



GRUPO TÉCNICO DE INFLUENZA DEL SISTEMA DE NACIONES UNIDAS

PANAMÁ, MAYO DE 2009

Preguntas frecuentes sobre la Influenza A(H1N1)

⇒ ¿Qué es la Influenza?

- La influenza (o gripe) es una enfermedad respiratoria aguda causada por alguno de los tres tipos de virus de influenza que se conocen A, B y C.
- Desde el punto de vista de salud pública, el de mayor importancia es el virus de la influenza tipo A, que tiene la capacidad de infectar a humanos y algunas especies animales tales como aves y cerdos entre otros.
- La influenza A (H1N1), anteriormente llamada influenza o gripe porcina, es la que esta causando la epidemia actual en varios países, y que básicamente se presenta como una infección respiratoria aguda febril (fiebre igual o mayor de 38 °C), que se manifiesta con síntomas similares a la gripe o hasta la neumonía.

⇒ ¿Cómo afecta a las personas?

- En general los síntomas clínicos son similares a los de la influenza estacional, pero las manifestaciones clínicas son muy variables, desde una infección sin síntomas hasta una neumonía grave que puede amenazar la vida del paciente.
- Muchos casos leves o asintomáticos pueden haber pasado desapercibidos; así pues, se desconoce hasta qué punto está extendida la enfermedad en el ser humano.

⇒ ¿Cuáles son los síntomas?

- Los síntomas incluyen fiebre igual o mayor de 38 °C, malestar general, falta de apetito y tos o dolor de garganta. Algunas personas también han notificado rinorrea, náuseas, vomito y diarrea. Si el cuadro se agrava puede presentar dificultad para respirar.

⇒ ¿Cómo se contagia la enfermedad?

- La transmisión de persona a persona puede darse al hablar o mediante la tos o estornudo de las personas infectadas por el virus.
- Las personas pueden contraer la infección al tocar algún objeto (como vasos, cubiertos,) o superficies que se ha contaminado con virus de la influenza y luego llevan la mano a su boca o nariz.

⇒ ¿Dónde se han producido casos humanos?

- Hasta la fecha se han producido casos confirmados en 30 países de América de Norte, Centro América, Sur América, Europa, Asia.
- En algunos países ha provocado muertes en personas jóvenes y sanas, así como también, en personas con alguna enfermedad crónica o inmuno supresión.

⇒ ¿Se puede comer carne y productos de cerdo?

- Sí. No hay datos que demuestren que la influenza A (H1N1) pueda transmitirse al hombre a través de la carne de cerdo u otros productos derivados de éste que se hayan manejado y preparado adecuadamente.
- El virus de la influenza A (H1N1) se destruye a temperaturas de 70 °C.



➤ ¿Existe un riesgo de pandemia?

- Sí, existe el riesgo de una pandemia. Las pandemias de gripe deben tomarse seriamente precisamente debido a su capacidad de difundirse rápidamente a cada país en el mundo.
- De acuerdo a declaraciones de la Dra. Margaret Chan, Directora General de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el mundo está mejor preparado para una pandemia de influenza que en cualquier otro momento en la historia. Los preparativos realizados por la OMS y por muchos gobiernos debidos a la amenaza de la influenza aviar H5N1 fueron una inversión y estamos ahora beneficiándonos de esta inversión, pero no hay que bajar la guardia y es necesario aplicar las medidas de higiene y protección recomendadas.

➤ ¿Hay alguna vacuna para las personas que proteja de la influenza A(H1N1)?

- Actualmente se trabaja en la elaboración de la vacuna específica para el virus que está circulando, por lo que hasta ahora no hay vacuna para evitar que el actual virus de la influenza A(H1N1) cause la enfermedad en el ser humano.
- Los virus gripales cambian muy rápidamente. Es importante desarrollar una vacuna contra la cepa del virus actualmente circulante, para que confiera la máxima protección a las personas vacunadas.

➤ ¿Existen medicamentos disponibles como tratamiento?

- Sí. Existen medicamentos antivirales específicos para la influenza y debe consultar a su médico.
- No administre aspirina (ácido acetilsalicílico) a niños o adolescentes que tienen influenza; esto puede causar una rara pero grave enfermedad llamada el síndrome de Reye.
- Las fiebres y los dolores pueden ser tratadas con paracetamol o acetoaminofén

➤ Medidas de prevención para toda la población

- Cubra la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar.
- Si no tiene pañuelo utilice el ángulo del codo.
- Lávese las manos con agua y jabón por lo menos por 20 segundos o con un gel limpiador con alcohol frecuentemente.
- Evite el contacto directo con personas enfermas o que tengan fiebre y tos.
- Evite saludar de mano o con besos.
- Evite escupir en el suelo y en otras superficies expuestas al medio ambiente.
- No comparta vasos, platos y/o cubiertos ni alimentos y bebidas.
- Mantenga limpias las cubiertas de cocina y baño, manijas y barandales, así como juguetes, teléfonos u objetos de uso común.
- Tenga hábitos saludables: duerma bien, coma alimentos nutritivos y manténgase físicamente activo.
- Si tiene síntomas, siga las recomendaciones del médico y no se automedique

➤ ¿Qué hacer si hay algún enfermo en la casa?

- Procure que el enfermo ocupe una zona aparte en la casa. Si eso no es posible, mantenga una separación de 1 metro entre el paciente y las demás personas.
- Mantenga al enfermo con la boca y nariz cubierta.
- Tápese la boca y la nariz cuando cuide al enfermo. Encontrará máscaras en el comercio, o puede fabricarlas con los materiales que tenga a mano, siempre que sean desechables o se puedan lavar convenientemente.
- Lávese las manos concienzudamente con agua y jabón después de cada contacto con el enfermo.



- Si fuera posible, debe considerarse el mantenimiento de buena ventilación en las áreas domésticas compartidas (por ejemplo, ventanas de mantenimiento abierto en baños, cocina, etc.).
- Mantenga limpio el entorno utilizando productos domésticos de limpieza.
- Si vive en un país donde la influenza A(H1N1) ha causado la muerte de alguna persona, atégase a los consejos que dicten las autoridades locales de salud.

➔ ¿Qué debo hacer si creo que tengo influenza A(H1N1)?

Si se siente mal, tiene fiebre alta, tos o dolor de garganta:

- Consulte a su médico y siga sus recomendaciones, especialmente si usted padece enfermedad crónica o del sistema cardio circulatorio o está embarazada.
- Quédese en casa y, en la medida de lo posible no acuda al trabajo, a la escuela ni a lugares muy concurridos.
- Descanse y tome muchos líquidos.
- Cúbrase la boca y la nariz con pañuelos desechables cuando tosa o estornude, y tire los pañuelos usados en un sitio adecuado.
- Lávese las manos con agua y jabón de forma frecuente y meticulosa, sobre todo después de toser o estornudar.
- Informe a su oficina o supervisor inmediato.
- No se automedique, su médico le indicará que medicamentos debe tomar.

➔ ¿Cuándo acudir a los servicios de emergencia médica?

Busque ayuda médica inmediata si se presentan los siguientes síntomas:

- Tiene dificultades para respirar
- Tiene dolor al respirar o de pecho
- Tiene palidez o color púrpura o azul en los labios
- Está vomitando o es incapaz mantener los líquidos en el estómago.
- Tiene signos de deshidratación o ausencia de micción (orina) o una falta de lágrimas cuando llora.
- Tiene crisis convulsivas (por ejemplo, convulsiones no controladas)
- Se observa menos receptivo que lo normal o confundido.
- Además tiene alguna enfermedad crónica o del sistema cardio-circulatorio o está embarazada.

➔ Si necesita viajar observe las siguientes indicaciones:

- Posponga su viaje si tiene síntomas o si al llegar al país de destino presenta algunos de los síntomas ya mencionados, contacte un médico u otro profesional sanitario.
- Tome la precaución de cubrirse la boca y la nariz y llevar a cabo las medidas mencionadas durante los viajes.

Para consultas del público en general, el Ministerio de Salud de Panamá tiene disponibles los siguientes teléfonos: 800-8743 y 800-8500 al que puede llamar gratis, desde teléfonos fijos y públicos y 512-9547 y 512-9607 desde celulares.

Fuentes: OPS/OMS y CDC

Para mayor información referirse a:

OMS: <http://www.who.int/csr/disease/swineflu/es/index.html>

OPS: www.paho.org

CDC: http://www.cdc.gov/h1n1flu/general_info.htm

Mapa interactivo con distribución de casos a nivel mundial: http://blogs.chron.com/newswatch/2009/04/swine_flu_map.html

