

SAN ANTONIO METROPOLITAN HEALTH DISTRICT



332 West Commerce
San Antonio, Texas 78205-2489
PHONE (210) 207-8730 FAX (210) 207-8999

Mayo 1 2009

Estimado Residente de San Antonio y el Condado de Bexar:

Este documento proporciona nuestras recomendaciones actuales para residentes y visitantes a San Antonio y el Condado de Bexar, relacionado a el virus Influenza A (H1N1) o casos de "Gripe Porcina" que ocurren a través de los Estados Unidos.

Actualmente, el Distrito Metropolitano de Salud de San Antonio, de acuerdo con guía del Estado y el Centro de Control de la Enfermedad y Prevención (CDC), recomienda que usted:

- Cubre la nariz y la boca con un tejido cuando usted tose o estornuda. Tire el tejido en la basura después de que usted lo utilice.
- Lava las manos con jabón y agua, especialmente después de que usted tose o estornuda. Tintorerías de la mano con base de alcohol también son efectivos.
- Evita tocar los ojos, la nariz, o la boca. Microbios esparcen en esta manera.
- Trata de evitar contacto con gente que estan enfermos.

Los síntomas de gripe H1N1 en personas son similares a los síntomas de gripe humana regular y incluyen fiebre, la tos, garganta adolorida, dolores de cuerpo, dolor de cabeza, escalofrío, y fatiga. Algunas personas han reportado diarrea y vomito asociado con gripe H1N1.

- Si usted se siente enfermo con síntomas similar a esta enfermedad, quedase en casa en vez de ir al trabajo o escuela y límite su contacto con otros para evitar esparcir una infección.
- Si sus síntomas son templados, evite contacto con otros y descanse. Si usted se siente que usted necesita atención médica llama a su doctor o el lugar donde usted regularmente recibe servicios médicos a determinar si usted necesita ser visto.

Es importante notar que nosotros NO recomendamos el cierre de escuelas, el negocio, ni la cancelación de otras actividades a través de nuestra comunidad en este momento.

Cualquier cambio a estas recomendaciones será anunciado a nuestro sitio web.

Si usted necesita información más detallada o para permanecer corriente en nuevas recomendaciones como ellos salen, se refiere por favor a nuestro sitio web

www.sanantonio.gov/HEALTH/swineflu.html o llama nuestra Línea Directa en 210-207-5779 entre 8:00 de la mañana y 5:00 de la tarde, lunes a viernes, y entre 9:00 de la mañana y 3:00 de la tarde, sábado y domingo.

Fernando A. Guerra, M.D., M.P.H.
Director de Salud
San Antonio y Condado de Bexar