

Proteja a Sus Vecinos

En caso de un brote de gripe más grave donde muchas personas están enfermas, pueden haber seleccionado escuelas o el cierre de negocios para ayudar a detener la propagación de la enfermedad. Estas acciones serán comunicadas a usted bajo el nombre oficial de Datos de Pandemia de gripe, bajo la dirección de los funcionarios de salud de su condado. Su participación ayudará a reducir el impacto la gripe tendrá en su familia y amistades, así como de su condado.

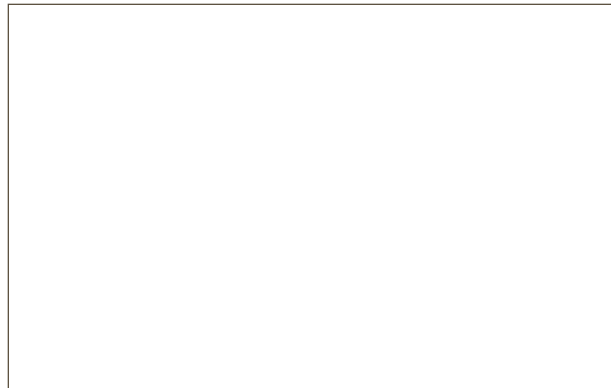


La Respuesta de la Comunidad

En el caso de un brote de pandemia de gripe, los funcionarios de salud en los condados el noroeste de Ohio van a activar un plan de respuesta de cooperación regional. Puede buscar comunicación oficial mediante el Identificador de Datos Sobre la Pandemia de Gripe.

**Para más información local específica
contra la gripe, visite**

www.nwopandemicflu.org



Información basada en datos disponibles en agosto, 2009



¿Qué es la Gripe?

¿Qué es la gripe?

La gripe es una infección respiratoria grave causada por un virus. Los síntomas de la gripe estacional son:

- ✓ La fiebre de 100° o superior.
- ✓ Tos seca
- ✓ Dolor de garganta.
- ✓ Dolores en el cuerpo.
- ✓ Dolor de cabeza.
- ✓ Escalofríos
- ✓ Cansancio
- ✓ Congestión respiratoria

Los síntomas del nuevo virus* H1N1 son similares a la temporada de gripe, con algunas personas quejándose de diarrea y vómitos asociados con la gripe. El nuevo virus H1N1 también puede causar un empeoramiento de condiciones médicas crónicas, como enfermedades cardíacas, asma, y diabetes, igual a la gripe de temporada.

Las personas consideradas en alto riesgo del nuevo virus H1N1 son las mujeres embarazadas, niños y adultos jóvenes de 6 meses a 24 años, y las personas de 25 a 64 años con condiciones médicas normales.



Los Pasos Que Debe Seguir

Póngase en contacto con su proveedor de atención médica inmediatamente si sospecha que usted tiene la gripe. Sólo un médico puede determinar si usted tiene la gripe y si es el nuevo virus H1N1 o de la gripe estacional.

* Los síntomas a partir de agosto de 2009

Protéjase usted y su familia

Si usted o alguien en su familia contrae la gripe, siga estos pasos para ayudar a proteger a otros miembros de la familia.

- ✓ Ninguna visita para la persona enferma y sólo una persona debe cuidar de él o ella, si es posible.
- ✓ Todo el mundo debe lavarse las manos o usar desinfectante de manos con frecuencia, especialmente si están con la persona enferma.
- ✓ Utilice toallas de papel para secar las manos, o designar una toalla para cada persona en la casa.
- ✓ Evitar el contacto personal con las personas enfermas.
- ✓ Mantenga las superficies del hogar limpias y desinfectadas.
- ✓ Nunca comparta platos, utensilios para comer o ropa de cama con la persona enferma hasta que se limpien a fondo.

Atendiendo a los enfermos

Si usted o un miembro de la familia se enferma, póngase en contacto con su proveedor de atención médica. Quedarse en casa sin ir a trabajar o la escuela y no salir de la casa a excepción de la atención médica.

Algunos pasos que usted puede tomar para ayudar a la persona enferma y para mantener la propagación de la gripe son:

- ✓ Use medicina para reducir la fiebre y, sólo en adultos, use medicamentos para la tos o resfriado. Consulte con su proveedor de cuidado médico antes de darle cualquier medicamento a un bebé o niño.
- ✓ Mantenga al enfermo en una habitación separada y mantenga la puerta de la habitación cerrada.
- ✓ Cubra la tos y estornudos con un pañuelo o la manga.
- ✓ Limpie las manos frecuentemente con jabón y agua o desinfectante de manos.
- ✓ Si la persona enferma tiene que estar alrededor de otras personas, él o ella deben usar una mascarilla.
- ✓ Si es posible, haga que la persona enferma use un baño independiente a los demás.