

H1N1 Nueva Influenza

Para el público en general

¿Qué es la nueva influenza H1N1 (antes llamada influenza porcina)?

La nueva influenza H1N1 es una enfermedad respiratoria causada por un virus. El H1N1 es un tipo de influenza que causa infección en los humanos.

¿Cuáles son las señales y los síntomas de la nueva influenza H1N1?

Los síntomas son parecidos a los de la influenza estacional:

- fiebre (más de 100° F)
- tos
- dolor de garganta
- congestión de la nariz
- y en algunos casos diarrea y vómito

¿Cómo se contagia la influenza H1N1?

- Cuando una persona con influenza tose o estornuda.
- Tocando algo contaminado con virus de influenza y luego tocarse los ojos, nariz o boca.

¿Qué puedo hacer para protegerme a mí mismo de no contraer la enfermedad?

- Cúbrase la nariz y boca con un pañuelo desechable cada vez que tosa o estornude. Bote el pañuelo a la basura después de usarlo.
- Si no tiene un pañuelo desechable, estornude o tosa en la manga de su camisa.
- Lávese las manos con agua y jabón a menudo.

- Trate de no tocarse los ojos, la nariz ni la boca.
- Si es posible, evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Manténgase saludable: coma comidas nutritivas, duerma lo suficiente, y haga ejercicio.

¿Qué puedo hacer si me enfermo?

Si se enferma con síntomas parecidos a los de la influenza, incluyendo fiebre, tos, dolor de garganta, y congestión de la nariz, usted debe:

- quedarse en casa y evite lo más posible el contacto con otras personas para evitar propagar su enfermedad a otros.

Más información:

- Departamento de Salud de Minnesota: www.health.state.mn.us
Línea directa: 1-877-676-5414
- Centros de Control y Prevención de las Enfermedades
www.cdc.gov/h1n1flu/espanol/
1-800-CDC-INFO (800-232-4636)
TTY: 1-888-232-6348

Si usted se enferma con la influenza, quédese en casa y evite el contacto con otras personas tanto como sea posible para evitar propagar su enfermedad a los demás!



Infectious Disease Epidemiology, Prevention and Control
P.O. Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
1-877-676-5414, TTY: 651-201-5797
www.health.state.mn.us