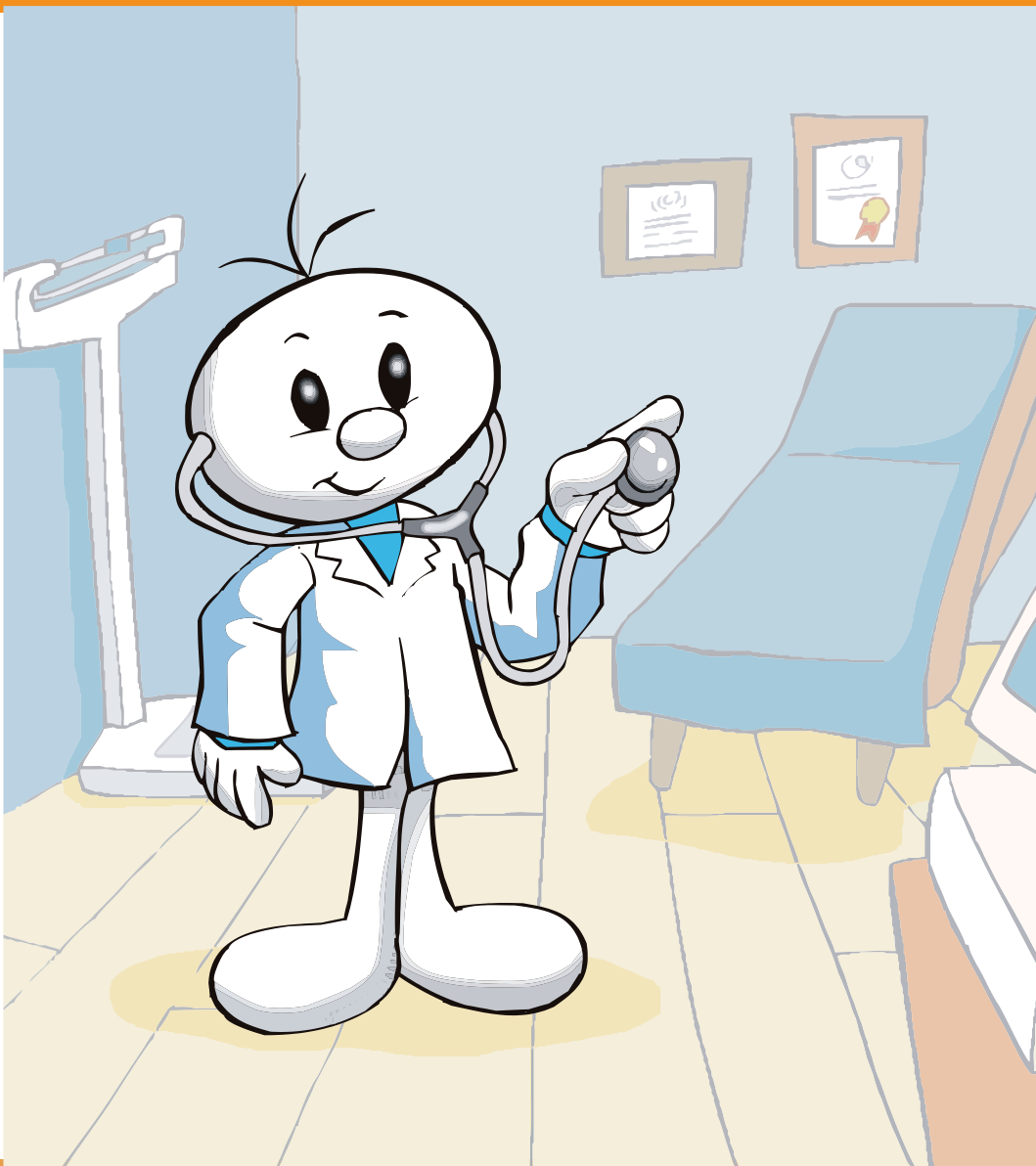


Consejería médica sobre influenza A(H₁N₁) a usuarios de Unidades Médicas de Primer Nivel



07 de mayo de 2009.

SALUD



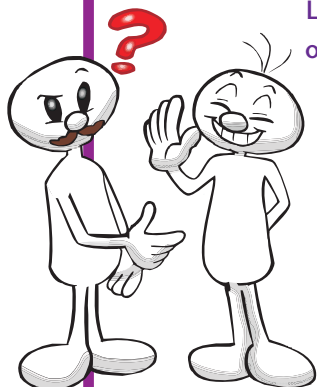
Debido a la epidemia de Influenza A(H₁N₁) que se está presentando actualmente en nuestro país, debemos estar concientes de que se incrementará el número de pacientes en la consulta externa, por lo que debemos tener la información oficial sobre el padecimiento, para poder brindarla al paciente que acuda a la Unidad de Salud, así como a sus familiares.

La influenza es una enfermedad aguda de las vías respiratorias. El virus que la provoca se llama virus de influenza A (H₁N₁). Esta enfermedad es curable y existen medicamentos para su tratamiento.

El virus de la influenza A(H₁N₁) puede viajar a través de las gotitas de saliva que se expulsan al hablar, toser o estornudar. Sobrevive entre 48 y 72 horas en superficies como manos, manijas y barandales, pañuelos desechables y telas; y mantiene, durante ese tiempo, su capacidad de contagiar. El virus puede ser destruido por la luz del sol y el jabón.



La influenza se transmite cuando el virus entra al organismo por la boca, la nariz o los ojos si:



- ⇒ Las personas enfermas estornudan o tosen frente a otra persona sin cubrirse la boca y la nariz
- ⇒ Se comparten utensilios, alimentos o bebidas de una persona enferma
- ⇒ Se saluda de mano o de beso a una persona enferma

La influenza A(H₁N₁) puede afectar a personas de cualquier edad, pero actualmente se está presentando principalmente en adultos entre 20 y 50 años

RECOMENDACIONES PARA PACIENTES CON SOSPECHA DE INFLUENZA A(H₁N₁)

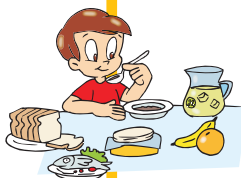
Si no presenta signos de alarma puede ser tratado en su casa:

- ⇒ Explicar de forma clara la enfermedad
- ⇒ Explicar la forma de transmisión de la influenza A (H₁N₁)
- ⇒ Explicar por qué la vacuna de influenza no es útil para la Influenza A(H₁N₁)
- ⇒ Explicar la importancia de NO AUTOMEDICARSE
- ⇒ Explicar el tratamiento específico



Recalcar la importancia de:

- ⇒ Lavarse las manos con agua y jabón líquido o en trozos después de toser, estornudar o utilizar el transporte público
- ⇒ Toser o estornudar utilizando pañuelos desechables o el ángulo interno del codo
- ⇒ Tener una alimentación correcta, con abundantes líquidos, frutas y verduras
- ⇒ Evitar cambios bruscos de temperatura
- ⇒ Utilizar el cubreboca correctamente si decide hacerlo: recomendar que éste cubra nariz y boca por completo; cambiarlo si se humedece, ensucia o dobla: y tirarlo en una bolsa de plástico cuando ya no se utilice
- ⇒ Tener cubiertos, vasos y platos de uso exclusivo
- ⇒ No llevarse las manos a la boca, nariz y ojos
- ⇒ Por qué es mejor estar en casa, y de preferencia, estar en su habitación descansando
- ⇒ Por qué no se debe saludar de mano o de beso
- ⇒ Evitar escupir en el suelo y en otras superficies expuestas al medio ambiente
- ⇒ Evitar visitas innecesarias de familiares y amigos



Si presenta signos de alarma y es referido a un hospital, recomendar a él y a sus familiares:

- ⇒ Mantener la calma
- ⇒ Llevarlo con prontitud al hospital
- ⇒ Evitar el contacto cercano con el enfermo
- ⇒ En caso de utilizar cubreboca darle las recomendaciones de su uso adecuado
- ⇒ Evitar visitas al hospital



RECOMENDACIONES A TODOS LOS PACIENTES QUE LLEGUEN A LA UNIDAD DE SALUD, POR CUALQUIER OTRO MOTIVO:

- ⇒ Mantenerse informado sobre la influenza A(H1N1)
- ⇒ Explicar los síntomas de la influenza A(H1N1), así como los signos de alarma
- ⇒ La importancia de NO AUTOMEDICARSE
- ⇒ No asistir a sitios concurridos
- ⇒ Alimentarse con abundantes frutas y verduras
- ⇒ Enfatizar en la importancia del lavado frecuente de manos con agua y jabón líquido o de pasta en trozos pequeños
- ⇒ Enfatizar en la técnica adecuada para estornudar y/o toser

