



RECOMENDACIONES PARA PREVENIR LA

GRIPE A

Si bien no hay circulación viral de la Gripe A en nuestro país, en los Estados Unidos la actividad del virus influenza es alta y con temprana incidencia, predominando en todos los Estados Norteamericanos el tipo A.

A diferencia de los años anteriores, prevalece la caracterización antigénica del virus en circulación del tipo Gripe A H3 N2 (antes Gripe H1 N1). Los síntomas serían más severos que los presentados durante la epidemia del 2009.

Ante la posibilidad de nuevos casos provenientes del exterior en nuestro país, se deben extremar los cuidados ya conocidos por la anterior epidemia. No debemos alarmarnos, pero sí tomar todos los recaudos para evitar la manifestación de los casos más graves.

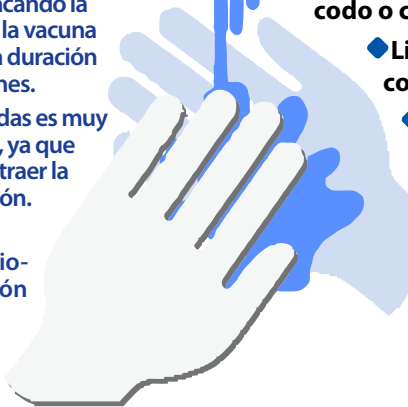
Es necesario aumentar la prevención en los niños y mujeres embarazadas, destacando la importancia de la inmunización con la vacuna antigripal, ya que la misma reduce la duración de la enfermedad y sus complicaciones.

Además, en el caso de las embarazadas es muy importante la vacunación antigripal, ya que la misma disminuye el riesgo de contraer la enfermedad para el bebé en gestación.

Por la presente situación epidemiológica se recomienda la vacunación antigripal a todos los viajeros a EE.UU, conjuntamente con la vacuna antineumocócica en aquellos pacientes con factores de riesgo.

CONSEJOS DE UTILIDAD

- ◆ Escrupuloso lavado de manos.
- ◆ Evitar tocarse los ojos, nariz o boca, (así se esparcen los gérmenes).
- ◆ En caso de tos o estornudo, cubrirse boca y nariz con el codo o con un pañuelo descartable.
- ◆ Limpiar y desinfectar con frecuencia las superficies como perillas de puertas, mesas, escritorios, etc.
- ◆ Identificación precoz de pacientes febriles.
- ◆ Realizar la pronta consulta médica ante cualquiera de los síntomas generales de la gripe.
- ◆ No automedicarse y no tomar aspirinas.
- ◆ Alimentarse sanamente.
- ◆ Incorporar abundante líquido.
- ◆ Mantener los ambientes ventilados.
- ◆ Permanecer en el hogar.



SÍNTOMAS MÁS FRECUENTES

- ◆ Fiebre superior a 38°
- ◆ Dolores musculares
- ◆ Malestar general
- ◆ Molestias en la garganta
- ◆ Tos frecuente
- ◆ Falta de apetito
- ◆ Problemas respiratorios
- ◆ Congestión nasal



Gestión Pro Activa de la Salud

