

Influenza



Qué es:

- La influenza (gripe) es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por los virus de la influenza.
- La gripe puede provocar enfermedades que van desde leves hasta graves.
- Se propaga principalmente a través de pequeñas gotas que se producen cuando las personas tosen, estornudan o hablan.

Las personas son más contagiosas durante los primeros tres días de la enfermedad. Se ha demostrado que la vacuna antigripal reduce las enfermedades relacionadas con la gripe y el riesgo de complicaciones graves que pueden resultar en hospitalización o incluso la muerte.

Síntomas:

- Fiebre o sensación de fiebre/escalofríos
 - No todas las personas que tienen gripe tendrán fiebre.
- Tos
- Dolor de garganta
- Nariz que moquea o congestionada
- Dolores musculares o corporales
- Dolores de cabeza
- Cansancio
- Algunas personas pueden tener vómitos y diarrea, aunque esto es más común en niños que en adultos.

¿Quién puede enfermarse gravemente de gripe?

- Adultos de 65 años o más
- Niños menores de 2 años
- Personas con condiciones de salud preexistentes
- Mujeres embarazadas, incluso dos semanas después del final del embarazo.
- Personas que viven en centros de atención a largo plazo

Prevención:

1. Vacúnese contra la gripe todos los años.
2. Quédate en casa si estás enfermo.
3. Cúbrase la boca al toser o estornudar.
4. Lávese las manos con frecuencia.



[cdc.gov/flu/index.html](https://www.cdc.gov/flu/index.html)

