, que se puede transmitir de persona a persona. Nuevas cepas de la gripe A estacional, Circulan cada año en la temporada de gripe.

### **¿Cómo es la propagación de la gripe? (How does Influenza spread?)**

Influenza A H1N1 (gripe porcina) se cree que se transmite de persona a persona a través de "gotas de saliva" que se liberan a través del aire cuando una persona infectada tose y estornuda. Las gotas pueden ser inhaladas por otros y también pueden permanecer en superficies duras como mostradores y en las manijas de puertas y cuando estas son manipuladas, se recogen en las manos y la propagación se hace cuando alguien toca sus ojos, la boca y / o nariz.

Influenza A H1N1 (gripe porcina) se propaga de la misma manera que las otras gripes.

### **¿Cuáles son los síntomas de la influenza A H1N1 (Gripe Porcina) en el ser humano?**

#### **(What are the symptoms of H1N1 Influenza A (Swine Flu) in humans?)**

En los países fuera de México, entre ellos el Canadá, los síntomas de la influenza A H1N1 (gripe porcina) en las personas, son similares a los síntomas de la gripe estacional humana regular. Estos incluyen fiebre, tos, dolores musculares, letargo, y falta de apetito. Algunas personas con la gripe porcina también han informado de rinitis (goteo de la nariz), dolor de garganta, náuseas, vómitos y diarrea. La gran mayoría de los casos reportados fuera de México se recuperan completamente. El brote actual en México parece estar asociado con neumonía y otras complicaciones pulmonares graves, así como las formas más leves de la gripe.

### **¿Cómo se diagnostica la Influenza A H1N1 (Gripe Porcina)?**

#### **(How is H1N1 Influenza A (Swine Flu) diagnosed?)**

Las personas con síntomas leves generalmente no requieren prueba. Si el médico considera que sus síntomas podrían deberse a la gripe, le tomará una muestra de su nariz o garganta, la cual se envía al laboratorio para su confirmación. La gripe común o la gripe estacional se confirma rápidamente de esta manera, el diagnóstico de influenza porcina llevará más tiempo. Otras pruebas, como estudios de sangre también pueden ser ordenadas.

### **¿Existe una vacuna para protegerse contra la Influenza A H1N1 (Gripe Porcina en Humanos)? (Is there a vaccine to protect against H1N1 Influenza A (Human Swine Flu))?**

Actualmente no hay vacuna que proteja contra la Influenza A H1N1 (gripe porcina de Humanos) del virus. La inmunización de la gripe estacional no protege contra la Influenza A H1N1 (gripe porcina).

### **¿Puedes contraer la Influenza A H1N1 (Gripe Porcina en Humanos) al comer carne de cerdo?**

#### **(Can you get H1N1 Influenza A (Human Swine Flu) from eating pork?)**

No - una buena cocción de los productos del cerdo puede matar a cualquier virus. Además, la especie porcina (cerdos) que exhiben síntomas de la gripe no pasan las pruebas para entrar en el mercado de alimentos. Los que manipulan la carne de cerdo cruda deben seguir las prácticas habituales de higiene de los alimentos.

### **Ha habido alguna llamada de atención o consejo de viaje expedido para la gente que viaja a México? (Has there been a travel advisory issued for people traveling to Mexico?)**

Sí. A partir del 27 de abril de 2009, la Agencia de Salud Pública de Canadá (PHAC, por sus siglas en inglés) recomienda a los canadienses evitar los viajes no esenciales a México. En caso de que el viajar a México sea inevitable, la PHAC asesora a los canadienses para asegurarse de que reciban las vacunas de la gripe, lavarse las manos regularmente, y evitar el contacto con personas que parecen

tener una enfermedad respiratoria.

**¿Qué debo hacer si he ido a México y tengo síntomas de una infección respiratoria?  
(What do I do if I've been to Mexico and I have symptoms of a respiratory infection?)**

Si ha viajado recientemente a México y tiene síntomas de una infección respiratoria con fiebre superior a 38° C y con tos, debe quedarse en casa y practicar medidas caseras.

En particular, descanse y evite el contacto con otras personas hasta que los síntomas se hayan resuelto.

Para obtener más información acerca de cuidados en casa visite [www.health.Alberta.ca/health-info/influenza-how-to-care.html](http://www.health.Alberta.ca/health-info/influenza-how-to-care.html) o llame a la Salud de Alberta (Alberta Health link) al 1 (866) 408-5465.

Si sus síntomas son severos o no mejoran, llame a su médico para solicitar una cita, y asegúrese de decirle a él/ella acerca de su historial de viajes al hacer la cita.

Si el médico lo envía a casa, debe quedarse en casa hasta que los síntomas se hayan resuelto. Si más tarde usted siente falta de aire o desarrolla otros síntomas de enfermedad grave, debe ponerse en contacto con su médico o ir a una sala de Emergencias y asegúrese de informar a todos los trabajadores de la salud de la historia de su viaje.

Si necesita atención de emergencia, inmediatamente dígame a la enfermera de "triage" (valoración de primera intención) que usted tiene los síntomas respiratorios y que ha viajado recientemente.

**¿Qué pasa si acabo de volver de viaje: (What if I have returned from travel:)**

**(1) Hace más de 10 días y no he estado enfermo?**

Usted no se encuentra en ningún aumento del riesgo y no necesita ninguna acción suplementaria.

**(2) Presento síntomas después de más de 10 días de haber regresado?**

Su enfermedad es probablemente adquirida localmente y puede continuar con sus medidas de atención habitual.

**¿Cuál es el período de incubación de la influenza A H1N1 (Gripe Porcina)?**

**(What is the incubation period for H1N1 Influenza A (Swine Flu)?**

El periodo de incubación es corto, probablemente, no más de 10 días.

**¿Puedo obtener antivirales si tengo síntomas de la gripe?**

**(Can I get antivirals if I have symptoms of influenza?)**

En general, los antivirales no son utilizados o recomendados para la gripe leve. Los Antivirales deben ser recetados por un médico.

**¿Se les deben hacer exámenes a las personas con síntomas?**

**(Do people with symptoms need to be tested?)**

No es necesario que a las personas con enfermedad leve se les haga pruebas. Para aquellos con síntomas más severos, deben consultar a su médico quien evaluará y practicará las pruebas si es necesario.

**¿Dónde puedo obtener más información? (Where do I get more information?)**

El público en general debe ser remitidos a los Servicios de Salud de Alberta al sitio Web de información: <http://www.albertahealthservices.ca/> O para hablar con una enfermera las 24 horas del día, siete días a la semana llamando al: Alberta Health Link gratis al 1-866-408-LINK (5465).Mandarín Health Link 403-943-1554, cantonés Health Link 403-943-1556

Si quiere leer alguno de las series de artículos anteriores "Camino de Vida Saludable, por favor vaya a [http://www.calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual\\_health\\_services.htm](http://www.calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual_health_services.htm) y obtenga información de salud en su propio idioma.