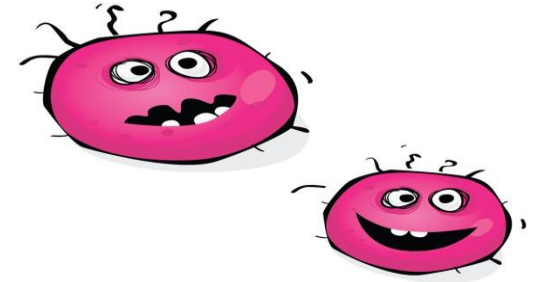
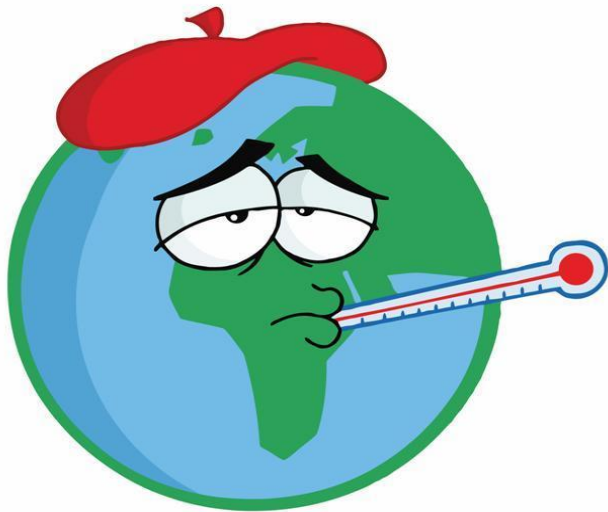


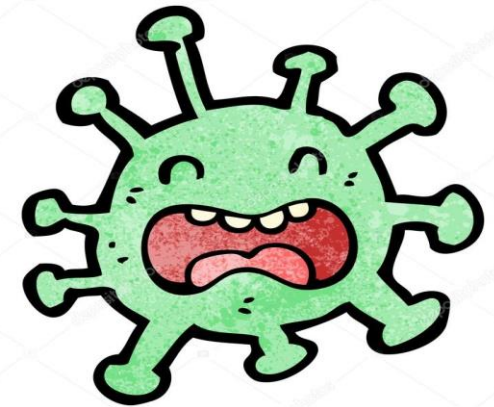
k2729256 www.fotosearch.com



# VIRUS DE LA INFLUENZA H1N1



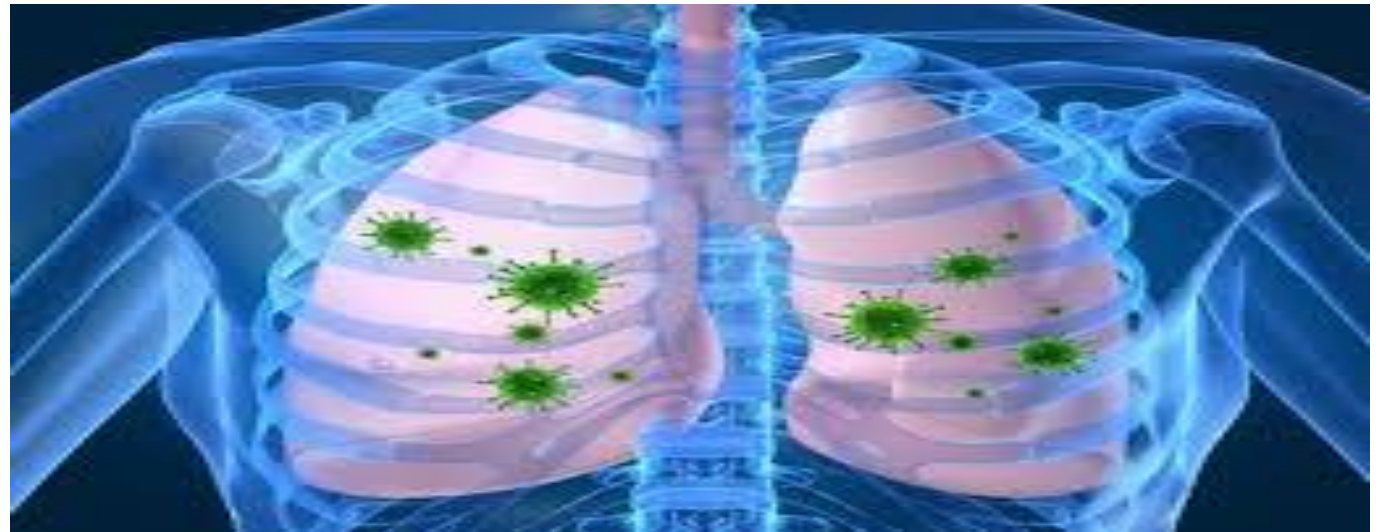
© ChudTsankov.com





# ¿QUE ES EL VIRUS DE LA INFLUENZA H1N1?

- Influenza es una enfermedad respiratoria causada por el virus de la influenza.
- Es similar a la gripe estacional anual, pero se debe tratar con más cuidado, por los síntomas que presenta.



# ¿CÓMO SE TRANSMITE EL H1N1?

La influenza se contagia de persona a persona así:

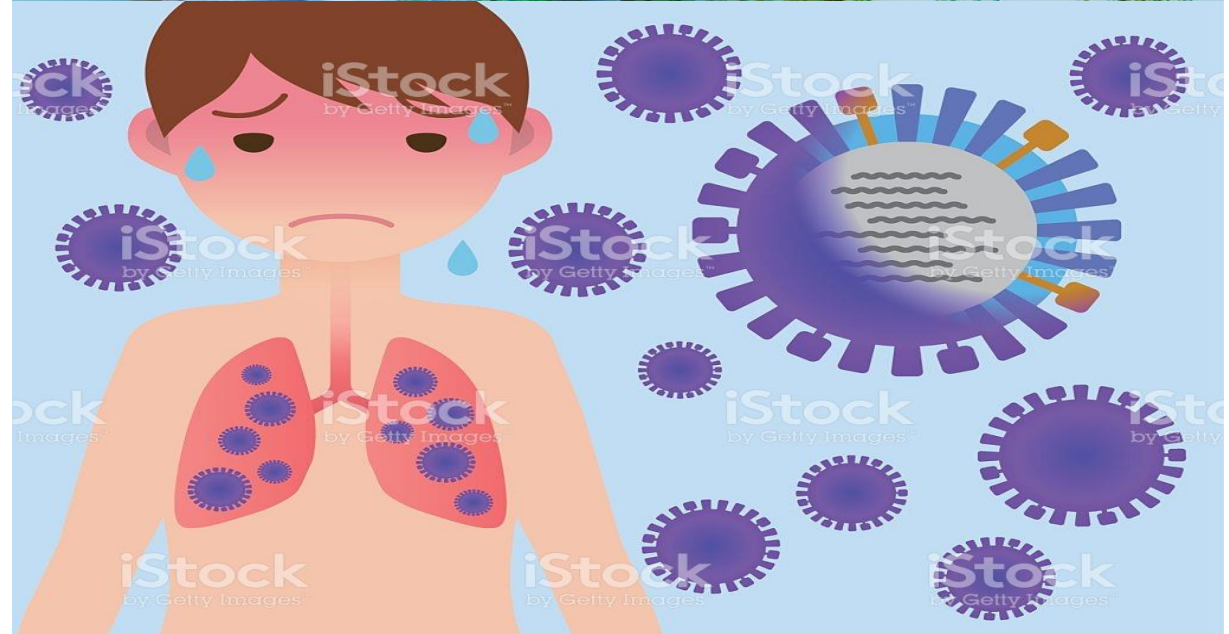
- Cuando un enfermo tose, estornuda o habla, causando gotitas de humedad por el aire.
- Estas gotitas contienen virus que al inhalarlos la otra persona puede causar una infección.
- La gente puede infectarse tocando algo con el virus de la gripe y luego tocarse su boca o nariz.





# ¿CUÁNDO APARECEN LOS SÍNTOMAS?

- Los síntomas aparecen típicamente de 1 a 4 días después de exponerse a las gotitas respiratorias de la persona infectada, pero puede ser por más de 7 días.
- Todas las persona infectada con la gripe debe quedarse en casa por lo menos 24 horas después de no tener fiebre sin usar medicina.
- Debe acudir inmediatamente al médico y/o clínica para su tratamiento.



# ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DEL H1N1?

La enfermedad de la influenza varía desde muy leve a grave, según la condición física y estado de la persona con estos síntomas:

- Fiebre 38°
- Escalofríos
- Dolor de garganta
- Dolor de cabeza
- Tos seca
- Dolor de músculos y articulaciones
- Vómito y/o diarrea.



# ¿A QUIÉNES PUEDE AFECTAR MÁS EL H1N1?

La influenza puede durar más y causar complicaciones mortales en:

- Mujeres embarazadas
- Niños pequeños
- Personas ancianas
- Personas con enfermedades crónicas como diabetes, enfermedades de corazón, pulmón o riñón, anemia grave.
- Personas con enfermedades respiratorias (asma, bronquitis o neumonía)





# ¿CÓMO PUEDO EVITAR CONSEGUIR LA INFLUENZA?

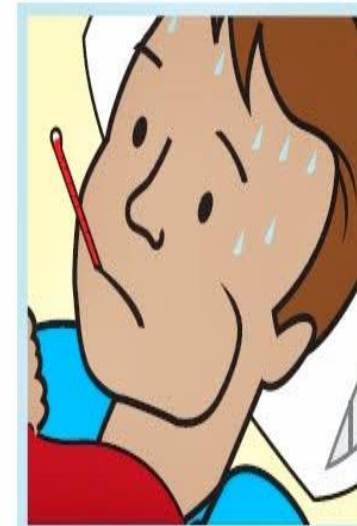
- Manteniendo una buena nutrición.
- Lavándome bien mis manos.
- Evitando tocarme la nariz ojos y boca (usar pañuelo).
- Quedándome en reposo en casa si tengo gripe.
- Aplicándome la vacuna anual para la gripe cuando este disponible.



Lávese las  
manos a  
menudo



Cubra sus  
estornudos  
y tos



Quédese en  
casa si está  
enfermo

# RECOMENDACIONES PARA PREVENIR EL CONTAGIO DE LA INFLUENZA

- Lavar las manos con agua y jabón o con un jabón glicerinado.
- Evitar saludar de mano o de beso.
- Evitar el contacto con los ojos (frotárselos).
- Utilizar tapaboca si va a estar en algún lugar con más personas.
- Limpiar y desinfectar elementos de uso común como teléfonos, perillas o barandas, botones de ascensor, entre otros.
- Hidratarse frecuentemente.
- Ventilar diariamente la habitación y la casa.
- Vacunar. Actualmente la vacuna contra la influenza que se aplica gratis en el país a los niños menores de 5 años y los mayores de 60 años protege contra el virus influenza H1N1





## RECOMENDACIONES...



✓ No comparta cubiertos ni vasos. Tenga buenos hábitos de limpieza.



✓ Limpie los utensilios utilizados por los enfermos con agua tibia y jabón.



✓ Cubrirse con la manga la nariz y la boca al estornudar.



✓ Lave sus manos con agua y jabón o con un líquido de limpieza de manos con alcohol.



✓ Si está enfermo utilice barbijo para evitar contagiar a otros.



✓ Evite situaciones de aglomeración que lo coloquen en contacto estrecho con otros.

“Si lo oyes... lo olvidas.  
Si lo ves ... lo recuerdas y si lo haces lo aprendes”



GRACIAS POR SU ATENCIÓN  
Y PREVENCIÓN