

Departamento de Salud del Condado de Monterey
Informe de Preparación

Agosto 21, 2006

Gripe Pandémica



Pandemia es una enfermedad epidémica extendida mundialmente. Una gripe pandémica ocurre cuando aparece un nuevo virus A de la gripe para el que hay poca o ninguna inmunidad en la población humana, comienza a causar enfermedad severa y se transmite fácilmente entre las personas a nivel mundial. El gobierno federal, los estados, las comunidades y la industria están tomando las medidas para prepararse y responder a la gripe pandémica. Una pandemia es probable que sea un epidemia prolongada y extendida que podría requerir cambios temporarios en muchas áreas de la sociedad, como las escuelas, el trabajo, el transporte y otros servicios públicos.

Hay diferencias fundamentales entre la forma que aparece la gripe estacional y la pandémica.

Gripe Estacional

- Generalmente sigue un patrón predecible, típicamente todos los años en invierno. Generalmente las personas tienen cierta protección desarrollada al haber recibido la vacuna con anterioridad.
- Los adultos sanos generalmente no están expuestos a complicaciones severas.
- La comunidad médica puede generalmente atender las necesidades públicas y de los pacientes.
- Las vacunas se desarrollan antes de la temporada de gripe, en base a las cepas de virus ya conocidas.
- Generalmente hay disponibilidad de insumos de drogas antivirales.
- El promedio de muertes en los Estados Unidos es aproximadamente 36,000 al año.
- Los síntomas comunes de la gripe: fiebre, tos, nariz que gotea, y dolor muscular.
- Un pequeño impacto en la comunidad por la ausencia en los lugares de trabajo y las escuelas, de los enfermos que se quedan en casa.
- Un impacto pequeño en la economía de los Estados Unidos y el mundo.



Gripe Pandémica

- ✦ No ocurre frecuentemente – solamente tres veces en el siglo XX. La última vez fue en 1968. Debido a que esta nueva gripe pandémica no ha sido vista antes, la inmunidad es nula o muy baja.
- ✦ Las personas sanas pueden estar en riesgo de tener severas complicaciones.
- ✦ La comunidad médica estará desbordada.
- ✦ Una vacuna desarrollada con anterioridad puede no ser efectiva. Una vez que se ha desarrollado una vacuna efectiva, puede tardar varios meses en salir.
- ✦ Posiblemente no existan drogas antivirales efectivas o su provisión sea limitada.
- ✦ La cantidad de muertes serían mayores; a nivel mundial podrían ser millones.
- ✦ Los síntomas serían más serios y habría mayor cantidad de complicaciones médicas.
- ✦ Gran impacto en la comunidad. Podría haber restricciones para viajar, escuelas cerradas, horarios comerciales limitados o negocios cerrados, y cancelación de reuniones públicas.
- ✦ Podría tener un gran impacto en la economía de los Estados Unidos y el mundo.

El objetivo de esta breve publicación es informar a los residentes del Condado de Monterey acerca de los temas relativos a medidas de precaución que abarcan desde las enfermedades contagiosas emergentes hasta las medidas de precaución personales. En caso de existir algún tema en particular que le resulte de interés a usted o a su personal, por favor comuníquese con el Programa de Medidas de Precaución a klahnk@co.monterey.ca.us.

Su Equipo de Emergencia para la Gripe Pandémica

Prepararse para afrontar la gripe pandémica puede disminuir sus probabilidades de enfermarse y ayudar a limitar la propagación de la enfermedad.

Tanto como 1 de 4 personas pueden enfermarse durante una pandemia, con casos de enfermedad grave. Los servicios e insumos necesarios para la atención diaria pueden no estar disponibles. Cada individuo y su familia pueden estar librados a su suerte, sin atención, por un buen tiempo. Es por todo esto que estar preparado es aún más importante.

Debido a que la vida cotidiana puede cambiar durante una gripe pandémica y los servicios pueden interrumpirse, asegúrese de tener los siguientes elementos en su equipo de preparación para emergencias.

- Comida para dos días para usted y su familia. Debería ser comida que no necesita refrigeración. Alimentos como carne y pescado enlatado, porotos, sopas, frutas, y alimentos secos como harina, sal y azúcar, son buenas elecciones.
- Agua almacenada en envases irrompibles con tapa sellada. Para el caso que se corte el servicio de agua, calcule guardar un galón por cada persona, por cada día, durante hasta dos semanas.
- Provisión para dos semanas de medicamentos recetados.
- Provisión de dos semanas de ibuprofeno o acetaminofeno (Tylenol) para cada persona de la casa para tratar fiebre o dolores. Una provisión de dos semanas de medicamento para la tos.
- Solución de Rehidratación, por ejemplo Pedialyte para niños, Gatorade para adultos y adolescentes. En el recuadro de la derecha encontrará las instrucciones para preparar una solución de rehidratación para adultos y adolescentes. Para los niños, especialmente bebés y niños pequeños se recomienda firmemente el uso de solución comprada.
- Teléfono celular y cargador.
- Provisión de mascararas y guantes plásticos. Estos le ayudarán a protegerse, especialmente si está cuidando miembros de la familia que tienen esta enfermedad.
- Desinfectantes y blanqueador de cloro.

Solución de Rehidratación para Adultos & Adolescentes

- 4 Tazas de agua limpia
 - 2 Cucharadas de azúcar
 - 1/2 Cucharadita de sal
- Mezcle todos los ingredientes hasta que el azúcar desaparezca. Puede beber la solución a temperatura ambiente.

Por favor tome nota de no hervir la solución porque al hervirla disminuye su efectividad.

Usted ahora puede:

- ⇒ Conservarse sano comiendo una dieta balanceada, ejercitando diariamente, descansando lo suficiente y bebiendo líquidos.
- ⇒ Vacúnese con la vacuna estacional.
- ⇒ Manténgase informado actualizándose sobre cualquier pandemia, escuchando radio & televisión, leyendo las noticias y averiguando en la web. Para recibir más información visite el sitio web oficial del Gobierno de los Estados Unidos, www.pandemicflu.gov/espanol/



El sentido común puede ayudar a detener la propagación de los gérmenes de la gripe:



- * Lave sus manos frecuentemente, con agua y jabón.
- * Cubra toses y estornudos con pañuelos descartables. Tosa y estornude en su manga. Tire los pañuelos usados en el cesto de la basura y lave sus manos.
- * Si se enferma, quédese en su casa lo más alejado posible de los demás.
- * No mande niños enfermos a la escuela.
- * Evite el contacto con personas enfermas.



Esta edición del *Acta de medidas de precaución* le fue proporcionada por el Programa de Medidas de Precaución del Departamento de Salud del Condado de Monterey.

Si desea más información, contacte a:

Linell McCray
Coordinadora de Medidas: 755-4739

Karen Smith
Funcionaria de Información Pública: 755-4639