



## + INFORMACIÓN:

LLAMAR A **SALUD RESPONDE**  
902.50.50.60 o consultar la página  
web de la Consejería de Salud:  
[www.juntadeandalucia.es/salud](http://www.juntadeandalucia.es/salud)  
y la página Web del Ministerio de  
Sanidad y Política social [www.msps.es](http://www.msps.es)



CONSEJERÍA DE SALUD



CÓMO PREVENIR  
LA NUEVA  
GRIPE A<sup>H1N1</sup>  
(2009)



## ¿Qué es la gripe por el nuevo virus A/H1N1?

La gripe por el nuevo virus A/H1N1 la produce un nuevo subtipo del virus de la gripe frente al que, precisamente por ser nuevo, no estamos inmunizados y hay muchas personas que estarán en riesgo de contraerlo.

## ¿Qué es una pandemia de gripe?

La pandemia es una epidemia que afecta al mismo tiempo a muchos países en el mundo. Esto no significa que tenga que ser más grave, sino que está más extendida que otras gripes.

## ¿Cómo se contagia el virus A/H1N1?

El contagio, al ser también un virus de la gripe, es como el de la gripe estacional: se transmite de persona a persona, principalmente por el aire, en las gotitas de saliva y secreciones nasales que se expulsan al toser, al hablar o al estornudar o al tocarse los ojos, nariz o boca con las gotitas infectadas. El virus se puede transmitir desde 1 día antes de empezar con los síntomas hasta 7 días después.

## ¿Qué se puede hacer para evitar el contagio?

- Lavarse las manos con frecuencia. Esta es la principal medida de higiene.
  - Las gotitas que se emiten al estornudar, toser o hablar pueden quedarse en las manos donde el virus puede sobrevivir unos minutos (menos de 5 minutos).
  - También pueden depositarse en superficies (de muebles, pomos, objetos...) donde el virus puede permanecer de horas a días. Conviene limpiar las superficies frecuentemente.
- Taparse la boca y nariz al estornudar o toser con un pañuelo o con el antebrazo y evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Otras Medidas:
  - si está con gripe: quédese en casa 7 días y evite los lugares donde haya mucha gente.
  - si no tiene gripe: evite los lugares donde haya mucha gente ya que es más fácil contagiarse.
  - duerma bien, tome una alimentación saludable, beba agua, lleve una vida físicamente activa y evite las bebidas alcohólicas y el tabaco.
- Si tiene síntomas de la enfermedad, contacte con SALUD RESPONDE en el 902 50.50.60

## ¿Cuáles son los síntomas de la gripe A/H1N1?

Los síntomas son los de cualquier gripe: puede aparecer tos, dolor de garganta, dolor de cabeza, fiebre de más de 38° -sobre todo los dos primeros días-, dolores musculares, malestar general, congestión nasal, estornudos y también vómitos y diarrea.

## ¿La gripe puede ser grave en algún caso?

Al igual que en los casos de gripe estacional, esta gripe puede ser más grave en personas con enfermedades crónicas (enfermedades respiratorias, cardiovasculares, inmunodepresión y otras patologías crónicas). Las mujeres embarazadas y menores de 18 años con tratamiento prolongado con ácido acétil salicílico (aspirina) Actualmente se están contagiando más personas menores de 65 años, aunque no existe una protección para las mayores de esta edad.

## ¿Hay vacuna para el nuevo virus?

Se espera que estén disponibles para finales de 2009. Las vacunas que se usan contra la gripe estacional (la gripe que se presenta fundamentalmente en invierno todos los años) no han demostrado eficacia frente al nuevo virus.

## ¿Existen medicamentos para el tratamiento de la gripe?

Sí. El nuevo virus de la gripe se trata como la gripe estacional, con medicamentos que alivien los síntomas. Estos medicamentos se conocen como antivirales. Estos medicamentos deben ser prescritos siempre por profesionales de la medicina.

## ¿Quiénes se deben vacunar?

Las personas con problemas crónicos de salud que pueden ser graves: Problemas pulmonares, del corazón, diabetes, afectación del hígado, enfermedades que disminuyen las defensas (personas inmunocomprometidas) y aquellas otras personas que determinen las autoridades sanitarias.