
SECRETARIA DE SALUD PÚBLICA MUNICIPAL

EL ABC DE LA INFLUENZA PORCINA

Síntomas de la influenza porcina



Generalmente los síntomas clínicos son similares a los de la gripe común, pero también se puede presentar una amplia gama de otros síntomas, que van desde infecciones asintomáticas hasta neumonías severas que pueden provocar la muerte.

A veces, las personas afectadas no muestran signos de haber contraído la enfermedad y de todas formas son portadoras, y pueden contagiar a otros.

¿Cuáles son los síntomas?

- Fiebre (generalmente más de 39C°)
- Falta de apetito
- Dolor de cabeza
- Dolor muscular intenso
- Cansancio intenso
- Tos seca
- Ardor y/o dolor de garganta
- Congestión nasal
- En los niños se puede presentar náusea, vómito y diarrea más frecuentemente que en los adultos

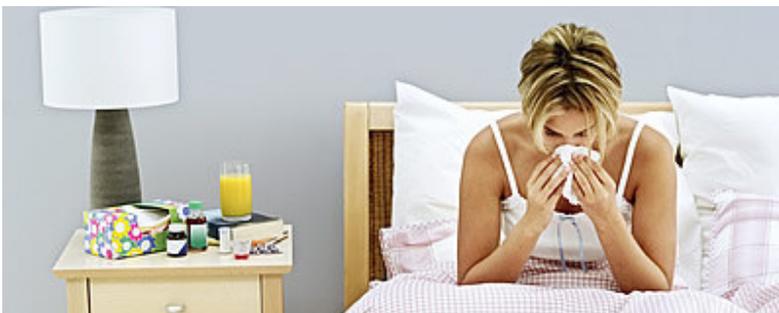
¿Cómo se puede prevenir la Influenza?



Medidas generales:

- 1.- Abrigarse y evitar cambios bruscos de temperatura.
- 2.- Consumir frutas y verduras ricas en vitamina A y C como zanahoria, papaya, guayaba, naranja, mandarina, lima, limón y piña entre otros.
- 3.- Lavarse las manos con frecuencia en especial después de tener contacto con personas enfermas.
- 4.- Evitar exposición a contaminantes ambientales y no fumar en lugares cerrados y cerca de niños, ancianos y personas enfermas.
- 5.- Evitar lugares de alta concentración poblacional cines, teatros, bares, autobuses, metro, etc.
- 6.- Cubrir nariz y boca con pañuelos desechables al toser o estornudar y lavarse las manos para proteger a las demás personas.
- 7.- Utilizar cubrebocas, tirar el pañuelo desechable en una bolsa de plástico y estornudar sobre el ángulo interno del codo.
- 8.- No saludar de forma directa (de beso o mano) para no contagiar a otras personas.
- 9.- Los niños enfermos deben evitar contacto con ancianos o personas con enfermedades crónicas.
- 10.- Lavar los utensilios de las personas enfermas después de comer con agua caliente y jabón para matar los microbios.
- 11.- Mantenerse alejado de multitudes y sitios públicos.

Ante la presencia de Influenza



Ante la presencia de Influenza la Secretaría de Salud recomienda:

- 1.- No auto medicarse y evitar el uso de aspirinas o medicamentos similares que contengan ácido acetil salicílico. Controle la fiebre con medios físicos.
- 2.- Acuda a su entidad de Salud más cercana o consulte a su médico especialmente niños y ancianos con fiebre alta, debilidad generalizada, dificultad al respirar, tos seca persistente y dolores musculares.

Preguntas frecuentes



- ¿Sirve comprar un tapabocas?

De acuerdo con las autoridades, es una de las medidas que más podrían ayudar a prevenir contagios. Sin embargo, no es imprescindible contar con éste para evitarlo, pueden tomarse otras medidas preventivas.

-¿Puedo comer carne de cerdo?

Sí. Aunque en el genoma del virus se encontró un componente que lo relaciona con el cerdo, no se ha dado ningún reporte sobre carne infectada.

-¿Debo alarmarme?

Debes tomar precauciones. Las autoridades aseguran que si se siguen las recomendaciones de prevención, se minimizará la posibilidad de contraer el virus.

-Algunos eventos se están cancelando, y otros no, ¿debo o no ir?

La recomendación general de las autoridades es evitar asistir a eventos públicos donde haya multitudes como cines, teatros, estadios y foros de exposiciones. La razón por la que algunos no se han cancelado es que son eventos privados y queda en manos de sus organizadores la decisión sobre cancelarlo o posponerlo.

-¿Y si tengo que viajar? ¿Cómo estar a salvo en un avión?

No se ha reportado información precisa al respecto. Las recomendaciones generales son las que aplicarían para esta ocasión: toma el avión solo si es estrictamente necesario y si es así, usar un tapabocas, lavar las manos constantemente, y las recomendaciones generales ayudarán a minimizar una posibilidad de contagio. En el aeropuerto se están tomando medidas de seguridad como recoger información sobre el estado de salud de los pasajeros.