

INFLUENZA (Gripe) Información General

1. ¿Qué es la gripe?

Es una enfermedad respiratoria que se presenta en forma aguda y es producida por el virus de la influenza. La misma se presenta normalmente durante los meses de otoño e invierno.

2. ¿Cómo se transmite?

Se transmite de una persona enferma a una sana, a través de pequeñas gotas que elimina el enfermo al toser, estornudar, hablar, o al compartir utensilios o alimentos

3. ¿Cuáles son los síntomas?

Inicio brusco de:

- Fiebre superior a 38° C
- Dolor de cabeza
- Dolor muscular y de articulaciones
- Decaimiento
- Tos
- Rinitis
- Ojos irritados
- Dolor de garganta
- Puede presentarse diarrea y vómitos

Recomendaciones para evitar el contagio

- Deberán colocarse vacuna antigripal
 - A. Personal de la salud.
 - B. Embarazadas: en cualquier trimestre de la gestación. Puérperas hasta el egreso de la maternidad máximo 10 días después del parto si no la recibieron durante el embarazo
 - C. Niños de 6 a 24 meses (deben recibir dos dosis separadas de al menos 4 semanas, excepto los niños que ya hubieran recibido dos dosis anteriormente)
 - D. Niños y adultos de 2 años a 64 años inclusive que presenten ciertas condiciones como: enfermedades respiratorias, enfermedades cardíacas, inmunodeficiencias congénitas o adquiridas, pacientes oncohematológicos y trasplantados y otros como personas obesas con índice de masa corporal mayor a 40, diabéticos, personas con insuficiencia renal crónica en diálisis, etc.

E. Personas mayores de 65 años

- Cubrir nariz y boca con un pañuelo al toser o estornudar. Deseche el pañuelo en la basura después de su uso
- Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar.
- Evitar el saludo con manos o besos. Evitar tocarse la boca, la nariz o los ojos.
- Posponga o suspenda toda actividad social que implique aglomeración de personas
- Evite estar en contacto estrecho con personas que están enfermas. En los hospitales y Sanatorios estará restringido las visitas
- No concurra a reuniones donde haya aglomeración de personas (cumpleaños, fiestas u otras reuniones sociales, etc.)
- Mantener la higiene de superficies o elementos que sean de uso público (mesas, computadoras, teléfonos, barandas, utensilios, baños y cocinas, etc.)
- Ventilar los ambientes muy concurridos
- Si usted o alguien de su entorno presenta síntomas similares a los de la influenza (fiebre con tos o dolor de garganta, malestar general) deben quedarse en la casa y no ir a la escuela ni a lugares públicos por lo menos durante 10 días, excepto para buscar atención médica, aun si los síntomas desaparecen antes de tiempo.
- Si tiene un enfermo en casa: evite las visitas innecesarias de amigos o compañeros de trabajo o escuela. Ventile la habitación