

## TRES COSAS

### *a Saber sobre la Influenza Pandémica*

1. Una pandemia de influenza ocurre cuando se desarrolla un nuevo tipo de virus de la gripe, se disemina fácilmente de persona a persona, y provoca graves enfermedades en todo el mundo.
2. La influenza pandémica no es lo mismo que la gripe estacional. Dado que la gripe estacional es un virus diferente del de una pandemia, la vacuna actual contra la gripe no ofrecerá protección contra la influenza pandémica.
3. La gripe aviar—también conocida como influenza aviar o H5N1—puede convertirse en una influenza pandémica si cambia de tal modo que se pueda diseminar fácilmente de un ser humano a otro.

## TRES COSAS

### *a Esperar Durante una Pandemia*

#### 1. Impacto a Largo Plazo

- Una pandemia podría durar semanas o meses
- La cantidad de personas enfermas puede reducirse, luego incrementarse rápidamente, causando olas de enfermedad
- Las economías locales, estatales, nacionales y mundiales podrían verse afectadas

#### 2. Escasez de vacunas y medicamentos

- Los científicos necesitan saber el tipo exacto de influenza antes de trabajar en una vacuna
- Puede tomar algún tiempo desarrollar una vacuna
- Puede haber escasez en el suministro de medicamentos
- Es importante que las personas se conserven sanas evitando las multitudes y practicando una buena higiene

#### 3. Alteración de las actividades diarias

- Escuelas y empresas podrían cerrar
- Los servicios cotidianos podrían verse interrumpidos
- Grandes reuniones, tales como servicios religiosos, podrían ser cancelados
- Los centros de cuidados de salud podrían estar atareados y atestados
- Se instaría a las personas enfermas a permanecer en sus casas

## TRES FORMAS

### *En Que Usted Puede Ayudar*

1. **Prepárese y Practique.** Haga un plan familiar de emergencia y un equipo de emergencia. Practique una buena higiene personal.
2. **Cuide a sus vecinos.** Comparta este folleto. Vigile a vecinos de edad avanzada y a aquellos que estén confinados a sus hogares.
3. **Manténgase informado.** Para más información sobre la influenza pandémica, visite [www.HealthyMS.com](http://www.HealthyMS.com), o llame al Departamento de Salud de Mississippi al 1-866-HLTHY4U (1-866-458-4948).



Sponsored by  
*The Office of the Governor  
Mississippi Office of Homeland Security  
Mississippi Department of Public Safety  
Mississippi Emergency Management Agency  
Mississippi National Guard  
Mississippi Department of Health*

Para más información, visite

[WWW.PANDEMICFLU.MS.GOV](http://WWW.PANDEMICFLU.MS.GOV)

# *La Pandemia de Influenza* y Mississippi

*Manténgase* INFORMADO

*Esté* PREPARADO

*Entre en* ACCIÓN

*Manténgase* PROTEGIDO

*Qué Puede Usted Hacer  
Para Proteger A Su Familia  
Y A Su Comunidad*

[WWW.PANDEMICFLU.MS.GOV](http://WWW.PANDEMICFLU.MS.GOV)

Esta publicación fue patrocinada por el Subsidio/Convenio Cooperativo Número U90/CCU416986 del CDC. Su contenido es responsabilidad exclusiva de los autores y no necesariamente representa las opiniones oficiales del CDC.

## ACERCA DE *la Influenza Pandémica*

### Contagio

La influenza pandémica se contagia del mismo modo que la gripe estacional:

- Tos
- Estornudo
- Contacto cercano con una persona enferma
- Tocar elementos contaminados y luego tocarse la nariz o la boca

### Síntomas

Los síntomas e la influenza pandémica son similares a los de la gripe estacional, pero a menudo son más severos:

- Fiebre, escalofríos
- Dolor corporal
- Tos seca, dolor de garganta
- Congestión nasal
- Estornudo
- Fatiga
- Síntomas estomacales (náuseas, vómitos, diarrea)

### Tratamiento

Medicamentos y Vacunas

- Se pueden usar medicamentos antivirales para el tratamiento de los síntomas de la influenza
- Los científicos tendrán que identificar el tipo exacto de virus de la influenza
- Puede tomar algún tiempo desarrollar una vacuna
- Los funcionarios les harán saber a los residentes donde buscar la vacuna apenas esté disponible



## TRES PASOS *que Mississipi está Tomando*

### 1. Trabajando Juntos

Las agencias gubernamentales de salud pública estatales y locales están trabajando juntas para:

- Planificar y practicar una respuesta eficaz
- Mantener informados a los residentes
- Almacenar y distribuir medicamentos cuando sea necesario

### 2. Estar Alerta ante Posibles Casos

Las agencias locales, regionales y estatales:

- Monitorean enfermedades similares a la influenza en todo el estado en busca de nuevos tipos de influenza
- Analizan las pruebas de laboratorio para confirmar los tipos de cepas del virus de la influenza
- Reportan casos inusuales a los Centros de Control y Prevención de Enfermedades



### 3. Mejoran os Cuidados de Salud

Mississipi está trabajando para:

- Coordinar preparativos con hospitales, clínicas y hogares de ancianos
- Ayudar a los establecimientos de cuidados de salud en la planificación de respuesta
- Suministrar alimentos, atención médica y otros servicios durante una pandemia para personas que estén confinadas en sus hogares

Muchas actividades actuales relacionadas a los preparativos para la pandemia serán útiles para responder ante cualquier emergencia de enfermedades infecciosas.



## TRES COSAS *Que Usted Puede Hacer Para Prepararse*

### 1. Practique una Buena Salud e Higiene

Para reducir el contagio de influenza:

- Lávese las manos en forma regular
- Tosa y estornude en un pañuelo de papel y arroje a la basura los pañuelos usados
- Mantenga las manos lejos de su nariz y boca



Para mantener su cuerpo sano a fin de combatir la influenza:

- Coma una dieta balanceada
- Deje de fumar
- Haga ejercicio en forma regular
- Hágase chequeos médicos periódicos

### 2. Plan para la Alteración de Actividades

- Consulte a su empleador sobre el plan de negocios de su compañía
- De ser posible, trabaje desde su casa en caso de ocurrir una pandemia
- Dado que las escuelas podrían estar cerradas por un largo tiempo, considere las necesidades de cuidados infantiles
- Prepárese para cuidar de los parientes de mayor edad en su casa, de ser necesario

### 3. Asegúrese Que Su Familia Esté Preparada

- Almacene un suministro de agua y alimentos no perecederos para dos semanas
- Haga una lista de toda la información de contacto familiar
- Haga una lista de toda la información médica familiar (como tipo de sangre y alergias)
- Haga un botiquín de suministros médicos que incluya medicamentos recetados, analgésicos, medicamentos para la tos y el resfrío, remedios para el estómago y artículos de primeros auxilios

