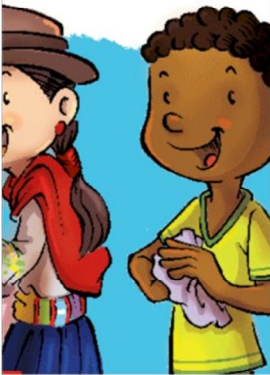


H1N1

INFLUENZA O GRIPE



Por mantenerse..

VIDA



NO DEJES QUE TE PASE LA CUENTA..

¿QUÉ HACER?

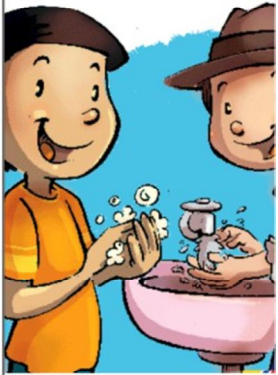
¿CÓMO PREVENIR LA EPIDEMIA?

¿A QUIÉN RECURRIR?



A(H1N1)

TODOS CONTRA LA



Porque es mejor

CON

¿Que es la influenza?

Es una enfermedad de las vías respiratorias causada por un virus extremadamente contagioso. Existen tres tipos diferentes de virus (A, B, C) los cuales pueden mutar, y existen varios subtipos. Es más frecuente en invierno. Es importante porque afecta a cualquier persona sin importar su edad, y las mutaciones del virus suelen causar complicaciones graves e incluso la muerte en un gran número de personas

¿Es lo mismo que un resfriado común?

No, aunque ambas son enfermedades respiratorias agudas y tienen síntomas comunes, el microorganismo que causa la influenza es diferente al que causa el resfriado o gripa común.

¿Qué hacer para evitar el contagio de la influenza?

- ✓ Evitar lugares de alta concentración poblacionales (cines, teatros, bares, autobuses, etc)
- ✓ Cubrir nariz y boca con pañuelos desechables al toser o estornudar y lavarse las manos con agua y jabón.
- ✓ No saludar de forma directa (mano o beso) para no contagiar a otras personas.
- ✓ Mantener hábitos de aseo personales y limpiar cocina, baño, manijas, barandas y objetos de uso común
- ✓ Comer frutas y verduras ricas en vitaminas A y C (zanahoria, papaya, guayaba, naranja, mandarina, lima, limón y piña)
- ✓ Lavarse frecuentemente las manos con agua y con jabón



¿Cómo se contagia la influenza?

De persona a persona a través de las secreciones de nariz y boca (tosar, estornudar, hablar) o por contacto directo (manos, besos). Es muy contagiosa (3-7 días una vez que inician los síntomas) y de mayor riesgo cuando ocurre en lugares cerrados (guarderías, colegios, hogares, entre otros)

Los síntomas

Inicio súbito (el enfermo recuerda muy bien el momento de inicio) con fiebre, dolor de cabeza, dolor intenso de músculos y articulaciones, cansancio excesivo, dificultad para respirar, lagrimeo, dolor de garganta y tos.

¿Cómo sé si tengo A(H1N1)?

Es necesario que un médico lo examine y realice un examen clínico detallado. No olvide que él está para ayudarlo, así que colabórele en la información requerida



Elaborado por:
María Cristina Barbosa Barbosa
Epidemióloga

QUE

Prevéngalo



or mantenerse..



¿QUE ES EL DENGUE?

El dengue es una enfermedad viral aguda transmitida por el mosquito Aedes aegypti, que se cría en el agua acumulada en recipientes y objetos en desuso.

Esta enfermedad es más frecuente en niños y personas mayores, y se caracteriza por una fiebre de aparición súbita que dura 3 a 7 días acompañada de dolor de cabeza,

ATENCIÓN

Si usted o alguno de los suyos tienen los síntomas descritos en este folleto, favor contáctese con su médico o diríjase al Centro Médico más cercano. No deje pasar el tiempo

DEN

Conózcalo y



Porque es mejor



¿Dónde vive este mosquito?



Vive dentro y alrededor de nuestras casas. Se reproduce en tanques, aljibes y recipientes donde guardamos el agua limpia; también en floreros y donde se pueda acumular agua lluvia como en llantas, tarros, latas, botellas entre otros.

¿Cómo se reproduce este mosquito?



Se reproduce por medio de huevos que son puestos en las paredes internas de los recipientes que contienen el agua; estos huevos se transforman en larvas que viven en el agua y luego se transforman en mosquitos listos para volar y picar.

SALVE SU VIDA Y LA DE SU FAMILIA

Síntomas

dengue Hemorrágico

- ⊗ Sangrado de encías
- ⊗ Sangrado de nariz
- ⊗ Vómito con sangre
- ⊗ Materia fecal con sangre
- ⊗ Sangrado en la orina
- ⊗ Erupciones y moretones en la piel

Síntomas

dengue Clásico

- ⊗ Fiebre Alta
- ⊗ Dolor de Cabeza
- ⊗ Dolor de músculos
- ⊗ Dolor de articulaciones
- ⊗ Dolor de ojos

PRESTE MUCHA ATENCIÓN

El Dengue Hemorrágico es más grave que el clásico, puede llevar a la muerte si el paciente no es tratado a tiempo

Para tener en cuenta....

- ⊗ No confunda dengue con gripa
- ⊗ Hay dos tipos de dengue; el Fiebre dengue o clásico y el Hemorrágico que puede ser más grave
- ⊗ Al presentar los síntomas **NO TOMAR ASPIRINA** (Ácido acetilsalicílico ni ibuprofeno) se aconseja sólo acetaminofén
- ⊗ Acuda de inmediato al médico o al Centro Asistencial más cercano a su residencia

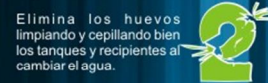
Elaborado por María Cristina Barbosa - Epidemióloga



¿Cómo evitar y combatir este mosquito?



Evita que pongan sus huevos tapando bien los tanques y recipientes que contengan agua limpia



Elimina los huevos limpiando y cepillando bien los tanques y recipientes al cambiar el agua.



Elimina las larvas botando el agua lluvia acumulada en cualquier recipiente como llantas viejas, tarros, botellas o canecas de basura



Elimina los huevos limpiando y cepillando bien los tanques y recipientes al cambiar el agua.

