

**H1N1 Pandémica**  
**Un Mensaje del Dr. Jonathan E. Fielding, MD, MPH**  
**Director de Salud Pública y Oficial de Salud**

**19 de agosto del 2009**

A medida que el verano se acerca al otoño, el Condado de Los Ángeles se prepara para enfrentar no solo los casos continuos de gripe pandémica H1N1 (previamente conocida como la “gripe porcina”), pero también la gripe estacional regular. Mantenga en mente que la palabra “pandémica” no significa que los síntomas de este virus de la gripe sean más severos, pero solo que H1N1 se ha propagado alrededor del mundo.

En las próximas semanas, usted escuchará mas información de Salud Pública sobre la vacuna de influenza estacional y la vacuna de H1N1 pandémica. El 29 de julio, los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en ingles) recomendaron que esfuerzos de vacunación H1N1 se enfoquen en las siguientes poblaciones claves:

- Mujeres embarazadas,
- Personas que viven con o cuidan niños menores de 6 meses de edad,
- Personal de cuidado medico o servicios de emergencia,
- Personas entre las edades de 6 meses a 24 años de edad, y
- Personas entre las edades de 25 a 64 años que tienen un alto riesgo de sufrir complicaciones a causa de la gripe H1N1 pandémica por tener problemas de salud crónicos o sistemas inmunológicos débiles.

Estos esfuerzos de vacunación se enfocan en reducir el impacto y la propagación de gripe H1N1 pandémica. Anticipamos que la vacuna de gripe H1N1 pandémica será disponible en el Condado de Los Ángeles aproximadamente a mediados de octubre. La vacuna de dos dosis será distribuida a través de proveedores normales, tales como su medico o algunas farmacias y sitios de empleo, y a través de algunas organizaciones publicas, tales como Salud Pública. Mientras la vacuna H1N1 si requiere dos visitas a su proveedor, los beneficios cuando tienen que ver con su salud y la de sus seres queridos valen la pena.

Más de un virus de la gripe puede circular a través de las comunidades, es por eso que también promovemos la vacuna de gripe estacional, la cual es desarrollada cada año. La vacuna de gripe estacional será disponible tan pronto como septiembre. Es recomendable para todos, empezando a los 6 meses de edad. La vacuna de gripe estacional será disponible a través de su medico regular o proveedor de servicios médicos.

La vacuna es uno de los niveles de defensa más importantes contra la gripe, y hay algunos pasos adicionales que cualquiera puede seguir para ayudar a proteger su salud. Lávese las manos, cúbrase al toser o estornudar, evite tocarse la nariz, boca, y ojos, y manténgase en casa si usted o su hijo están enfermos. Recomendamos a todas las familias que empiecen a pensar en alternativas para el cuidado de niños porque un niño enfermo no debería ir a la escuela, guardería, o programa después de escuela hasta por lo menos 24 horas después de que termine la fiebre. Si usted no tiene fiebre, espere 24 horas después de que sus síntomas hayan terminado. Es recomendable que los empleadores desarrollen planes de continuidad empresarial en caso de que empleados enfermos necesiten tomar tiempo fuera del trabajo para si mismo o para un miembro de su familia. Tomar estos pasos en anticipación puede disminuir la propagación de la enfermedad y proteger la salud de nuestra comunidad.