



## INFLUENZA A (H1N1)

Influenza (gripe) porcina ((H1N1) es una enfermedad respiratoria causada por el virus de influenza tipo A. La influenza A (H1N1) normalmente se cree es transmitida de la misma forma que la gripe (influenza) común de la estación de invierno, se transmite a por medio de la tos, estornudo, o al tocar superficies que tiene el virus de la gripe.

### Prevención de la gripe porcina:

- Cúbrase la nariz y boca con un tisú cuando tose o estornuda. Tire el tisú en la basura después de usarlo.
- Lávese las manos con jabón y agua, especialmente después de toser o estornudar. Los limpiadores de manos a base de alcohol son también eficaces.
- Trate de evitar contacto con personas enfermas.
- Si se encuentra enfermo, quédese en casa para evitar contacto con otras personas.
- Evite tocarse los ojos, nariz o boca. Gérmenes se transmitan de esa manera.



### Síntomas y Señas:

- Fiebre  $\geq 100^{\circ}\text{F}$
- Tos
- Dolor de garganta
- Dolor del cuerpo
- Dolor de la cabeza
- Vómito
- Diarrea



### Si niño o usted están enfermos:

- Quédese en casa para evitar transmisión a otras personas.
- Comuníquese con su médico, si tiene alguna preguntas sobre su salud.

### Para más información:

- Visite la página del internet del Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades al: <http://www.cdc.gov/swineflu/espanol/> llame 1-800-CDC-INFO.
- Llame al Condado de San Bernardino Departamento de Salud Publica al 1-800-782-4264.
- Visite la página del estado de California Departamento de Salud Pública en [www.cdph.ca.gov](http://www.cdph.ca.gov) o llame al teléfono 1888-865-0564, con servicio las 24 horas.