

# INFLUENZA

## ¿QUÉ ES LA INFLUENZA?

Es una enfermedad respiratoria altamente contagiosa, causada por un virus.



Si tú o algún conocido se enferma y manifiesta alguno de los siguientes síntomas de alarma, solicita atención médica de EMERGENCIA.

FIEBRE MAYOR DE 39°C

### NIÑOS



Piel con coloración azulada



Problemas para respirar



Dificultad para despertar



Vómito



Irritabilidad o convulsiones



Rechazo a comer

## SIGNOS Y SÍNTOMAS

- ▶ Fiebre alta de inicio súbito (generalmente más de 38° C)
- ▶ Dolor de cabeza
- ▶ Dolor muscular y de articulaciones
- ▶ Tos, ardor y/o dolor de garganta
- ▶ Congestión nasal

### ADULTOS



Problemas para respirar



Mareos repentinos



Confusión



Vómitos constantes



Dolor o presión en el pecho



Agravamiento de la enfermedad

# INFLUENZA

## ¿CÓMO SE TRANSMITE?

De persona a persona, principalmente cuando el sujeto enfermo expulsa gotitas de saliva al estornudar o toser, sin cubrirse la boca y la nariz.

## HIGIENE, PREVENCIÓN Y CUIDADOS

son nuestros mejores aliados



Lava tus manos con agua y jabón o utiliza gel a base de alcohol



Si vas a escupir utiliza un pañuelo desechable



Limpia y desinfecta superficies y objetos de uso común



Al toser o estornudar, cúbrete nariz y boca con pañuelo o el ángulo interno del brazo

No tocar ojos, nariz y boca con las manos sucias



## VÁCUNATE A TIEMPO CONTRA LA INFLUENZA

"En la consulta segura te damos información y asesoría para prevenir o atender cualquier riesgo para tu salud"

"Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido su uso para fines distintos a los establecidos en el programa"

## ¿QUÉ HACER SI CREES QUE TIENES INFLUENZA?



Acude a tu unidad de salud más cercana



Toma abundantes líquidos y guarda reposo

Evita, en lo posible, el contacto con otras personas



**Grupos de riesgo que se deben vacunar:**

- ▶ Personas mayores de 60 años
- ▶ Embarazadas
- ▶ Niñas y niños de 6 meses a 5 años

VIH/sida

Obesidad

Asma

Diabetes

Personas con:

Personas transplantadas

Enfermedad es del corazón

Personal de salud