

Gripe A (H1N1)

Tomemos
precauciones



Buenos Aires
Gobierno de la Ciudad

Prevención

¿Cuáles son los síntomas de la Gripe A (H1N1)?

Fiebre mayor a 38°C, tos frecuente e intensa, dolor de cabeza, malestar general, dificultad para respirar, dolor de garganta, congestión nasal, dolores musculares y articulares y falta de apetito.

¿Qué hacer ante la presencia de síntomas?

Consultar al médico o profesional de la salud inmediatamente.

Permanecer en su domicilio, no ir al trabajo ni a la escuela y evitar multitudes.

No automedicarse. No tomar aspirina.

Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón.

Mantener los ambientes limpios y ventilados.

Saludar sin dar la mano ni beso.

Limitar el contacto con otras personas.

¿Cómo evitar el contagio?

No llevarse las manos a la cara, ojos, nariz y boca. No estar con gente enferma de Gripe A (H1N1). Lavarse las manos frecuentemente, especialmente después de haber tocado estructuras como picaportes, barandas, columnas, mesas, asientos, y billetes, entre otros.

No saludarse con un beso en la mejilla ni con la mano. No compartir el mate.

¿Cuáles son las personas con mayor riesgo de padecer complicaciones?

Mayores de 65 años; adultos y niños con afecciones pulmonares crónicas o cardiovasculares; embarazadas; pacientes con enfermedades metabólicas (diabetes, insuficiencia renal, hemoglobinopatías e inmunosupresión); tratamiento prolongado con aspirina; niños menores de dos años con antecedentes de prematuridad, bajo peso al nacer o desnutridos; enfermos de HIV, cáncer o transplantados.

¿Qué medidas tengo que tomar si estoy en el grupo de riesgo?

Toda persona que esté dentro de los grupos de riesgo deberá consultar con su médico y extremar las medidas de prevención. Las embarazadas deberán disminuir la circulación en lugares masivos y no ir a trabajar hasta nuevo aviso.

¿Qué medidas tengo que tomar si estuve con alguien que tiene Gripe A (H1N1)?

Debe continuar con su vida normal, seguir con las medidas de prevención y estar alerta ante la aparición de cualquier síntoma indicado. Si tiene fiebre consulte inmediatamente a su médico.

¿Hay que usar barbijo?

Sólo deben usar barbijo aquellas personas que presentan síntomas de Gripe A (H1N1).

¿El barbijo puede prevenir el contagio de una persona que no tiene Gripe A (H1N1)?

No. Si usted está sano, usar barbijo es contraproducente porque genera un microclima húmedo propicio para el desarrollo viral en la zona de la nariz y la boca. En cambio, si usted ya tiene Gripe A (H1N1), debe usar barbijo para disminuir las probabilidades de contagiar a los demás.

¿Es útil el uso del alcohol en gel para limpiarse las manos?

Sí. Vuelve inactivo al virus y lo mata.

¿Qué mata al virus?

El sol, el calor, la luz, la lavandina diluida, el yodo, el alcohol, el agua oxigenada, el jabón y el alcohol en gel.

¿Sirve de algo tomar antivirales antes de tener los síntomas para prevenir la enfermedad?

No. No previene el contagio.

Contagio

¿Cuál es la forma en la que entra el virus al cuerpo?

Por la nariz, boca y ojos. Por eso se sugiere no besar ni dar la mano.

¿Cuál es la forma más fácil de contagio del virus?

La forma más fácil de contagio es de una persona enferma a una persona sana, al estornudar, hablar, toser. También se da el contagio a través del contacto con objetos contaminados (llaves, billetes, etc.)

¿En dónde vive el virus?

En las personas. Pero fuera del cuerpo humano (en superficies como billetes, picaportes, barandas y bombillas de mate, entre otras) el virus puede vivir hasta 10 horas. Por eso es importante el lavado de manos y el uso frecuente de alcohol en gel.

¿Cómo viaja y se mueve el virus?

El virus no tiene ni patas ni alas. Viaja en la saliva y en las mucosas. Al respirar, estornudar o toser, partículas de saliva o mucosidad -infectadas con el virus- entran en circulación y pueden contagiar a otros.

El virus no perdura mucho en el aire libre, a lo sumo viaja por el aire en un estornudo o tos hasta caer sobre alguna superficie donde pueda permanecer.

¿Cómo es el contagio?

Ej.: 1º- Jorge está infectado. Estornuda tapándose la boca con la mano. 2º- Jorge saluda con esa mano a Esteban (a Esteban le queda el virus en la mano). 3º- Esteban se rasca un ojo, o lleva su mano cerca de la boca. 4º- Esteban se infecta con el virus.

¿Cuál es el período de incubación de la enfermedad?

En promedio es de 2 a 7 días. Los síntomas pueden aparecer en cualquier momento de este período.

¿El virus es letal?

El virus H1N1 puede presentar complicaciones respiratorias, que en algunos casos pueden resultar riesgosas. De todas formas, no todo el que tiene contacto con algún enfermo se contagia, no todo el que presenta síntomas tiene complicaciones, ni todo el que tiene complicaciones se muere.

¿Cuál es la población que está siendo atacada por el virus?

No hay una población específica. Cualquier persona es susceptible de contagiarse Gripe A (H1N1).

¿Una gripe convencional fuerte puede convertirse en Gripe A (H1N1)?

No.

¿Si una mujer embarazada se contagia de Gripe A (H1N1), puede traerle complicaciones al feto?

No hay evidencias hasta el momento de la producción de afecciones fetales. Podría provocar alteraciones en el curso del embarazo.

¿Las mascotas pueden contagiarse y contagiar Gripe A (H1N1)?

No.

Asistencia

¿Los hospitales están preparados para brindar la atención necesaria?

Sí, todos los hospitales y centros de salud están al servicio de la emergencia sanitaria.

¿Dónde se entrega la medicación?

La medicación se entrega de forma gratuita contra receta médica y ficha específica en los hospitales y centros médicos.

¿Puedo tomar ácido acetilsalicílico (aspirina)?

Si tiene los síntomas no debe consumir aspirinas.

¿Cuenta la Ciudad con un número telefónico para realizar consultas sobre la Gripe A (H1N1)?

Sí, cuenta con la línea 147.

¿Qué hospitales distribuyen los medicamentos para la Gripe A?

- Hospital Argerich (Pi y Margal 750)
- Hospital Penna (Pedro Chutro 3380)
- Hospital Ramos Mejía (Gral. Urquiza 609)
- Hospital Álvarez (Aranguren 2701)
- Hospital Piñero (Varela 1301)
- Hospital Santojanni (Pilar 950)
- Hospital Durand (Av. Díaz Vélez 5044)
- Hospital Tornú (Combatientes de Malvinas 3002)
- Hospital Vélez Sarsfield (Calderón de la Barca 1550)
- Hospital Zubizarreta (Nueva York 3952)

- Hospital Fernández (Cerviño 3356)
- Hospital Pirovano (Monroe 3555)
- Hospital Rivadavia (Las Heras 2670)
- Hospital Pedro Elizalde (Tacuarí 1789)
- Hospital Juan P. Garrahan (Pichincha 1890)
- Hospital María Ferrer (Finochietto 849)
- Hospital R. Gutiérrez (Gallo 1330)
- Hospital Muñiz (Uspallata 2272)

¿ Qué hospitales atienden casos de Gripe A?

- Hospital Argerich (Pi y Margal 750)
- Hospital Penna (Pedro Chutro 3380)
- Hospital Ramos Mejía (Gral. Urquiza 609)
- Hospital Álvarez (Aranguren 2701)
- Hospital Piñero (Varela 1301)
- Hospital Santojanni (Pilar 950)
- Hospital Durand (Av. Díaz Vélez 5044)
- Hospital Tornú (Combatientes de Malvinas 3002)
- Hospital Vélez Sarsfield (Calderón de la Barca 1550)
- Hospital Zubizarreta (Nueva York 3952)
- Hospital Fernández (Cerviño 3356)
- Hospital Pirovano (Monroe 3555)
- Hospital Rivadavia (Las Heras 2670)
- Hospital Pedro Elizalde (Tacuarí 1789)
- Hospital Juan P. Garrahan (Pichincha 1890)
- Hospital María Ferrer (Finochietto 849)

- Hospital R. Gutiérrez (Gallo 1330)
- Hospital Muñiz (Uspallata 2272)

En los Centros Médicos Barriales ¿se va a atender a todo el mundo ó sólo a los del Plan Médico de cabecera? ¿y en los CESAC?

En los Centros Médicos Barriales se van a atender a aquellos que se acerquen por el Plan Médico de Cabecera, y en los CESAC pueden atenderse todos los vecinos de la Ciudad.

"Médico en casa" ¿sigue funcionando? Porque tengo un hijo con 39º C y no lo quiero llevar a la guardia por miedo a que se contagie con el virus H1N1.

El Programa Pediatra en casa (0800-222-6466) funciona en el horario de 20 a 8 horas todos los días. Fue creado para una atención especializada a pacientes menores de 14 años dentro del marco de la Ciudad de Buenos Aires.

Las guardias hospitalarias funcionan para todo tipo de emergencias? ¿De manera normal?

Sí, continúan funcionando con normalidad.

Conductas y comportamientos

¿Puedo hacer ejercicio al aire libre?

Sí. El virus no permanece en el aire.

¿Se puede comer carne de cerdo?

Sí, se puede, y no hay riesgo alguno de contagio.

¿Es riesgoso viajar en subte, tren o colectivo?

En esta etapa de la epidemia, tomando las medidas de prevención e higiene personal, no es riesgoso viajar en subte, trenes o colectivos. Es importante lavarse las manos al bajarse de los medios de transporte y no llevarlas a la cara.

Las personas enfermas deben evitar utilizar tales medios de transporte. En caso de ser imprescindible su utilización deben portar barbijo.

Medidas adoptadas

¿Está bien cerrar sólo las escuelas?

Considerando que por cuestiones climáticas las próximas semanas serán las más propicias para la transmisión del virus, se decidió no exponer a los chicos a esta situación. Esto no se da de la misma manera en las conglomeraciones de gente cuando el tiempo de contacto es corto.

¿Por qué se hizo ahora y no antes?

La situación de contagio es muy dinámica y es analizada todos los días. Esta semana estamos entrando en las semanas más propensas al contagio por la evolución de la enfermedad y el clima. Por eso, los expertos han determinado que estas medidas se apliquen a partir de esta semana.

¿Por qué en México se suspendió toda actividad y en Argentina no?

Cuando la Gripe A comenzó a expandirse en México fue declarada epidemia. Este país tomó la decisión de suspender todas las actividades ya que desconocían el virus, su forma de contagio y no tenían definido el tratamiento. Además, con solo suspender las actividades unos días, ya estarían en los meses de verano, lo que generaría un clima menos propicio para el contagio de la Gripe A.

En la Argentina la Gripe A llegó cuando ya había sido declarada pandemia (nivel 6), el conocimiento sobre el virus y su forma de prevenirlo era mayor y el tratamiento ya estaba definido. Por lo tanto, las medidas adoptadas al día de hoy son las necesarias para el nivel de evolución de la enfermedad.



Gripe A (H1N1)

Tomemos precauciones

¿Qué es la Gripe A (H1N1)?

Es una infección respiratoria aguda altamente contagiosa causada por un nuevo virus de influenza o gripe. Los síntomas clínicos generalmente son similares a los de una gripe estacional y van desde infecciones asintomáticas hasta neumonías severas.

La transmisión del virus ocurre de persona a persona a través de las microgotas que se generan al hablar, toser o estornudar.

Al tratarse de un virus nuevo, todas las personas son vulnerables a contraer la enfermedad. Quienes presentan especial condición de riesgo son: embarazadas, niños y niñas, adultos jóvenes y aquellas personas que padezcan patologías crónicas como diabetes y problemas cardíacos o respiratorios, entre otros.

¿Cómo se transmite la Gripe A?

- Por el contacto directo con una persona enferma.
- Por las microgotas de la tos o el estornudo de personas infectadas.
- Al tocar superficies contaminadas como perillas de puertas, barandas de escaleras o canillas.
- Al tocarse los ojos, la nariz o la boca luego de estar en contacto con elementos o personas infectadas.



¿Cuáles son los síntomas?

- Fiebre mayor a 38°C.
- Tos frecuente e intensa.
- Dolor de cabeza.
- Malestar general.
- Dificultad para respirar.
- Dolor de garganta.
- Congestión nasal.
- Dolores musculares y articulares.
- Falta de apetito.

¿Qué hacer ante la presencia de síntomas?



- Consultar al médico o profesional de la salud inmediatamente.
- Permanecer en su domicilio, no ir al trabajo ni a la escuela y evitar multitudes.
- No automedicarse. No tomar aspirina.
- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón.
- Mantener los ambientes limpios y ventilados.
- Saludar sin dar la mano ni beso.
- Limitar el contacto con otras personas.

¿Cómo prevenir el contagio?



- En caso de tos o estornudo, cubrirse boca y nariz con el codo o con un pañuelo descartable. Tirar los pañuelos descartables a la basura después de usarlos.
- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón o con algún producto a base de alcohol.
- Evitar tocar ojos, nariz o boca con manos no lavadas.
- Evitar el contacto directo con personas enfermas.
- La utilización de barbijo sólo es necesaria en personas infectadas que deban movilizarse por fuerza mayor. Si no está infectado no es necesario utilizar barbijo.
- Limpiar y desinfectar con frecuencia las superficies como perillas de puertas, mesas y botones de ascensores.

