

# Virus de la gripe A(H1N1)

## Precauciones de sentido común:

- Lávese las manos con agua y jabón de manera frecuente y a conciencia, **especialmente después de toser, estornudar o limpiarse la nariz.**
- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar y tírelo a la basura después de usarlo. Si no tiene un pañuelo desechable a mano, tosa o estornude en la parte superior de la manga.
- Si está enfermo, quédese en su casa y evite ir al trabajo o a la escuela y estar en lugares con muchas personas.

## Si necesita atención médica:

- Póngase en contacto con su médico o proveedor de servicios sanitarios antes de ir al consultorio y descríbele los síntomas. Explique por qué cree que tiene el nuevo virus de la gripe (por ejemplo, por algún viaje o por haber estado en contacto con alguien que tuvo la enfermedad).
- Haga caso a las indicaciones que le den.
- Si no es posible comunicarse previamente, al llegar indique de inmediato su sospecha de que tiene el nuevo virus de la gripe.
- Tenga la precaución de cubrirse la nariz y la boca en el trayecto al lugar.



**Organización  
Panamericana  
de la Salud**



Oficina Regional de la  
Organización Mundial de la Salud

525 Twenty-third Street, N.W.,  
Washington, D.C. 20037,  
Estados Unidos de América  
Teléfono +1 202 974 3000 Fax: +1 202 974 3663

<http://www.paho.org/>