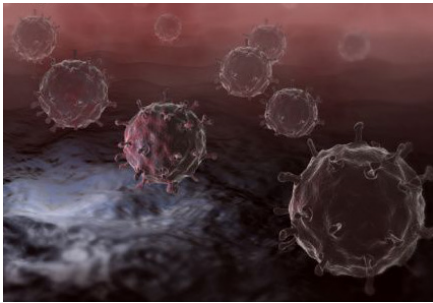


# Gripe A. Campaña informativa y de prevención.



## ¿Qué es la Gripe A?

La gripe por el nuevo virus A/H1N1 (que empezó llamándose gripe porcina y “nueva gripe”) la produce un **nuevo subtipo del virus de la gripe**. Precisamente por ser nuevo no estamos inmunizados y hay muchas personas que corren el riesgo de contraerlo.

En contraste, otras muchas personas tienen inmunidad frente a los virus de la gripe estacional (la gripe que se presenta fundamentalmente en invierno todos los años).

La población con inmunidad a la gripe común tiene menos riesgo de infectarse.



## ¿Cómo se contagia el virus A/H1N1?

El contagio, al ser también un virus de la gripe, **es como el de la gripe estacional**.

Se transmite de persona a persona, principalmente por el aire, en las gotitas de saliva y secreciones nasales que se expulsan al toser, al hablar o al estornudar. Las personas infectadas lo pueden contagiar a través de estas microgotas respiratorias, que también pueden quedar en las manos, en las superficies o dispersas en el aire. **La higiene es fundamental**.



## ¿Cuáles son los síntomas de la gripe A/H1N1?

Los síntomas **son los de cualquier gripe**: puede aparecer tos, dolor de garganta, dolor de cabeza, fiebre de más de 38° (sobre todo los dos primeros días), dolores musculares, malestar general, congestión nasal, estornudos y también vómitos y diarrea.

Dado que es un virus nuevo aún no se ha determinado con exactitud la severidad del cuadro clínico que produce aunque, hasta el momento, la enfermedad es leve en la mayoría de los casos. **En caso de tener estos síntomas** es necesario reducir el contacto con otras personas y acudir rápidamente al servicio médico para un claro diagnóstico.



## ¿Hay vacuna para el nuevo virus?

De momento no, pero **se está trabajando para producirla** y se prevé que pueda estar disponible en unos meses. Las vacunas que se usan contra la gripe estacional (la gripe que se presenta fundamentalmente en invierno todos los años) no han demostrado eficacia frente al nuevo virus. En España **se dispone también de tratamientos antivirales** que pueden resultar útiles: oseltamivir (Tamiflu®) y zanamivir (Ralenza®). Estos medicamentos son útiles para **evitar posibles complicaciones**. Actúan haciendo que **los síntomas sean más leves**.



## ¿Qué precauciones puedo tomar?

- Lavarse las manos con frecuencia.
- Taparse la boca y nariz al estornudar o toser y evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Evitar la aglomeraciones dentro de lo posible. No hay que obsesionarse.
- Cuidar la alimentación, el sueño y el ejercicio para fortalecer las defensas.