

## RECOMENDACIONES

\_ EVITAR LOS AMBIENTES CERRADOS Y POCO VENTILADOS.

\_ LAVADO DE MANOS FRECUENTES.

\_ CUBRIR LA BOCA AL TOSER O ESTORNUDAR.

\_ ESTANDO ENFERMOS NO ASISTIR AL TRABAJO O ESCUELA.

\_ CONSULTE AL MEDICO, ANTE LA APARICION DE FIEBRE ALTA, TOS O CEFALEA INTENSA.



...EDUCAR A LA POBLACIÓN,  
ES LA FORMA  
MÁS SEGURA  
DE  
PREVENCIÓN...



**GRIPE A  
(H1N1)**

## ¿QUÉ ES LA GRIPE O INFLUENZA?

ES UNA ENFERMEDAD VIRAL AGUDA, QUE AFECTA PRINCIPALMENTE LAS VIAS RESPIRATORIAS QUE SE PRESENTA EN FORMA DE PANDEMIA, BROTES EPIDÉMICOS Y CASOS ESPARÓDICOS Y RESPETAN UNA CIERTA ESTACIONALIDAD QUE SE PRESENTA EN NUESTRO PAIS ENTRE MAYO Y AGOSTO.

## ¿CÓMO SE TRANSMITE?

SE TRANSMITE A TRAVES DE LAS VIAS AEREAS. DESDE UN INDIVIDUO ENFERMO, A TRAVES DE LA TOS, ESTORNUDOS O SECRESIONES OROFARINGEAS. FAVORECEN LA TRANSMISION LOS AMBIENTES POCO VENTILADOS O A TRAVÉS DE UTENSILLOS, ROPA O MANOS CONTAMINADAS.

## SÍNTOMAS:

- ▶ DOLOR DE CABEZA.
- ▶ FIEBRE ALTA.
- ▶ ESCALOFRÍOS.
- ▶ DOLOR DE GARGANTA O MUSCULARES.
- ▶ TOS SECA.
- ▶ POSTRACIÓN.

ESTOS SÍNTOMAS SE EXTIENDEN POR LO GENERAL DE 3 A 5 DÍAS, AUNQUE LA DEBILIDAD GENERAL PUEDE EXTENDERSE MÁS.