

El virus influenza

A (H1N1) nos toca COMBATIRLO es deber de todos!



Tres pasos importantes a realizar a diario

1 CONOCER

¿Cómo se contagia el virus influenza A (H1N1)?

- Por vía respiratoria, a través de las gotas de saliva que se esparcen en el aire, a través de la tos o del estornudo de una persona contagiada.
- Por contacto directo con personas infectadas, al saludar de mano o beso.
- Por contacto con elementos comunes infectados como teléfonos, pasamanos, perillas, etc.
- NO existe contagio al consumir carne de cerdo.

Los Síntomas:

- Tos
- Estornudos
- Malestar general
- Temperatura superior a 38.5
- Dificultad al respirar
- Dolor de cabeza extremo
- En casos excepcionales: diarrea y/o vómito.

2 PREVENIR

Recomendaciones BÁSICAS DE HIGIENE para prevenir el contagio.

- Lave sus manos frecuentemente con agua y jabón.
- Cubra la boca y nariz al toser o estornudar con un pañuelo en lo posible desechable y luego bótelos de manera segura de no contagiar.
- Cubra su boca y nariz con una máscara si ya tiene gripe.
- No permita que tosan o estornuden frente a usted, respetuosamente indique a la persona las recomendaciones anteriores.
- Evite el contacto con elementos que use una persona con gripe.
- Tenga al día los esquemas regulares de vacunación de la población más vulnerable como niños, niñas y personas mayores.



3 ACTUAR

- Si usted presenta los síntomas precisos mencionados anteriormente, quédese en su casa con las ventanas abiertas y llame de inmediato a las líneas de atención de su municipio para reportar su caso.
- Si no presenta estos síntomas precisos, EVITE ir a las entidades de salud, allí puede exponerse a un riesgo mayor.
- Este nuevo virus aún no tiene vacuna así que la vacuna contra la influenza común no lo protege.
- **No se automedique.**
- Manténgase informado sobre los avances del virus y las recomendaciones directas que den las autoridades a través de los medios de comunicación masivos.

ES DEBER DE TODOS COMBATIR EL VIRUS Y COMPARTIR ESTA INFORMACIÓN

VERNETTM

Virtual Educational Resources Network
Cortesía de Vernet, Inc. como un servicio comunitario