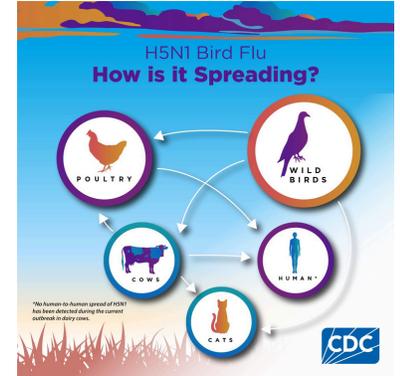


# Influenza Aviar (también conocida como H5N1)

La influenza aviar es un virus que se propaga rápidamente entre las aves y otros animales, como las vacas. Las personas pueden enfermarse de influenza aviar cuando tienen contacto cercano y sin protección con animales y aves infectados.

## ¿Cómo se propaga el virus H5N1?

- Las gotitas o partículas de las heces, la leche cruda y la saliva de un animal infectado pueden contener el virus.
- Los trabajadores que manipulan leche cruda de una vaca infectada, cuidan animales enfermos o limpian sus áreas de vivienda son los más expuestos al virus.
- El virus puede ingresar a través de los ojos, la nariz y la boca de una persona, incluso a través de la respiración.



## ¿A qué síntomas debo estar atento?

- Lagrimeo, conjuntivitis, enrojecimiento o irritación de los ojos.
- Fiebre (100.4° F o más)
- Tos
- Dolor de garganta
- Dificultad para respirar/falta de aire
- Dolores de cabeza
- Nariz que moquea o está congestionada
- Dolores musculares o corporales
- Diarrea



## Si trabajo con animales enfermos ¿cómo puedo protegerme?

Use el equipo de protección personal (EPP) recomendado que le proporcione su empleador cuando trabaje directamente o muy cerca con animales enfermos o muertos, heces de animales, basura, leche cruda y otros materiales que puedan contener el virus. Lávese las manos con agua y jabón y luego póngase el EPP en este orden:

1. Overol
2. Delantal impermeable
3. Mascarilla N95 o respirador de media máscara
4. Gafas de seguridad o protector facial bien ajustados
5. Una cobertura para su cabeza y cabello
6. Guantes
7. Botas



## ¿Cómo puedo protegerme a mí y a mi familia?

- Lávese las manos con agua y jabón durante todo el día.
- No lleve leche cruda a casa, ni beba leche cruda, ni se la dé a sus mascotas.
- Vacúnese contra la gripe estacional.

# Influenza aviar (también conocida como H5N1)

## Continuado

### ¿Qué puedo hacer si mi familia o yo estamos expuestos a animales enfermos y nos sentimos enfermos?

- **Quédese en casa:** no se presente a trabajar si tiene síntomas. Siga los consejos médicos y quédese en casa hasta que un médico lo autorice.
- **Aislarse de los demás:** trate de permanecer en una habitación separada y usar un baño separado, si es posible, para minimizar el contacto con familiares o compañeros de casa.
- **Use una mascarilla:** si necesita estar cerca de otras personas (por ejemplo, para visitar a un médico), use una mascarilla para evitar la propagación.
- **Limpie y desinfecte con frecuencia:** limpie y desinfecte regularmente las superficies que se tocan con frecuencia, como perillas de puertas, interruptores de luz y teléfonos.
- **Vigile sus síntomas:** busque atención médica si sus síntomas empeoran o si tiene otras condiciones de salud que aumentan su riesgo de complicaciones.

### ¿Qué puedo esperar si mi familia y yo nos enfermamos?

Alguien del departamento de salud local se comunicará con usted para inscribirlo en un programa de seguimiento de controles de salud. Conteste la llamada y siga las instrucciones. Las instrucciones le mantendrán a usted y a su familia saludables y seguros.

Para más información, visite: <https://www.cdc.gov/bird-flu/index.html>  
(escanee el código QR) o llame al: (559) 600-3332.

