



MEDIDAS PARA COMBATIR LA INFLUENZA

DIRIGIDO A FAMILIARES Y PACIENTES DE LA CLÍNICA ANGLLO AMERICANA

¿Qué es la Influenza?

Es una enfermedad respiratoria contagiosa provocada por los virus de la influenza que infectan la nariz, la garganta y los pulmones. Este virus puede causar una enfermedad leve o grave y en ocasiones puede llevar a la muerte. La mejor manera de prevenir la influenza es administrar la vacuna todos los años.



Si presenta uno o más de estos síntomas, visite a su médico inmediatamente

- Fiebre* o sentirse afiebrado / con escalofríos
- Tos
- Dolor de garganta
- Mucosidad nasal o nariz tapada
- Dolores musculares y corporales
- Dolor de cabeza
- Fatiga (cansancio)

Algunas personas pueden tener vómitos y diarrea, aunque esto es más común en los niños que en los adultos.

*Es importante destacar que no todas las personas con influenza tienen fiebre.

Complicaciones

- Neumonía
- Infecciones del oído
- Infecciones sinusales
- Deshidratación
- Empeoramiento de las condiciones médicas crónicas, tales como insuficiencia cardíaca congestiva, asma o diabetes.

Tratamiento

Existen medicamentos antivirales que administrados durante la etapa temprana de la enfermedad pueden hacer que su duración se acorte y atenuar los síntomas.



Personas con alto riesgo de contraer Influenza

Cualquiera puede contraer la influenza (incluso las personas sanas) y los problemas graves relacionados con la enfermedad pueden aparecer a cualquier edad, pero algunas personas tienen alto riesgo de sufrir complicaciones graves relacionadas con la influenza si se enferman.

Esto incluye a:

- Personas de 65 años en adelante.
- Pacientes de cualquier edad con ciertas condiciones médicas crónicas (como asma, diabetes o enfermedades cardíacas).
- Las mujeres embarazadas y los niños pequeños.
- También es importante que se vacunen los trabajadores de la salud y aquellos que viven con personas en alto riesgo o se encargan de cuidarlas, para impedir el contagio a otros grupos con altas probabilidades de adquirir el virus.



Medidas Preventivas

- El paso inicial y más importante para prevenir la influenza es la vacunación, que va desde los 7 meses de edad en adelante.
- Evite el contacto cercano con las personas que están enfermas.
- Cúbrase la boca y nariz al toser y estornudar. Bote el pañuelo utilizado a la basura.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón. Si no se dispone de ellos, use limpiadores para manos a base de alcohol.
- Evite tocarse los ojos, nariz y la boca. Esta es la manera en que se propagan los microbios.
- Limpie y desinfecte las superficies y los objetos que puedan estar contaminados con gérmenes como los de la influenza.

(*)Fuente: Centers for Disease Control and Prevention



TE QUEREMOS SALUDABLE