

# Información sobre la nueva gripe

## ¿Qué es la nueva gripe?

La nueva gripe es una enfermedad respiratoria causada por el nuevo virus de la gripe A/H1N1.

## ¿Cómo se transmite la nueva gripe?

La transmisión de la nueva gripe se cree que se transmite de la misma manera que la gripe estacional, principalmente de persona a persona cuando una persona con gripe tose o estornuda. Algunas veces, las personas pueden contagiarse al tocar algo que tiene el virus de la gripe y luego llevarse las manos a la boca o la nariz.

## ¿Cuáles son los síntomas de la nueva gripe?

Los síntomas de la nueva gripe en las personas son similares a los de la gripe estacional común, entre los que se incluyen fiebre, malestar general, falta de apetito y tos. Algunas personas han presentado también aumento de la secreción nasal, dolor de garganta, náuseas, vómitos y diarrea.

## Medidas de prevención frente a la nueva gripe

Al toser, cúbrase la boca

1. Cubra su boca y nariz al toser y estornudar con pañuelos de papel y tírelos a la basura.
2. Si no tiene pañuelo de papel, tosa y estornude sobre la manga de su camisa para no contaminarse las manos.
3. Evite tocarse con las manos los ojos, la nariz o la boca.

Lávese las manos frecuentemente

4. Lávese las manos frecuentemente con jabón (durante 15-20 segundos), y sobre todo después de toser o estornudar.
5. No comparta objetos personales, de higiene o aseo (vasos, toallas...).
6. Ventile diariamente la casa, habitaciones y espacios comunes.

7. Limpie con frecuencia las superficies y objetos de uso común con productos de limpieza habituales (encimeras, baño, pomos, juguetes, teléfonos...).

**RECOMENDACIONES PARA LOS VIAJEROS QUE VIENEN DE LAS ZONAS AFECTADAS (a fecha de 30/4/2009 Méjico)**

- Preste atención a su salud durante los 7 días siguientes a su vuelta
- Si en este tiempo presenta fiebre, tos o dificultad respiratoria, contacte telefónicamente con el servicio de emergencia 112. En ningún caso ha de acudir directamente a los centros sanitarios.
- En esa llamada informe de su viaje a la zona afectada y la fecha de regreso