

¿Dónde se puede encontrar información actualizada sobre la gripe A

Se puede encontrar información actualizada en las siguientes webs:

www.murciasalud.es

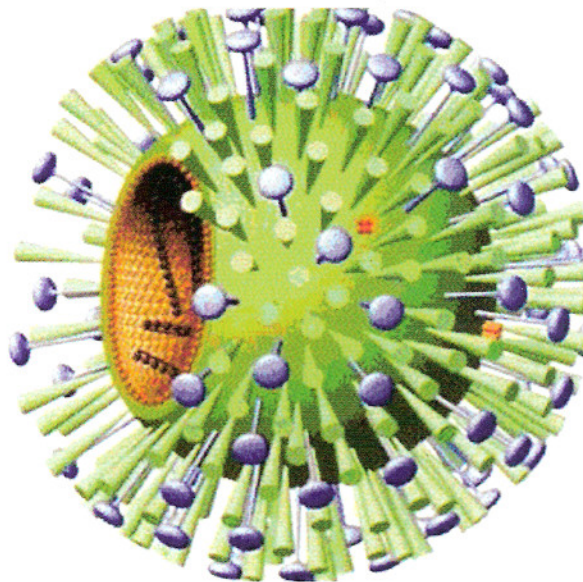
www.msc.es

www.ecdc.europa.eu (inglés)

www.who.int/es/



Región de Murcia



Región de Murcia
Consejería de Educación, Formación y Empleo
Consejería de Sanidad y Consumo

**MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y CONTROL
ANTE LA GRIPE A/H1N1
EN LOS CENTROS EDUCATIVOS**

¿Qué es la gripe por el nuevo virus A / H1N1?

La gripe por el nuevo virus A (H1N1) es una enfermedad respiratoria contagiosa que se está transmitiendo de persona a persona en varios países.

La gripe por el nuevo virus A (H1N1) es diferente de la gripe común porque está causada por un nuevo virus de la gripe que aparece en humanos.

¿Cuáles son los síntomas de la gripe A?

Los síntomas son similares a los de cualquier gripe: fiebre (más de 38 °C), tos y malestar general. También se puede tener dolor de cabeza, dolor de garganta, estornudos, dolores musculares y, a veces, diarrea y vómitos.

¿Es recomendable un cierre de los centros escolares o posponer el inicio del curso escolar?

En nuestro país el cuadro clínico de gripe A (H1N1) sigue manifestándose de manera leve en la mayoría de los casos, por lo que no es recomendable un cierre proactivo de centros escolares ni posponer el inicio del curso escolar, según establece la declaración del comité asesor para la aplicación de medidas no farmacológicas del Plan Nacional de Preparación y respuesta ante una pandemia de gripe.

¿Cómo se transmite la gripe por el nuevo virus A / H1N1?

La gripe por el nuevo virus A (H1N1) se transmite de la misma manera que la gripe común: los virus de la gripe se transmiten a través de las pequeñas gotas que salen de la nariz o la boca cuando una persona enferma de gripe tose o estornuda sin taparse la nariz y la boca con un pañuelo. Estas pequeñas gotas y los gérmenes que contienen pueden propagar a las personas que están cerca y las respiran.

También si una persona tose o estornuda en la mano, estas pequeñas gotas y los gérmenes que contienen pueden transmitirse de su mano a cualquier superficie que toque y pueden pervivir en esta superficie durante un tiempo. Objetos cotidianos como barandas, manijas de puertas, teclados y ratones de ordenador, teléfonos, etc., son las superficies más comunes donde puede encontrarse el virus de la gripe.

Si otra persona toca estas superficies y luego se toca la cara, los gérmenes pueden entrar en su organismo e infectarse. Es así como se contagian los virus de la gripe, incluyendo el de la gripe por el nuevo virus A (H1N1).

En ningún caso se transmite por vía digestiva, por lo que la gripe por el nuevo virus A (H1N1) no se contrae con el consumo de ningún alimento.

¿Qué podemos hacer para protegernos y proteger a otras personas contra la gripe por el nuevo virus A / H1N1

Lo mejor que puede hacer para protegerse es seguir unas buenas prácticas de higiene. Esto ayudará a disminuir la transmisión del virus y será la acción más efectiva para protegerse y proteger a los demás.

Es muy importante que cuando tosa o estornude evite la difusión de gérmenes:

- **Utilice pañuelos de papel para taparse la boca y la nariz cuando tosa y estornude.**
- **Tire los pañuelos de papel después de utilizarlos.**
- **Lávese a menudo las manos con agua y jabón o preparados con alcohol.**
- **Mantenga una buena ventilación de los espacios cerrados.**
- **Se aconseja que los alumnos que presenten síntomas (especialmente fiebre y tos) no acudan al centro escolar.**

¿Qué se debe hacer si se sospecha que se ha contagiado de la gripe A?

Consultar a un profesional sanitario o llamar al teléfono

112

¿Qué se debe hacer si se tienen dudas sobre la gripe A?

El número de teléfono de información sobre gripe A, a nivel regional es: **900 12 12 12**

El teléfono de información y atención al ciudadano en la Región de Murcia es el **112**

También hay un número de información a nivel nacional: **901 400 100**