

Los síntomas incluyen:

- ✓ Fiebre (por lo general alta)
- ✓ Tos
- ✓ Dolor de garganta
- ✓ Dolor de cabeza
- ✓ Congestión nasal
- ✓ Dolores musculares
- ✓ Cansancio extremo
- ✓ Vómito
- ✓ Diarrea (algunas veces)



Si usted tiene estos síntomas o piensa que tiene la influenza, llame a su doctor o proveedor de salud y pregúntele si necesita atención médica.

Más información:

Departamento de Salud de Broward
www.browardchd.org

954-467-4705

Departamento de Salud de la Florida
www.myflusafety.com

1-877-352-3581

Centro para el control y
prevención de
enfermedades (CDC):

www.cdc.gov/H1N1flu/espanol

1-800-CDC-INFO
(1-800-232-4630)

Departamento de Salud
y Servicios Humanos
www.flu.gov



Broward County Health Department
Office of Health Promotion and Social Marketing

3 PASOS PARA COMBATIR la

INFLUENZA

Estas precauciones
también te
protegerán contra
la Influenza H1N1

o Gripe Porcina




Broward County Health Department

Tres pasos para combatir la Influenza

1 Toma acciones preventivas diariamente

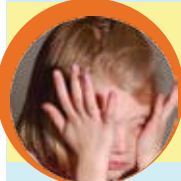

Quédate en casa si tú o tus niños están enfermos.

Si te sientes enfermo con síntomas de influenza, quédate en casa por lo menos 24 horas después de que la fiebre haya desaparecido, excepto si requieres atención médica (la fiebre debería desaparecer sin el uso de medicamentos). Evita el contacto con otras personas.




Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo de papel (desechable) al estornudar o toser y bóvalo en la basura después de su uso.

Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de que hayas estornudado. Los desinfectantes de manos a base de alcohol son también efectivos.



Evita tocarte los ojos, nariz y boca. Los gérmenes se propagan de esta manera.


Evita el contacto directo con personas enfermas.



2 Vacúnate

La vacuna de la influenza de temporada (la gripe anual) es un paso importante.

La vacunación es muy importante para personas que están en alto riesgo de desarrollar complicaciones serias a causa de la gripe incluyendo:

- Niños pequeños
 - Mujeres embarazadas
 - Personas con condiciones de salud crónicas tales como: asma, diabetes, enfermedades del corazón y de los pulmones
 - Personas de 65 años o más
- 

La vacuna contra la influenza de temporada no te protegerá contra la H1N1- Gripe Porcina.

Una nueva vacuna contra la Influenza H1N1- Gripe Porcina estará disponible en los próximos meses.


Las personas que están en alto riesgo de contraer la Influenza H1N1- Gripe Porcina incluyen las mujeres embarazadas y niños de 6 meses a jóvenes hasta los 24 años de edad.

También incluyen individuos con enfermedades crónicas tales como: asma, diabetes, enfermedades del corazón, de los pulmones, entre otras.

3 Toma medicamentos antivirales si el médico lo recomienda

Si usted tiene la influenza de temporada o la H1N1- Gripe Porcina, un proveedor de salud le puede recetar medicamentos antivirales.

Los medicamentos antivirales pueden hacer que la enfermedad sea más leve y que se sienta mejor más rápidamente. También pueden prevenir complicaciones serias a causa de la influenza.



Los medicamentos antivirales no se venden sin receta médica y son diferentes a los antibióticos.

Los medicamentos antivirales son recomendados para personas que están muy enfermas o que pudieran estar a riesgo de complicaciones serias a causa de la gripe.

Si le han recomendado tomar medicinas antivirales, estas trabajan mejor cuando se empiezan a tomar dentro de los primeros dos días que se presentan los síntomas.