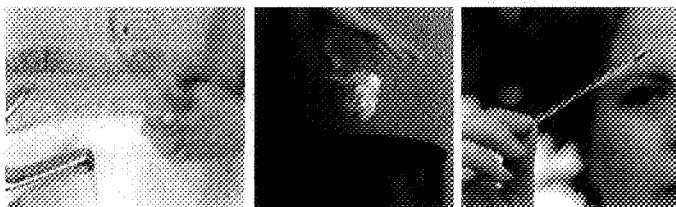


La prevención es la mejor medida

Gripe A



¿Ya sabes cómo actuar para prevenir la Gripe A?

Antes de empezar con síntomas gripales como tos, fiebre o malestar general, toma medidas frente a la Gripe A. Sigue estas sencillas recomendaciones.

- Al estornudar o toser tápate la boca y la nariz con un pañuelo de papel y tíralo a la basura.
- Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón.
- Usa los servicios de salud con responsabilidad.

Si quiere saber más
www.informaciongripea.es



¿Quién debe tener más cuidado?

- Embarazadas.
- Personas que reciban tratamiento crónico con ácido acetilsalicílico.
- Enfermos del corazón.
- Enfermos crónicos pulmonares.
- Diabéticos en tratamiento con fármacos.
- Personas con enfermedades de la sangre.
- Enfermos con hepatopatías crónicas.
- Enfermos inmunodeprimidos (tratamientos con inmunodepresores, transplantados, enfermos de VIH,...)

¿Qué tenemos que hacer si tenemos síntomas de la gripe A?

Es importante saber que la mayoría de las personas que la padecen pueden recuperarse en su domicilio con los tratamientos habituales de la gripe (paracetamol, antigripales, ingesta de líquidos,...). En resumen: seguir las recomendaciones de los profesionales sanitarios.

También debe contactar con los servicios sanitarios cualquier persona que, además los habituales, presente alguno de los siguientes síntomas:

- Dificultad para respirar.
- Fiebre elevada que persista por más de tres días
- Empeoramiento repentino.
- Empeoramiento pasados ya 7 días de enfermedad.

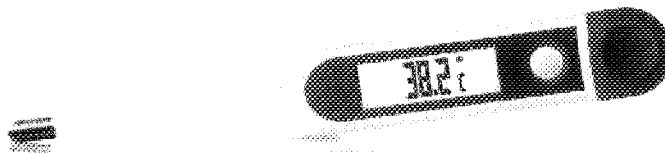
Siga las recomendaciones que emiten el Ministerio de Sanidad y/o las Consejerías de Sanidad de las CC.AA. Esto también deben hacerlo las personas de grupos de riesgo con mayores posibilidades de sufrir complicaciones.

Recuerde: Use los servicios sanitarios si realmente los necesita.

¿Qué es la gripe?

La gripe es una enfermedad común que afecta desde la antigüedad a personas y otras especies animales y que causa epidemias cada año, sobre todo en invierno. Aunque la producen distintos tipos de virus es, en general, de carácter benigno.

La gripe es una enfermedad contagiosa ya que se transmite fácilmente de una persona a otra a través de las gotitas de saliva o secreciones que expulsamos al hablar, toser o estornudar.



La gripe A es una nueva forma de gripe que, hasta hoy, presenta una mayor facilidad de transmisión pero que, con los datos conocidos, presenta menores tasas de mortalidad que la gripe habitual, también llamada estacional. No obstante, esto no impide que pueda provocar una pandemia que altere la actual concepción de la gripe A, que recordemos, es un nuevo tipo, denominado H1N1.

Si quieres mas información visita la www.informaciongripea.es

¿Qué podemos hacer para prevenirla?

- La prevención es la mejor medida frente a la gripe, y consiste en una serie de , entre ellas, las más importantes son:
- Lavarse las manos con frecuencia.
- Taparse la boca y la nariz con un pañuelo de papel al estornudar o toser y justo después tirar el pañuelo usado a la basura.
- Limpiar más frecuentemente las superficies con las que estamos en contacto con los productos de limpieza habituales y ventilar más a menudo abriendo las ventanas.
- Evitar los besos y contacto muy cercano, así como compartir vasos, cubiertos y otros objetos que hayan podido estar en contacto con saliva o secreciones.

