

iSU salud!

PROMOVIENDO LA SALUD DE LOS LATINOS DE CAROLINA DEL SUR, EDICIÓN No. 4, JUNIO - JULIO 2007



SC HLHC

Coalición para la Salud de los
Hispanos/Latinos de Carolina de Sur

En esta edición:

- Editorial..... 1
- Influenza Pandémica
 Infórmese, Prepárese..... 2
- Diferencias..... 3
- Frasecitas Bilingües..... 4

Editorial

Queridos lectores:



Con mucho gusto presentamos la cuarta edición de Su Salud.

La producción de esta edición contó con la colaboración de la Oficina de Salud para las Minorías (Office of Minority Health) del Estado de Carolina del Sur y la ayuda de Alejandro García-Lemos, Myriam Torres, y Yadira Calvo-Moore. El tema central de esta edición es la gripe pandémica.

Presentamos la información necesaria para su protección y la promoción de la salud de su familia. En esta edición encontrarán información acer-

ca de las diferencias entre la gripe pandémica y la gripe de temporada, cómo informarse más y prepararse para la influenza pandémica, y acerca de cómo podría afectar los sitios públicos y los lugares de trabajo, en caso de que se llegara a presentar.

Es importante aclarar que en este momento, no hay una gripe pandémica. Sin embargo, siempre el mejor lema es prevenir. Esperamos que esta información sea de provecho para todos ustedes.

Buena Salud para todos!

DeAnne K. Hilfinger Messias

DeAnne K. Hilfinger Messias
Presidenta, SCHLHC

Comentarios...

envíenos sus cartas al

P.O. Box 722,

Columbia, SC 29202

o un correo electrónico a

torresme@gwm.sc.edu

Para obtener mayor información visite:

www.pandemicflu.gov

La Línea Directa de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636), se encuentra disponible en inglés y en español, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. TTY: 1-888-232-6348.

Las preguntas pueden ser enviadas por correo electrónico a inquiry@cdc.gov.

Influenza pandémica

Infórmese. Prepárese.

Información proporcionada por: www.pandemicflu.gov.



Lo que usted necesita saber

Una pandemia de influenza (gripe) es un brote a escala mundial de la enfermedad de la gripe que ocurre al aparecer un nuevo tipo de virus de la influenza al cual las personas no habían estado expuestas con anterioridad (o al cual no se habían visto expuestas durante mucho tiempo).

El virus pandémico puede causar una enfermedad grave, debido a que las personas no tienen inmu-

nidad contra el nuevo virus. Las pandemias son diferentes a los brotes de influenza de temporada que vemos cada año. La influenza de temporada es causada por distintos tipos del virus a los que las personas ya han estado expuestas. Su impacto en la sociedad es menos grave que en el caso de una pandemia, y las vacunas contra la influenza (inyectables y vaporizador nasal) se encuentran disponibles para ayudar a prevenir la generalización de la gripe de temporada.

Los síntomas incluyen fiebre, dolores de cabeza, cansancio, tos seca, dolor de garganta, mucosidad nasal y dolor muscular. Con complicaciones como la neumonía se puede llegar a la muerte.

Los síntomas son similares a los de la gripe común pero pueden resultar más graves, al igual que las complicaciones que desencadenan.

Los adultos saludables pueden correr un alto riesgo de sufrir complicaciones graves.

Los efectos de una pandemia grave pueden llegar a ser mucho más perjudiciales que aquellos de una gripe de temporada común.

Una pandemia puede conducir a altos niveles de enfermedad, la muerte, trastornos sociales y pérdidas económicas. La vida diaria se puede ver seriamente afectada, debido a que tantas personas en tantos lugares diferentes se encuentran gravemente enfermas al mismo tiempo.

Los impactos pueden variar desde el cierre de escuelas y negocios, hasta la interrupción de servicios básicos como el transporte público y la distribución de alimentos.

Los efectos de una pandemia pueden verse reducidos si usted se prepara con anticipación.



¿Cuál es la diferencia entre la gripe de temporada y la gripe pandémica?



Gripe de temporada	Gripe pandémica
Los brotes siguen patrones predecibles por temporada; ocurre anualmente, por lo general en invierno, en climas templados.	Ocurre raramente (tres veces en el siglo 20, la última en 1968).
Generalmente se desarrolla cierta inmunidad a partir de la exposición previa.	No hay exposición previa; inmunidad preexistente reducida o nula.
Los adultos saludables generalmente no corren riesgo de sufrir complicaciones graves. Los niños pequeños, los ancianos y aquellas personas con ciertas enfermedades subyacentes corren mayor riesgo de sufrir complicaciones graves.	Las personas saludables pueden correr un riesgo elevado de sufrir complicaciones graves.
Los sistemas de salud a menudo pueden satisfacer las necesidades públicas y de los pacientes.	Los sistemas de salud pueden no dar abasto.
La vacuna se desarrolla en base a cepas de gripe conocidas y está disponible para la temporada anual de gripe.	La vacuna probablemente no esté disponible en las primeras etapas de una pandemia.
Generalmente hay disponibles suministros adecuados de antivirales.	Los suministros de antivirales eficaces pueden ser limitados.
Promedio aproximado de muertes en los EE. UU.: 36,000/año.	El número de muertes puede ser bastante alto: (por ej. el número de víctimas mortales en EE. UU. en 1918 fue de 675,000 aproximadamente).
Síntomas: fiebre, tos, secreción nasal acuosa, dolor muscular. Las muertes generalmente ocurren por complicaciones, tales como la neumonía.	Los síntomas pueden ser más graves y las complicaciones más frecuentes.

Importancia y beneficios de estar preparados



El prepararse para un desastre le proporcionará tranquilidad y confianza al momento de enfrentar la pandemia.

Al comenzar una pandemia, todas las personas del mundo corren peligro.

Los Estados Unidos está trabajando junto

a otros países y la Organización Mundial de la Salud (WHO, por sus siglas en inglés) para reforzar los sistemas de detección de brotes de influenza que puedan iniciar una pandemia. Una pandemia afectaría cada aspecto de la sociedad, de modo que todos los sectores de la misma deben comenzar a prepararse. Todos ellos juegan

un papel importante en la eventualidad de una pandemia.

Los gobiernos federales, estatales, tribales y locales se han dado a la tarea de desarrollar, mejorar y poner a prueba sus planes ante una posible pandemia de influenza. Las empresas, escuelas, universidades y otras organizaciones religiosas y comunitarias también se encuentran planificando con la misma finalidad.

Mientras usted comienza a prepararse de manera individual o familiar, le podría ser útil estudiar la planificación elaborada por su gobierno estatal, así como la de los funcionarios locales del área de salud pública y de preparación para emergencias.

Puede encontrar la planificación estatal y otra información relevante en:

www.pandemicflu.gov/plan/checklists.html.

¡SU salud!

De Anne K. Hilfinger Massias

Presidenta, SCHLHC

Myriam E. Torres

Editora, SU Salud

Alejandro García-Lemos

Diseño y Corrección

Comunicar, Llc.

Yadira Calvo-Moore

Frasecitas Bilingües

La misión de SCHLHC "Abogar por la igualdad y la calidad de servicios de salud para los hispanos/latinos de Carolina del Sur".



Coalición para la Salud de los Hispanos/Latinos de Carolina de Sur

FRASECITAS BILINGÜES

Cómo decimos lo que sentimos:

Tengo gripa:	I have the flu.
Tengo resfriado:	I have a cold.
Tengo escalofrío:	I have the chills.
Tengo tos:	I have a cough.
Tengo fiebre:	I have a fever.
Tengo cansancio:	I am tired.
No tengo hambre:	I'm not hungry.
Tengo debilidad:	I feel very weak.
Me duele el cuerpo:	My body aches.
Tengo dolor de cabeza:	I have a headache.

Qué me pasa cuando tengo gripe:

- Presento fiebre muy alta durante tres o cuatro días
- Tengo un fuerte dolor de cabeza
- Tengo dolor en todo el cuerpo.
- Siento cansancio y me pongo débil
- La nariz se pone congestionada (o goteando)

Qué debe hacer cuando tiene gripe:

- Cúbrase la boca y nariz cuando tosa o estornude.
- Lávese las manos con agua y jabón después de estornudar o toser.