

Prevención de la Gripe

¿Qué es la influenza (gripe)?

La influenza es una enfermedad causada por un virus que principalmente afecta la nariz, la garganta y los pulmones. Por lo general se presenta de repente y puede durar hasta una semana o más.

¿Quién puede contraer la gripe?

Cualquiera puede contraer la gripe. Sin embargo, la gente mayor, todas personas que tengan una enfermedad crónica, las mujeres embarazadas y los niños entre 6 meses y 2 años de edad corren un mayor riesgo de tener complicaciones.

¿Cómo se propaga la gripe?

La gripe se propaga principalmente de persona a persona por medio de la tos o el estornudo.

¿Cuáles serían los posibles síntomas?

Los síntomas de la gripe por lo general aparecen a los 3 días después de la exposición:

- fiebre (generalmente alta)
- cansancio
- dolor de cabeza
- dolor muscular
- tos seca
- mucosidad nasal
- escalofríos
- dolor de garganta

¿Cómo se detecta la gripe?

Es difícil saber con certeza si usted tiene la gripe basándose en los síntomas solamente. Los médicos pueden hacer pruebas para ver si usted tiene la gripe si le hacen un chequeo durante los primeros días de la enfermedad.

¿Cómo se trata la gripe?

El mejor tratamiento es quedarse en casa, descansar y tomar mucho líquido. Las medicinas que se venden sin receta para la gripe también pueden ayudar, pero es mejor preguntar al médico primero, especialmente antes de dar medicinas a los niños.

¿Cómo se puede prevenir la gripe?

- tápese la boca cuando tosa y estornude
- evite el contacto con personas infectadas
- lávese las manos a menudo
- póngase una [inyección contra la gripe](#) todos los años

¿Quién debe recibir la inyección contra la gripe?

- adultos y niños que tengan una enfermedad crónica
- contactos cercanos de alto riesgo o personas que estén crónicamente enfermas
- personas de 50 años en adelante
- niños entre los 6 y los 23 meses
- contactos cercanos de niños entre 6 y 23 meses
- mujeres embarazadas que estén en el 2do. y 3er. trimestre durante la temporada de gripe
- los trabajadores del cuidado de la salud