

## Periodo de Contagio

Podría contagiar la influenza a otra persona antes de saber que se enfermó, así como cuando tiene síntomas.

- Las personas con influenza son más contagiosas durante los primeros 3 días del curso de la enfermedad.
- Algunos adultos que son en general sanos podrían infectar a otras personas desde un día **antes** de la aparición de sus síntomas y hasta cinco a siete días **después** de enfermarse.
- Algunas personas, incluso los niños pequeños y las personas con el sistema inmunitario debilitado, pueden contagiar durante periodos de tiempo más prolongados.



## TRATAMIENTO

Las personas con síntomas leves deberían:

- Quedarse en casa para evitar contagiar a otras personas
- Descansar
- Beber mucho líquido
- Tratar otros síntomas, como la fiebre
- Buscar atención médica si empeoran los síntomas.

Las personas de alto riesgo o con síntomas graves deberían recibir tratamiento antivírico lo antes posible.



## DIAGNOSTICO

La mayoría de los casos humanos de gripe se diagnostican por la clínica. Con todo, otros virus respiratorios (como el coronavirus del síndrome respiratorio agudo severo de tipo 2, los rinovirus, el virus sincitial respiratorio, los virus parainfluenza y los adenovirus), también pueden causar síndromes gripales que dificultan el diagnóstico diferencial durante los periodos de baja actividad gripal o fuera de las situaciones de epidemia.

**Para establecer un diagnóstico definitivo es necesario obtener muestras respiratorias adecuadas y realizar pruebas de laboratorio.**

## Prevención

La vacuna contra la gripe es sumamente importante, ya que la gripe y la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) causan síntomas similares. Tanto la COVID-19 como la gripe pueden diseminarse al mismo tiempo. Recibir las vacunas es la mejor manera de protegerse de ambas.

**Las vacunas contra la influenza estacional del año brindan protección contra los cuatro virus de la gripe que se espera que sean los más frecuentes durante dicha temporada**

También se ofrecerán vacunas contra la gripe de dosis altas para adultos a partir de los 65 años.

**Lávate las manos**

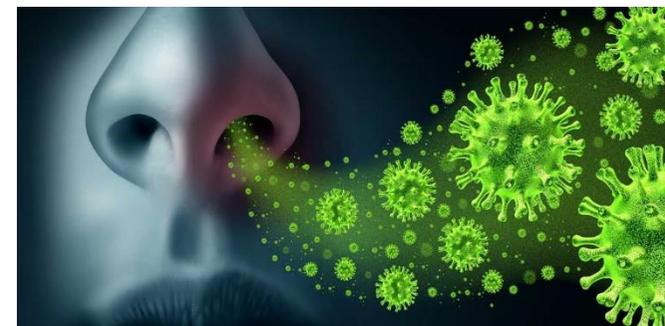


**Cúbrete la boca al toser y estornudar**

**"SPANISH" INFLUENZA.**



# INFLUENZA



**"SEGURIDAD Y SALUD  
EN EL TRABAJO"  
PEVAS 551**

# DEFINICIÓN

Es una enfermedad muy contagiosa generada por un virus que afecta las vías respiratorias (nariz, garganta, bronquios y pulmones) y que se transmite con facilidad de persona a persona.



La influenza se conoce comúnmente como gripe, pero es diferente de los virus de la "gripe" estomacal, que causan diarrea y vómitos.



## Síntomas de la influenza



La influenza puede causar una enfermedad leve o grave y, en ocasiones, puede llevar a la muerte. Los síntomas de la influenza suelen aparecer repentinamente. Las personas con influenza a veces presentan algunos o todos estos signos y síntomas:

1. Fiebre con escalofríos
2. Tos
3. Dolor de garganta
4. Secreción o congestión nasal
5. Dolores musculares o corporales
6. Dolores de cabeza
7. Fatiga (cansancio)
8. Algunas personas pueden tener vómitos y diarrea.

## Formas de transmisión



### Se transmite de dos formas:

Se transmite de persona a persona a través de las gotas de saliva que viajan por el aire al toser, estornudar o escupir.

Al tocarse los ojos, nariz o boca después de tocar las superficies u objetos donde han quedado las gotas de saliva.

### Cuándo debes consultar con un médico

- Dificultad para respirar o falta de aire.
- Dolor en el pecho.
- Mareos constantes.
- Convulsiones.
- Empeoramiento de enfermedades preexistentes.
- Gran debilidad o dolores musculares intensos.