

# Gripe A (H1N1)

Tomemos  
precauciones



Buenos Aires  
Gobierno de la Ciudad

## **Preguntas y respuestas**

### **Contexto**

¿Qué es lo que está pasando?

Ingresó al país el virus H1N1, conocido como Gripe A o Gripe Porcina, el cual puede generar trastornos graves de salud. Al tratarse de un virus nuevo, todas las personas son vulnerables a contraer la enfermedad.

¿Por qué pasa esto en Argentina?

El virus se divulgó a nivel mundial, hoy está en 109 países. A diferencia de México, en la Argentina el virus ingresó al comienzo del invierno, cosa que hace más propicia su propagación.

¿Cuál es la situación en la Ciudad de Buenos Aires?

La Ciudad de Buenos Aires y el GBA son considerados actualmente zonas de alta transmisibilidad. Las personas que padecen cuadros gripales (fiebre de 38° o más, tos, dolor de garganta, dolor de cabeza, decaimiento y otros síntomas) se consideran casos sospechosos de Gripe A, por lo que no es necesario contar resultados de laboratorios para adoptar las medidas de precaución.

¿Quién decide las medidas adoptadas por el Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires?

El seguimiento de la epidemia se realiza a diario por un comité de expertos, compuesto, desde hace más de 40 días, por los mejores infectólogos del país, quienes analizan y deciden diariamente las medidas de salud pública.

### **Prevención**

## **¿Cuáles son los síntomas de la Gripe A (H1N1)?**

Fiebre mayor a 38°C, tos frecuente e intensa, dolor de cabeza, malestar general, dificultad para respirar, dolor de garganta, congestión nasal, dolores musculares y articulares y falta de apetito.

## **¿Qué hacer ante la presencia de síntomas?**

Consultar al médico o profesional de la salud inmediatamente.

Permanecer en su domicilio, no ir al trabajo ni a la escuela y evitar multitudes.

No automedicarse. No tomar aspirina.

Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón.

Mantener los ambientes limpios y ventilados.

Saludar sin dar la mano ni beso.

Limitar el contacto con otras personas.

## **¿Cómo evitar el contagio?**

No llevarse las manos a la cara, ojos, nariz y boca. No estar con gente enferma de Gripe A (H1N1). Lavarse las manos más de 10 veces al día, especialmente después de haber tocado estructuras como picaportes, barandas, columnas, mesas, asientos, y billetes, entre otros.

No saludarse con un beso en la mejilla ni con la mano. No compartir el mate.

## **¿Cuáles son los grupos de riesgo?**

Todas las personas son susceptibles de contagiarse Gripe A (H1N1). Sin embargo, hay personas que tienen mayor riesgo de complicaciones si se contagian Gripe A (H1N1). Los grupos de riesgo son embarazadas y aquellas personas que padezcan enfermedades como diabetes, enfermedades cardíacas, respiratorias o renales.

## **¿Qué medidas tengo que tomar si estoy en el grupo de riesgo?**

Toda persona que esté dentro de los grupos de riesgo deberá consultar con su médico y extremar las medidas de prevención. Las embarazadas deberán disminuir la circulación en lugares masivos y no ir a trabajar hasta nuevo aviso.

### **¿Qué medidas tengo que tomar si estuve con alguien que tiene Gripe A (H1N1)?**

Debe continuar con su vida normal, seguir con las medidas de prevención y estar alerta ante la aparición de cualquier síntoma indicado. Si tiene fiebre consulte inmediatamente a su médico.

### **¿Hay que usar barbijo?**

Sólo deben usar barbijo aquellas personas que tienen Gripe A (H1N1) y se deban trasladar al médico.

### **¿El barbijo puede prevenir el contagio de una persona que no tiene Gripe A (H1N1)?**

No. Si usted está sano, usar barbijo es contraproducente porque genera un microclima húmedo propicio para el desarrollo viral en la zona de la nariz y la boca. En cambio, si usted ya tiene Gripe A (H1N1), debe usar barbijo para disminuir las probabilidades de contagiar a los demás.

### **¿Es útil el uso del alcohol en gel para limpiarse las manos?**

Sí. Vuelve inactivo al virus y lo mata.

### **¿Qué mata al virus?**

El sol, el calor, la luz, la lavandina diluida, el iodo, el alcohol, el agua oxigenada, el jabón y el alcohol en gel.

## **¿Si estoy vacunado contra la gripe común, estoy protegido contra la Gripe A (H1N1)?**

No. Todavía no existe vacuna para este virus.

## **¿Sirve de algo tomar antivirales antes de tener los síntomas para prevenir la enfermedad?**

No. No previene el contagio ni aminoraría los síntomas.

## **Contagio**

### **¿Cuál es la forma en la que entra el virus al cuerpo?**

Por la nariz, boca y ojos. Por eso se sugiere no besar ni dar la mano.

### **¿Cuál es la forma más fácil de contagio del virus?**

El medio natural del virus es la humedad del cuerpo humano (mucosa de la nariz, boca y ojos). Cuando una persona contagiada tose o estornuda, puede contaminar sus manos, billetes o cualquier superficie que podría ser transmisora del virus.

### **¿En dónde vive el virus?**

En las personas. Pero fuera del cuerpo humano (en superficies como billetes, picaportes, barandas y bombillas de mate, entre otras) el virus puede vivir hasta 10 horas. Por eso es importante el lavado de manos y el uso frecuente de alcohol en gel.

### **¿Cómo viaja y se mueve el virus?**

El virus no tiene ni patas ni alas. Viaja en la saliva y en las mucosas. Al respirar, estornudar o toser, partículas de saliva o mucosidad -infectadas con el virus- entran en circulación y pueden contagiar a otros.

El virus no perdura mucho en el aire libre, a lo sumo viaja por el aire en un estornudo o tos hasta caer sobre alguna superficie donde pueda permanecer.

### **¿Cómo es el contagio?**

Ej.: 1º- Jorge está infectado. Estornuda tapándose la boca con la mano. 2º- Jorge saluda con esa mano a Esteban (a Esteban le queda el virus en la mano). 3º- Esteban se rasca un ojo, o lleva su mano cerca de la boca. 4º- Esteban se infecta con el virus.

### **¿Cuál es el período de incubación de la enfermedad?**

En promedio es de 2 a 7 días. Los síntomas pueden aparecer en cualquier momento de este período.

### **¿El virus es letal?**

El virus H1N1 puede presentar complicaciones respiratorias, que en algunos casos pueden resultar riesgosas. De todas formas, no todo el que tiene contacto con algún enfermo se contagia, no todo el que presenta síntomas tiene complicaciones, ni todo el que tiene complicaciones se muere.

### **¿Cuál es la población que está siendo atacada por el virus?**

No hay una población específica. Cualquier persona es susceptible de contagiarse Gripe A (H1N1).

### **¿Una gripe convencional fuerte puede convertirse en Gripe A (H1N1)?**

No.

### **¿Si una mujer embarazada se contagia de Gripe A (H1N1), puede traerle complicaciones al feto?**

No.

### **¿Las mascotas pueden contagiarse y contagiar Gripe A (H1N1)?**

No.

## **Asistencia**

### **¿Los hospitales están preparados para brindar atención?**

Sí, todos los hospitales y centros de salud de la Ciudad están al servicio de esta emergencia sanitaria.

### **¿Dónde se entrega la medicación?**

La medicación se entrega de forma gratuita contra presentación de receta en los hospitales y centros médicos de la Ciudad.

### **¿Puedo tomar ácido acetilsalicílico (aspirina)?**

**No.** No se puede tomar aspirina.

### **¿Cuenta la Ciudad con un número telefónico para realizar consultas sobre la Gripe A (H1N1)?**

Sí, cuenta con la línea 147.

## **Conductas y comportamientos**

### **¿Qué pasa con los padres que tienen hijos y van a trabajar?**

Deben adoptar todas las medidas de prevención e higiene necesarias y realizar una vida normal.

### **¿Puedo hacer ejercicio al aire libre?**

Sí. El virus no vuela.

### **¿Se puede comer carne de cerdo?**

Sí, se puede, y no hay riesgo alguno de contagio.

## **¿Es riesgoso ir a comer a restaurantes, o asistir a espectáculos como cines o teatros?**

En esta etapa de la epidemia, tomando en cuenta las medidas de prevención e higiene, no es riesgoso.

## **¿Es riesgoso viajar en subte, tren o colectivo?**

En esta etapa de la epidemia, tomando las medidas de prevención e higiene personal, no es riesgoso viajar en subte, trenes o colectivos. Es importante lavarse las manos al bajarse de los medios de transporte y no llevarlas a la cara.

## **Contexto**

### **¿Qué es lo que está pasando?**

Ingresó al país el virus H1N1, conocido como Gripe A (H1N1) o Gripe Porcina, el cual puede generar trastornos graves de salud. Al tratarse de un virus nuevo, todas las personas son vulnerables a contraer la enfermedad.

### **¿Por qué pasa esto en Argentina?**

El virus se divulgó a nivel mundial, hoy está en 109 países. A diferencia de México, en la Argentina el virus ingresó al comienzo del invierno, situación que hace más propicia su propagación.

### **¿Cuál es la situación en la Ciudad de Buenos Aires?**

La Ciudad de Buenos Aires y el GBA son considerados actualmente zonas de alta transmisibilidad. Las personas que padecen cuadros gripales, como fiebre de 38°C o más, tos, dolor de garganta, dolor de cabeza, decaimiento y otros, se consideran casos sospechosos de Gripe A (H1N1), por lo que no es necesario esperar los resultados de laboratorio para adoptar las medidas de precaución.

## **¿Quién decide las medidas adoptadas por el Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires?**

El seguimiento de la epidemia se realiza a diario por un **comité de expertos** compuesto, desde hace más de 40 días, por los mejores infectólogos del país, quienes analizan y deciden las medidas de salud pública.

## **Medidas adoptadas**

### **¿Está bien cerrar sólo las escuelas?**

En Argentina el brote empezó en las escuelas porque los chicos escolarizados están más expuestos al contagio que otros grupos de la población, por el largo y estrecho contacto entre ellos, convirtiéndose así en posibles agentes transmisores. Además, considerando que por cuestiones climáticas, las próximas semanas serán las más propicias para la transmisión del virus, se decidió no exponer a los chicos a esta situación. Esto no ocurre cuando la aglomeración de gente es por un tiempo corto. Por el momento, no hay razones científicas que indiquen que el Estado deba prohibir las reuniones masivas.

### **¿Por qué se hizo ahora y no antes?**

Esta decisión no se aplicó antes porque los expertos indicaron que no era necesario tomarla. La semana que viene estamos entrando en las semanas más propensas al contagio por la evolución de la enfermedad y el clima. La situación de contagio es muy dinámica y por eso debe ser analizada todos los días.

### **¿Por qué en México se suspendió toda actividad y en Argentina no?**

Cuando la Gripe A (H1N1) comenzó a expandirse en México fue declarada epidemia. México tomó la decisión de suspender todas las actividades ya que desconocían el virus, su forma de contagio y no tenían definido el tratamiento. Además, con sólo suspender las actividades unos días, ya estarían en los meses

de verano, lo que generaría un clima menos propicio para el contagio de la Gripe A (H1N1).

En la Argentina, la Gripe A (H1N1) llegó cuando ya había sido declarada pandemia (nivel 6), el conocimiento sobre el virus y su forma de prevenirlo era mayor y el tratamiento ya estaba definido. Por lo tanto, las medidas adoptadas al día de hoy son las necesarias para el nivel de evolución de la enfermedad.



# Gripe A (H1N1)

## Tomemos precauciones

### ¿Qué es la Gripe A (H1N1)?

Es una infección respiratoria aguda altamente contagiosa causada por un nuevo virus de influenza o gripe. Los síntomas clínicos generalmente son similares a los de una gripe estacional y van desde infecciones asintomáticas hasta neumonías severas.

La transmisión del virus ocurre de persona a persona a través de las microgotas que se generan al hablar, toser o estornudar.

Al tratarse de un virus nuevo, todas las personas son vulnerables a contraer la enfermedad. Quienes presentan especial condición de riesgo son: embarazadas, niños y niñas, adultos jóvenes y aquellas personas que padezcan patologías crónicas como diabetes y problemas cardíacos o respiratorios, entre otros.

### ¿Cómo se transmite la Gripe A?

- Por el contacto directo con una persona enferma.
- Por las microgotas de la tos o el estornudo de personas infectadas.
- Al tocar superficies contaminadas como perillas de puertas, barandas de escaleras o canillas.
- Al tocarse los ojos, la nariz o la boca luego de estar en contacto con elementos o personas infectadas.



### ¿Cuáles son los síntomas?

- Fiebre mayor a 38°C.
- Tos frecuente e intensa.
- Dolor de cabeza.
- Malestar general.
- Dificultad para respirar.
- Dolor de garganta.
- Congestión nasal.
- Dolores musculares y articulares.
- Falta de apetito.

### ¿Qué hacer ante la presencia de síntomas?



- Consultar al médico o profesional de la salud inmediatamente.
- Permanecer en su domicilio, no ir al trabajo ni a la escuela y evitar multitudes.
- No automedicarse. No tomar aspirina.
- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón.
- Mantener los ambientes limpios y ventilados.
- Saludar sin dar la mano ni beso.
- Limitar el contacto con otras personas.

### ¿Cómo prevenir el contagio?



- En caso de tos o estornudo, cubrirse boca y nariz con el codo o con un pañuelo descartable. Tirar los pañuelos descartables a la basura después de usarlos.
- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón o con algún producto a base de alcohol.
- Evitar tocar ojos, nariz o boca con manos no lavadas.
- Evitar el contacto directo con personas enfermas.
- La utilización de barbijo sólo es necesaria en personas infectadas que deban movilizarse por fuerza mayor. Si no está infectado no es necesario utilizar barbijo.
- Limpiar y desinfectar con frecuencia las superficies como perillas de puertas, mesas y botones de ascensores.

