



NCFH

National Center for Farmworker Health, Inc.



Charla sobre la gripe aviar H5N1 para trabajadores de producción animal

Puntos Clave

¡Manténgase sano!
Protéjase y esté atento a los síntomas
y recuerda que tiene derecho a hacerse
la prueba de la gripe aviar.



Puede obtener más información sobre la gripe aviar y mantenerse informado de las nuevas actualizaciones abriendo la cámara de su teléfono sobre los códigos QR que aparecen a continuación:

Materials educativos para trabajadores de lecherías (NCFH)



Gripe Aviar (CDC)



Lo que aprendí hoy...

- La gripe aviar H5N1 es un virus muy contagioso que por lo regular enferma a las aves. Hace poco el virus comenzó a enfermar a las vacas y a las personas.
- Las personas que trabajan con vacas tienen un mayor riesgo de enfermarse con la gripe aviar.



Formas en las que me puedo contagiar con la gripe aviar H5N1:

Contacto directo	Contacto indirecto	Por el aire (gotitas en el aire)
<p>Cuando usted toca un animal enfermo o infectado o sus fluidos como leche, orina o heces.</p>	<p>Cuando usted toca un área u objeto contaminado, como una máquina de ordeñar o una pala para estiércol.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando usted respira el virus presente en el aire mientras trabaja cerca de animales infectados o enfermos. • Cuando usted trabaja cerca de animales enfermos o infectados o en espacios cerrados con estos animales.

Lo que puedo hacer para protegerme y proteger a las personas que me rodean:

- Lavarme las manos con frecuencia con agua y jabón o usar un desinfectante para manos a base de alcohol.
- Usar equipo de protección personal (EPP) (overoles y delantales impermeables, botas de goma, gorro, gafas protectoras, respirador N-95, guantes y protector facial).
- Limpiar y desinfectar mi EPP.
- Evitar consumir productos lácteos crudos, como algunos quesos artesanales que no hayan sido pasteurizados (o calentados lo suficiente).
- Vacunarme contra la gripe estacional todos los años, aunque no evitará que contraiga la gripe aviar, reducirá el riesgo de enfermarme gravemente con la gripe humana común.

Síntomas a los que debo estar atento para saber si tengo gripe aviar o si he estado expuesto a un animal infectado:

- Ojos rojos o hinchados
- Fiebre (temperatura de 100 °F o 37,8 °C o más)
- Escalofríos
- Dolor de estómago y cuerpo
- Tos
- Secreción o congestión nasal
- Dificultad para respirar
- Diarrea, náuseas, vómitos o convulsiones



Cómo buscar atención médica si presento alguno de estos síntomas:

- Si tiene alguno de estos síntomas, visite un centro de salud o clínica, o un hospital si no hay otras opciones de atención médica en su área.
- ¡Recuerde decirle al médico que trabaja con animales como vacas o aves de corral!
- Para conectarse con un centro de salud o clínica cerca de usted donde pueda hacerse la prueba, llame gratis a la línea de ayuda de NCFH, [Una Voz para la Salud](https://www.ncfh.org/una-voz-para-la-salud) al 1-800-377-9968 o envíe un mensaje por WhatsApp al 1-737-414-5121.



Para aprender más sobre la gripe aviar, visite la página web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

