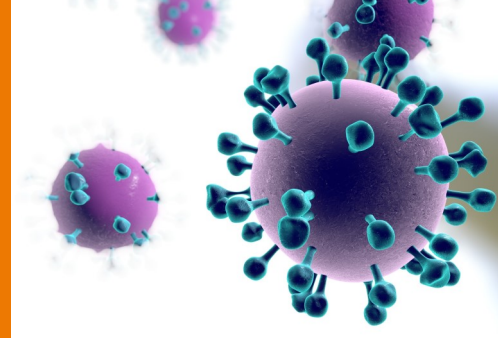


# INFLUENZA

## (GRIPE)

(INFLUENZA (FLU))



La gripe es una enfermedad causada por el virus de la influenza. La gripe circula cada año y algunos años es más intensa que otros. En EE. UU. es más común en otoño y en invierno. Las personas de todas las edades pueden contraer la gripe, desde bebés y adultos jóvenes hasta las personas mayores. Algunas personas contraen una gripe fuerte y otras no.

Muchas de las personas que contraen una gripe fuerte son mayores de 65 años o tienen una afección médica (diabetes, enfermedad cardíaca, asma, enfermedad renal o están embarazadas). Las personas que viven en centros de cuidado a largo plazo y los niños menores de 5 años también corren un mayor riesgo. Incluso las personas jóvenes y saludables pueden contraer una gripe fuerte.

### ¿Cómo se propaga?

- ▶ Las personas con gripe pueden transmitir la enfermedad a otras cuando tosen o estornudan. El virus se encuentra en gotitas de la garganta y la nariz. Cuando alguien tose o estornuda, estas gotitas pueden ser inhaladas por las personas alrededor.
- ▶ El virus también se puede propagar cuando alguien toca un objeto en contacto con el virus. Si esa persona luego se toca la cara, la boca o los ojos, el virus puede contagiarla.

### ¿Cuáles son los signos y los síntomas?

*Los síntomas usualmente comienzan de 1 a 4 días después de inhalar las gotitas con el virus de la gripe. Las complicaciones graves que causa la gripe incluyen neumonía, hospitalización y muerte.*

- ▶ Fiebre
- ▶ Goteo y congestión nasal
- ▶ Dolor de garganta
- ▶ Dolor de cabeza
- ▶ Dolor corporal
- ▶ Cansancio

### ¿Cuáles son las opciones de tratamiento?

- ▶ Los antibióticos no funcionan para combatir la gripe. La mayoría de las personas con gripe se mejoran por sí solas sin tomar ningún medicamento. Tomar analgésicos, descansar más y beber líquidos puede ayudar a disminuir los síntomas.
- ▶ Los medicamentos con receta llamados antivirales para la gripe pueden ayudar a tratar la gripe. Estos fármacos pueden ayudarle a sentirse mejor en menos tiempo y hacer que los síntomas sean menos intensos. Para que funcionen de una mejor manera, se debe comenzar a tomarlos dentro de los dos días después de haber contraído la gripe.

### ¿Cómo se puede prevenir?

- ▶ **La mejor forma de prevenir la gripe es recibir la vacuna contra la gripe cada otoño.** Esta vacuna es segura para personas a partir de los 6 meses de edad.
- ▶ Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón. Utilice desinfectante para manos si no tiene agua y jabón.
- ▶ Utilice un pañuelo para cubrirse la nariz y la boca cuando tosa o estornude, y luego deséchelo. Si no tiene un pañuelo, tosa o estornude en su manga.
- ▶ No comparta nada que se introduzca en la boca, como tazas, sorbetes o utensilios para comer.
- ▶ Si no se siente bien, permanezca en su hogar y no asista al trabajo o a la escuela para evitar transmitir la gripe a otras personas.

BUREAU OF COMMUNICABLE DISEASES

