



## **Actualización sobre la influenza H<sub>1</sub>N<sub>1</sub> (influenza porcina) para nuestros pacientes**

**La influenza H1N1 es altamente contagiosa, especialmente para las mujeres embarazadas, los niños pequeños y los bebés. Se transmite por vía aérea cuando una persona contagiada tose o estornuda o por tocar superficies u objetos infectados y luego llevarse las manos a la boca.**

**Qué puede hacer para protegerse a sí mismo, proteger a su familia y a su bebé -----**

- ❖ Vacúnese y vacune a los miembros de su familia contra la influenza**
- ❖ Lávese las manos a menudo**
- ❖ Limite el contacto de su bebé con otras personas**
- ❖ Tápanse la boca con un pañuelo facial o con su codo para toser y estornudar**
- ❖ Toda persona que está enferma debe quedarse en casa**
- ❖ Busque tratamiento apenas se presenten los síntomas:**
  - ✓ Fiebre de 100.4 grados o más**
  - ✓ Dolores en el cuerpo**
  - ✓ Tos, nariz que gotea**
  - ✓ Garganta irritada y adolorida**

**Llame a su proveedor de salud para informarle sus síntomas y obtener tratamiento.**