

# AI SLAMIENTO RESPIRATORIO DOMICILIARIO NUEVA INFLUENZA H1N1

Mientras usted tiene síntomas, especialmente fiebre, es posible que usted pueda contagiar el virus a todas las personas con las que tenga contacto físico (por ejemplo, alguien que vive con usted o está en la misma casa cuidándolo). El departamento de salud le pide que tome las siguientes precauciones para prevenir el contagio del virus de la gripe a personas cercanas a usted:

## LA PERSONA QUE ESTÁ ENFERMA DEBE:

- **PERMANECER EN SU CASA** por lo menos 24 horas después de que la fiebre haya desaparecido. La fiebre debe estar ausente sin que haya la necesidad de tomar medicamentos para reducirla.
- **EVITAR CONTACTO CERCANO CON OTRAS PERSONAS.** Limite el contacto cercano con otras personas. Evite besos, compartir cepillos de dientes o bebidas con personas que no están enfermas. Trate de permanecer en un sólo cuarto o área específica en su casa, alejado de otros miembros de su familia.
- **CUBRIR LA BOCA Y NARIZ.** Siempre cubra su boca y nariz cuando estornude, tosa o se suene la nariz.
- **LAVARSE LAS MANOS.** Lávese las manos con agua y jabón o con un gel desinfectante de manos que contenga alcohol enseguida después de haber estornudado, tosido o de haber tirado un pañuelo desechable sucio a la basura.
- **USAR UNA MASCARA PROTECTORA.** Cuando usted esté cerca de otras personas (más o menos a un medio metro de distancia o 6 pies) o si es necesario que salga de su casa, póngase una máscara para prevenir el contagio de la influenza a otras personas.
- **LLAMAR A SU PROVEEDOR DE SALUD SI SUS SÍNTOMAS EMPEORAN.**
  - Tiene dificultad al respirar incluyendo la falta de aire o respiración acelerada.
  - Cambio de color de la piel a un tono azulado.
  - Dolor o presión en el pecho o el abdomen.
  - Mareo repentino.
  - Confusión o irritabilidad.
  - Los síntomas de la gripe mejoran pero vuelven con fiebre y tos más fuertes.
  - No puede retener líquidos

## LAS OTRAS PERSONAS EN EL HOGAR DEBEN:

- **ESTAR ATENTOS A LOS SÍNTOMAS.** Las personas en el hogar y otras personas cercanas deberán estar atentos a presentar síntomas como fiebre, tos, dolor de garganta o nariz congestionada. Las personas cercanas que desarrollen síntomas deberán quedarse en casa y seguir las mismas recomendaciones descritas arriba.
- **ESCOGER A UNA PERSONA QUE CUIDARÁ AL ENFERMO/A.** Limite el número de personas que cuidan a la persona enferma. Póngase una máscara si debe tener contacto cercano. Si es posible, las personas con problemas de enfermedades crónicas y mujeres embarazadas no deben cuidar de la persona enferma.
- **LÁVESE LAS MANOS.** Lávese las manos con agua y jabón o con un gel desinfectante de manos que contenga alcohol después de haber tenido contacto con la persona

enferma. Lávese las manos después de haber tocado ropa sucia u otros artículos personales.

- **LIMITE LAS VISITAS.** Las personas enfermas no deben recibir visitas de amigos o familiares mientras están enfermos. Si alguien que no vive en el hogar con el paciente tiene que entrar a la casa, no deberá acercarse (medio metro o seis pies de distancia) a la persona enferma.
- **LIMPIE SUPERFICIES.** Limpie las superficies que normalmente son tocadas o compartidas con otras personas con un desinfectante que normalmente usa en casa. Estas superficies pueden incluir las manijas de las puertas, controles remotos, mesas de noche y superficies en los baños.

### ¿NECESITA LA PERSONA ENFERMA TOMAR MEDICINA?

Las personas deberán tomar medicina para la influenza solamente si su médico se las ha recetado. Para las mujeres embarazadas o personas que tienen ciertas condiciones médicas, una medicina llamada “*oseltamivir (Tamiflu)*” o “*zanamivir (Relenza)*” podría ser recetada. Todas las personas enfermas deberán descansar, tomar bastante líquidos y tomar medicinas que no requieren receta médica como paracetamol (acetaminophen) o Ibuprofen para aliviar la fiebre y otros síntomas. **Todos los niños menores de 18 años de edad NO deben tomar aspirina** o productos que contengan aspirina (por ejemplo el Pepto-Bismol), porque este podría causar una rara pero seria enfermedad llamada el síndrome de Reye (Reye syndrome).

### ¿DEBEN TOMAR MEDICINA LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA U OTROS PERSONAS CERCANAS PARA PREVENIR LA INFECCIÓN?

La mayoría de gente que vive o tiene contacto cercano con personas que tienen la influenza no necesita tomar ninguna medicina para prevenir la enfermedad. Llame a su médico o proveedor de salud si tiene preguntas acerca si usted necesita medicina para prevenir la enfermedad.

### ¿DÓNDE PUEDO ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN?

- Llame a la línea de información NC CARE LINE (800)662-7030
- Visite las siguientes páginas en el Internet
  - NC Division of Public Health [www.ncpublichealth.com](http://www.ncpublichealth.com) o [www.ncdhhs.gov/espanol](http://www.ncdhhs.gov/espanol)
  - The Centers for Disease Control and Prevention [www.cdc.gov/spanish](http://www.cdc.gov/spanish)

