

# RECOMENDACIONES..

1. Evitar los ambientes cerrados y poco ventilados además de evitar el contacto con personas que padezcan la enfermedad.
2. Lavado de manos frecuentes
3. Cubrir la boca al toser o estornudar
4. No asistir enfermo a los lugares de trabajo o estudio
5. Consultar al médico , ante la aparición de fiebre alta, tos o cefalea intensa.
6. Educar a la población sobre los principios básicos de higiene personal

Para tener en cuenta...

Si tengo dudas  
¿A dónde llamo?



Dirección de Epidemiología de Entre Ríos

Teléfonos: 0343 - 4840521

0343 - 4209652

0800- 777- 8476

# Gripe A - (H1N1)



## ¿Qué es la GRIPE A-H1N1?

Es una infección respiratoria aguda causada por el virus de Influenza A modificado de una cepa porcina.

El contagio se produce de persona a persona a través de gotitas al hablar, cantar, toser o estornudar o al tocar elementos contaminados con secreciones respiratorias.

### Los síntomas son:

- Fiebre (más de 38° C)
- Dolor de cabeza y músculos
- Malestar general y debilidad
- Tos y dolor de garganta
- Congestión nasal
- En algunos casos, vómitos y diarrea

Si presenta dos o más de estos síntomas consultar al médico. No automedicarse.

## ¿Quiénes están en riesgo de enfermarse en una pandemia?

- Todos estamos en riesgos de enfermarnos.
- La gente puede enfermarse en forma simultánea.
- Algunos pueden tener riesgo de enfermedad más graves que otros.

### Si viajo al exterior, ¿qué hago?

- En los aeropuertos y terminales usar barbijos o pañuelos que cubran las vías respiratorias.
- Al regresar al país manténgase aislado en su domicilio.
- No concurra al trabajo o escuela por al menos 7 días avisando que lo hace como medida profiláctica.
- Si presentas síntomas concurra inmediatamente al médico. No se automedique.



## ¿Qué medidas tomar en la escuela o colegio?

- Mantenerse alejados de personas enfermas.
- Lavarse las manos frecuentemente, con jabón de preferencia líquido. Utilizar en lo posible toallas de papel desechables.
- Evitar saludar con besos y dando la mano.
- No compartir vasos ni utensilios que puedan estar contaminados.
- Evitar sitios concurridos y mal o poco ventilados.
- Ventilar las habitaciones, aulas, etc. Antes del ingreso de los niños, en los recreos y entre turnos.
- Mantener limpias las barandas, picaportes, pupitres, mesas y sillas, teléfonos, teclados, y diferentes superficies de uso común con jabones y/o desinfectantes.

