



# Gripe Aviar

Departamento de Salud Pública de California  
Centro de Enfermedades Infecciosas



# Bird Flu

California Department of Public Health  
Center for Infectious Diseases

# Índice de contenidos

1

¿Qué es la gripe aviar?

2

¿Cómo se propaga la gripe aviar?

Cómo protegerse, a su familia y a sus amigos

3

# Table of Contents

**1**

**What is Bird Flu?**

**2**

**How does Bird Flu Spread?**

**3**

**How to Protect Yourself, Your Family, and Your Friends**

# ¿Qué es la gripe aviar?

- Un virus de la influenza (gripe) que infecta con mayor facilidad a las aves.
- La gripe aviar puede causar enfermedades graves en muchos animales.
- Las personas rara vez se infectan con los virus de la gripe aviar.

# What is Bird Flu?

- An influenza (flu) virus that is best at infecting birds.
- Bird flu can cause serious illness in many animals.
- People are rarely infected with bird flu viruses.

# Actualmente en los Estados Unidos

Hay muchas cosas que aún no sabemos, ya que se trata de un nuevo tipo de virus de la gripe aviar. Algunas cosas que sí sabemos:

- El riesgo para la mayoría de las personas es bajo. Las personas que trabajan con animales infectados tienen un mayor riesgo de infectarse.
- No se ha detectado ningún contagio de persona a persona de esta gripe aviar.
- Nadie ha muerto a causa de esta gripe aviar.
- Hasta el 29 de octubre de 2024, 36 personas han contraído la gripe aviar.
  - 16 viven en California. Todos viven y trabajan en el Valle de San Joaquín y han estado expuestos a vacas infectadas.
- Este virus de la gripe aviar se ha encontrado en la leche cruda de vacas infectadas.

# Currently in the US

There is a lot we don't yet know as this is a new type of bird flu virus. Some things we do know:

- The risk to most people is low. People working with infected animals are at greater risk of becoming infected.
- No person-to-person spread of this bird flu has been found.
- No one has died due to this bird flu.
- As of October 29, 2024, 36 people have had bird flu.
  - **16** live in California. All live and work in the San Joaquin Valley and had exposure to infected cows.
- This bird flu virus has been found in raw milk from infected cows.



# Síntomas de la gripe aviar en las personas

- Enrojecimiento o secreción de los ojos
- Tos
- Dolor de garganta
- Secreción o congestión nasal
- Diarrea
- Vómitos
- Dolores musculares o corporales
- Dolores de cabeza
- Fatiga
- Dificultad para respirar
- Fiebre (100 °F o más)

# Symptoms of Bird Flu in People

- Eye redness or discharge
- Cough
- Sore throat
- Runny or stuffy nose
- Diarrhea
- Vomiting
- Muscle or body aches
- Headaches
- Fatigue
- Trouble breathing
- Fever (100°F or higher)

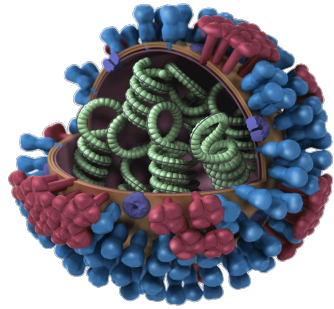
# ¿Cómo se transmite la gripe aviar a las personas?

- Contacto con leche cruda
- Contacto con animales infectados
- Posiblemente al comer, beber o respirar el virus

# How does Bird Flu Spread to People?

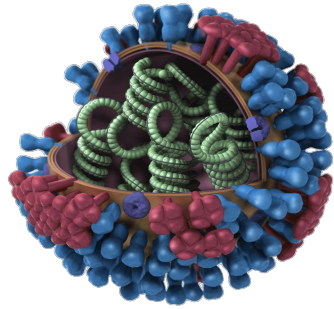
- Contact with raw milk
- Contact with infected animals
- Possibly by eating, drinking, or breathing in the virus

# Por qué es preocupante la gripe aviar



- La gripe aviar puede ser seria y hasta mortal en la gente y en los animales.
- No sabemos todavía si hay síntomas de largo plazo o efectos por este virus.
- No se sabe todavía si este tipo de gripe aviar puede contagiarse de persona a persona. Puede ser o puede que sea posible.
- Todavía no esta disponible la vacuna de gripe aviar para las personas y para el ganado.

# Why is Bird Flu concerning?



- Bird flu can be serious and even deadly in people and animals.
- We don't yet know if there are any long-term symptoms or effects from this virus.
- It is not yet known if this type of bird flu virus can be spread from person to person. It may be possible or may become possible.
- A bird flu vaccine for people and cattle is not yet available.

La gripe aviar H5N1 se propaga de las vacas a la gente en varias maneras



Si toca algo contaminado con el virus vivo y luego toca sus ojos, nariz o boca



Si un líquido contaminado con el virus vivo le salpica en los ojos (como la leche cruda de una vaca infectada, por ejemplo)



Si come, bebe o inhala gotas contaminadas del virus vivo



U.S. CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION

CS#349890

## H5N1 Bird Flu Might Spread from Cows to People in Several Ways



If you touch something contaminated with live virus and then touch your eyes, nose, or mouth



If a liquid contaminated with live virus splashes into your eyes (like raw milk from an infected cow, for example)



If you eat, drink, or inhale droplets contaminated with live virus



U.S. CENTERS FOR DISEASE  
CONTROL AND PREVENTION

CS#349890



# La Salud Pública se preocupa por la salud de los trabajadores

- Los controles de salud diarios contribuyen a la salud de los trabajadores al:
  - Controlar a los trabajadores que tienen contacto con animales enfermos para ver si presentan síntomas de gripe aviar.
  - Ayudar a los trabajadores y a sus familias a obtener acceso rápido a pruebas y tratamientos para la gripe aviar, si es necesario.
  - Una forma importante y confidencial de ayudarnos a descubrir infecciones. También puede ayudarnos a frenar la propagación de la gripe aviar.

# Public Health cares about worker health

- Daily health checks support worker health by:
  - Checking in with workers who have contact with sick animals to see if they have symptoms of bird flu.
  - Help workers and their families get quick access to testing and treatment for bird flu if needed.
  - An important and confidential way to help us find out about infections. It can also help us slow the spread of bird flu.

**Cómo protegerse a sí mismo, a su familia y a sus amigos**

The background is a solid orange color with a large, dark orange arrow pointing to the right. On the right side, there is a stylized sunburst or starburst graphic composed of several lines radiating from a central point.

# **How to Protect Yourself, Your Family, and Your Friends**

# ¿Qué pasa si se enferma?

1. Informe a su capataz o supervisor de salud de los empleados.
2. Informe al departamento de salud local:
  - Le preguntará sobre sus síntomas.
  - Le ayudará a hacerse la prueba de detección de la gripe aviar.
  - Puede proporcionarle medicamentos gratuitos para usted y los miembros de su familia.
3. Si tiene un resultado positivo en la prueba de gripe aviar.
  - El departamento de salud local:
    - Le indicará cómo evitar la posibilidad de contagiar la gripe aviar a su familia.
    - Determinará cuándo puede volver a trabajar.
  - Hablará con su empleador sobre la ausencia remunerada por enfermedad.

El departamento de salud no necesita su número de seguro social ni su estatus migratorio.

# What happens if you become sick?

1. Tell your foreman or employee health supervisor.
2. Tell your local health department:
  - Will ask about your symptoms.
  - Help you get tested for bird flu.
  - May arrange for free medicine for you and your household members.
3. If you have a positive test for bird flu.
  - The local health department will:
    - Tell you how to avoid possibly spreading bird flu to your family.
    - Determine when you can return to work.
  - Talk to your employer about paid sick leave.

The health department doesn't need your social security number or immigration status.

## ¿Cómo puede protegerse de la gripe aviar?

- Use el equipo de protección personal (EPP) recomendado en el trabajo.
  - Protegerse los ojos parece especialmente importante.
- Lávese o límpiense las manos con frecuencia y manténgalas alejadas de los ojos, la nariz y la boca.
- Manténgase al día con las vacunas recomendadas.
- No beba leche cruda ni coma carne de res cruda o poco cocida.

# How can you protect yourself from Bird Flu?

- Wear recommended personal protective equipment (PPE) at work.
  - Protecting your eyes seems especially important.
- Wash or clean your hands often and keep your hands away from your eyes, nose, and mouth.
- Stay up-to-date on recommended vaccines.
- Don't drink raw milk; don't eat raw or undercooked beef.



# Use protección para los ojos y las vías respiratorias en las áreas de exposición. Estas áreas deben estar claramente marcadas.

Asegúrese de usar:

- Protección para los ojos (gafas o cobertura facial)
- Un respirador aprobado por NIOSH N95 o mejor
- Guantes



Lávese las manos con frecuencia.

# Wear eye and respiratory protection in areas with exposure. These areas should be clearly marked.

Ensure wear of:

- Eye protection (goggles or face shield)
- N95 or better NIOSH approved respirator
- Gloves



Wash hands often.

# ¿Cómo protege a los demás si está enfermo?

- Quédese en casa y alejado de otras personas.
- Cúbrase la boca y la nariz.
- Lávese o límpiense las manos con frecuencia.
- Lave las superficies que toca con frecuencia, como las encimeras de la cocina.
- Tome medicamentos antivirales contra la gripe (como Tamiflu) si se lo recomiendan. Funciona mejor si se toman o antes posible.
  - Los medicamentos pueden ayudarlo a sentirse mejor pronto y reducir el riesgo de enfermarse más.

# How do you protect others if you're sick?

- Stay home and away from others.
- Cover your mouth and nose.
- Wash or clean your hands often.
- Wash common surfaces you touch such as kitchen counters.
- Take the flu anti-viral medicine (such as Tamiflu) if recommended. It works best when taken sooner.
  - Medicine can help you feel better sooner and lower your risk of getting sicker.

# Vacuna contra la gripe estacional

La gripe aviar es un virus diferente de la gripe estacional. La vacuna contra la gripe estacional no protege contra la gripe aviar.

## ¿Por qué vacunarse contra la gripe estacional?

- Ayuda a que el cuerpo se mantenga fuerte y saludable.
- Evita que falte al trabajo.
- Lo protege a usted mismo, a sus compañeros de trabajo y a su familia.
- Protege contra enfermedades graves causadas por la gripe estacional.
- Puede reducir la posibilidad de que los virus de la gripe humana y aviar se mezclen y se vuelvan más peligrosos.

## ¿Dónde vacunarse?

- Hable con su empleador
- Hable con un médico
- Llame al departamento de salud local
- Visite [My Turn](http://myturn.ca.gov) ([myturn.ca.gov](http://myturn.ca.gov))

# Seasonal Flu Vaccine

Bird flu is a different virus than seasonal flu. The seasonal flu vaccine does not protect against bird flu.

## Why get the seasonal flu vaccine?

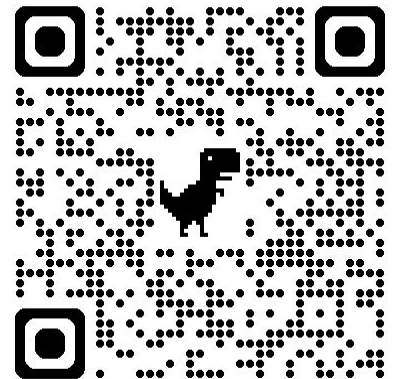
- Helps body stay strong and healthy.
- Prevents missing work.
- Protects yourself, coworkers and family.
- Protect against serious illness from seasonal flu.
- May reduce the chance of human and bird flu viruses mixing and becoming more dangerous.

## Where to get vaccinated?

- Talk to your employer
- Talk to a medical doctor
- Call the local health department
- Visit [My Turn](http://myturn.ca.gov) ([myturn.ca.gov](http://myturn.ca.gov))

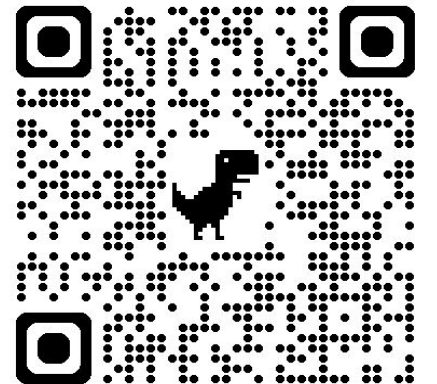
# Todavía estamos aprendiendo

- Seguimos aprendiendo sobre este nuevo virus.
- Nuestros conocimientos cambiarán a medida que aprendamos más.
- El virus puede cambiar y volverse más grave.
- Seguiremos hablando sobre lo que sabemos actualmente en los próximos días y semanas.
- Para obtener información actualizada, visite la página web Gripe aviar ([go.cdph.ca.gov/birdflu](https://go.cdph.ca.gov/birdflu))



# We Are Still Learning

- We are continuing to learn about this new virus.
- Our knowledge will change as we learn more.
- The virus may change and could become more serious.
- We will continue to talk about what we know currently in the coming days and weeks.
- For up to date information please visit, [Bird Flu \(go.cdph.ca.gov/birdflu\)](https://go.cdph.ca.gov/birdflu).







# CDPH

---

California Department of  
Public Health