

¿Qué debo hacer si me enfermo?

Si usted vive en áreas donde la gente ha sido identificada con el flu H1N1 y se enferma con síntomas parecidos de los de la influenza (incluyendo fiebre, dolor de los músculos, fluido nasal, dolor de la garganta, náusea, vómito o diarrea), usted debe quedarse en casa y evitar el contacto con los demás. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan que usted se quede en casa por un mínimo de 24 horas después de la reducción de su fiebre, excepto por atención médica o otras necesidades (Su fiebre debe resolverse sin el uso de medicamentos que reducen fiebres). Evite el contacto con otros lo más posible para minimizar la transmisión de la enfermedad. Quedarse en casa significa que usted no debe salir de casa excepto por atención médica. Eso quiere decir que usted debe evitar sus actividades normales, incluyendo el trabajo, la escuela, el viajar, el ir de compras, eventos sociales, y concurrencias públicas.

Si usted tiene una enfermedad severa o tiene alto riesgo de complicaciones de la influenza, consulte a su médico o busque atención médica. Su proveedor de asistencia médica determinará si se necesitan pruebas o tratamientos.

Si usted se enferma y tiene algunas de las siguientes señales de aviso, busque atención médica inmediatamente:

En los niños, las señales de aviso que requieren atención médica incluyen:

- Respiración rápida o dificultad para respirar
- Tez del color azul o gris
- No toma bastantes fluidos
- Vómito persistente o severo
- No está despertándose o relacionándose
- Está tan irritable que no le gusta estar sostenido en los brazos
- Síntomas parecidos a la gripe mejoran pero entonces regresan con fiebre y tos más severa

En los adultos, las señales de aviso que requieren atención médica incluyen:

- Dificultad para respirar o falta de aire
- Dolor o presión en el pecho o abdomen
- Mareo súbito
- Confusión
- Vómito severo o persistente
- Síntomas parecidos a la gripe mejoran pero entonces regresan con fiebre y tos más severa