



## ¿CUÁLES SON LOS SIGNOS Y SÍNTOMAS DE LA INFLUENZA?



### ¿QUÉ ES LA INFLUENZA?

La Influenza es una enfermedad respiratoria aguda causada por alguno de los tres tipos de virus de la Influenza que se conocen: A, B y C.

Desde el punto de vista de la salud pública, el de mayor importancia es el virus de la Influenza tipo A, que tiene la capacidad de infectar a humanos y algunas especies de animales tales como aves, cerdos, tigres, entre otros.

No es lo mismo el resfriado o catarro común que la influenza. El microorganismo que causa la influenza es diferente al del resfriado o gripe común.



- Dolor de cabeza
- Congestión nasal.
- Fiebre alta de inicio súbito (generalmente más de 38° C).
- Tos, ardor y/o dolor de garganta.
- Dolor muscular y de articulaciones.

### ¿CÓMO SE TRANSMITE?

Puede viajar a través de las gotitas de saliva que se expulsan al hablar, toser o estornudar hasta un metro de distancia. El virus sobrevive entre 48 y 72 horas en superficies lisas como manos, manijas, barandales, así como en áreas porosas como pañuelos desechables y telas. También se propaga por hablar cerca, saludar de mano o beso a una persona enferma.



# La Influenza

## GRUPOS POBLACIONALES DE ALTO RIESGO

CARACTERÍSTICA	GRUPOS
EDAD	Mayores de 60 años Menores de 5 años
ENFERMEDAD CRÓNICA	Enfermedades Cardíacas. Enfermedad Respiratoria Crónica. Diabetes. Cáncer. Patologías que impliquen depresión Inmunológica.
OTRAS CONDICIONES	Embarazo.
EXPOSICION LABORAL	Personal de Salud.
OTRAS EXPOSICIONES	Personas que viajan a zonas afectadas.

## ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA INFLUENZA Y CÓMO DIFERENCIARLA DE LA GRIPE COMÚN O RESFRIADO?

SÍNTOMAS	RESFRIO COMÚN	INFLUENZA
FIEBRE	Es poco frecuente en adolescentes y adultos; en los niños puede llegar hasta los 39°C.	Generalmente llega a 39°C, pero puede elevarse hasta los 40°C, dura de 3 a 4 días.
DOLOR DE CABEZA	Es raro que se presente.	Aparece de manera brusca y es muy intenso.
DOLORES MUSCULARES	Leves a moderados.	Generalmente muy intensos.
CANSANCIO Y DEBILIDAD	Leves a moderados.	A menudo son intensos y pueden durar 2 a 3 semanas.
POSTRACION	Nunca.	Es de inicio brusco y muy intenso.
CONGESTION NASAL	Es frecuente.	Algunas veces aparece.
ESTORNUDOS	Es frecuente.	Algunas veces aparece.
ARDOR Y/O DOLOR DE GARGANTA	A menudo.	Algunas veces.
TOS	De leve a moderada.	Se presenta casi siempre y puede ser muy intensa.

## DATOS DE ALARMA

### ADULTOS



- Dificultad para respirar.
- Vómito o diarrea persistentes.
- Trastornos del estado de conciencia.
- Agravamiento de una enfermedad crónica.

### NIÑOS(AS)



- Fiebre alta y dificultad para respirar.
- Aumento de la frecuencia respiratoria.
- Rechazo a la vía oral.
- Trastornos del estado de conciencia.
- Irritabilidad y/o convulsiones.

## RECOMENDACIONES

- Cubra nariz y boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar.
- Si no tiene pañuelo utilice el ángulo del codo.
- Lavarse las manos con agua y jabón después de toser o estornudar, también puede utilizar alcohol en gel.
- Evite asistir a lugares concurridos.
- Evite saludar de mano o de beso, cuando esté enfermo.
- Evite escupir en el suelo y en otras superficies expuestas al medio ambiente, utilice un pañuelo descartable y deséchelo en bolsa de plástico cerrada.
- No comparta vasos, platos y/o cubiertos ni alimentos y bebidas.
- Evite el auto medicarse.
- Si presenta algún síntoma de los mencionados con anterioridad acuda a un profesional en salud o a algún Centro Médico.

