

## **CÓMO CUIDAR A ALGUIEN QUE TIENE LA INFLUENZA PORCINA**

### **¿CUÁLES SON LAS SEÑALES Y LOS SÍNTOMAS DE LA INFLUENZA PORCINA?**

- Irrupción repentina de enfermedad
- Fiebre que sobrepasa los 100.4 grados Fahrenheit
- Escalofríos
- Tos
- Dolor de cabeza
- Dolor de garganta
- La nariz tapada
- Dolores musculares
- Debilidad
- Diarrea, vómitos, dolor en el abdomen y/o agotamiento ocurren más frecuentemente entre los niños

### **PARA MÁS INFORMACIÓN:**

El Gabinete para Servicios de Salud y de la Familia de Kentucky  
Frankfort, KY

**EMERGENCIAS: 1-888-398-0013**

<http://chfs.ky.gov>

<http://healthalerts.ky.gov>

Centro de Control de Intoxicaciones de la Región de Kentucky Louisville, KY

**EMERGENCIAS: 1-800-222-1222**

Lake Cumberland District Health Dept.  
(606) 678 – 4761

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)  
Atlanta, GA

**Sin cargo: 1-800-232-4636**

<http://www.cdc.gov/h1n1flu>

### **¿CÓMO PUEDE USTED CUIDAR A ALGUIEN QUE TIENE LA INFLUENZA PORCINA?**

**Si usted sospecha que alguien que vive con usted tiene la influenza porcina, lo primero que hay que hacer es observar su condición.**

- Tome la temperatura de la persona usando un termómetro digital.
- Revise la piel de la persona para ver si el color es rosado, pálido o azulado y si tiene erupciones.
- Observe la cantidad de líquidos que consume la persona.
- Esté al tanto de los medicamentos, las dosis y las horas en que fueron dados.

**Separe la persona que tiene influenza porcina de las otras personas que viven en el hogar.**

- Una persona en el hogar debe ser el que cuida principalmente a la persona enferma.
- Las otras personas que viven en el hogar deben limitar su contacto con la persona enferma.
- La persona enferma debe usar otro baño y no debe usar el baño que usan las otras personas en el hogar, si es posible.

## ¿QUÉ SE DEBE PROPORCIONAR A LA PERSONA ENFERMA?

Varios artículos deben ser proporcionados a la persona enferma para que esté lo más cómoda posible.

- Use ibuprofen o paracetamol (acetaminofén) para fiebre, dolor de garganta y molestias en general. (No use aspirina en los niños o adolescentes porque puede causar el síndrome de Reye, una enfermedad que amenaza la vida.)
- Si la persona no vomita, ofrezca cantidades pequeñas de líquidos frecuentemente para prevenir la deshidratación, aun si la persona no tiene sed.
- Mantenga pañuelos desechables y una bolsa de basura al alcance de la persona enferma.
- No permita que la persona tome alcohol ni que use tabaco. No permita que nadie fume en la casa.

## ¿CUÁNDO DEBO BUSCAR TRATAMIENTO DE UN PROFESIONAL?

Si la persona a quien usted está cuidando tiene cualquiera de las siguientes señales de aviso, busque atención médica de emergencia:

- Dificultades respiratorias o falta de aliento
- Dolor o presión en el pecho o el abdomen
- Mareo repentino
- Confusión
- Vómitos graves o continuos

## ¿CÓMO PUEDE PREVENIR LA PROPAGACIÓN DE INFLUENZA PORCINA EN EL HOGAR?

- Asegure que todos los miembros de la familia se laven las manos frecuentemente con jabón y agua tibia o con un esterilizante de manos a base de alcohol.
- Todos los platos y utensilios de comer deben ser lavados en el lavaplatos o a mano con agua tibia y jabón. No es necesario separar los utensilios que usa el paciente para comer y servir.
- Se puede lavar la ropa en una máquina lavadora normal o a mano con agua tibia y jabón. No es necesario separar la ropa sucia del paciente de otra ropa del hogar.
- Los pañuelos desechables que la persona enferma ha usado deben ser echados en una bolsa de basura y tirados.
- Si usted tiene que tener contacto con la persona enferma (por ejemplo, al sostener a un bebé enfermo), pase el menor tiempo posible en contacto estrecho y trate de llevar una máscara (por ejemplo, una máscara de cirujano) o un respiradero desechable N95. Puede encontrar más información sobre máscaras y respiraderos en [www.cdc.gov/swineflu](http://www.cdc.gov/swineflu).