

¡DIFUNDE LA PREVENCIÓN!

Invita a familiares y a amigos a seguir estas sencillas recomendaciones. Si tienes hijos, debes dar el ejemplo. Enséñales a contar hasta 20 cuando se lavan las manos y muéstrales cómo cubrirse boca y nariz al toser o estornudar.

para obtener información sobre la gripe A H1N1, sobre los cuidados a seguir en caso de enfermedad y para prevenir la difusión del virus, o sobre las campañas de vacunación gratuitas (contra la gripe A H1N1 y contra la gripe estacional):

**Número de información gratuito
del Servicio sanitario regional
de Emilia-Romaña**

Número gratuito
800 033033

*todos los días hábiles desde las 8:30 hasta las 17:30 hs.
el sábado desde las 8:30 hasta las 13:30 hs.*

En caso de ser necesario, los operadores pueden contactarse con el Departamento de salud pública de la Unidad Local de Salud correspondiente.

**Portal de Internet
del Servicio sanitario regional
de Emilia-Romaña**

www.saluter.it

A cargo del: Departamento de políticas para la salud (Marta Fin, Pierluigi Macini, Alba Carola Finarelli, Claudio Po)
Impresión: Betagraf, Fano (Bo) - Gráfica: Tracce, Módena



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

GRUPE A H1N1

La prevención está en tus manos



Reimpresión Octubre de 2009



Información útil para protegerse y evitar la difusión del virus

¿QUÉ ES LA GRIPE A H1N1?

Es una infección viral aguda del aparato respiratorio. Está causada por un nuevo virus de influenza A H1N1 que ha demostrado su capacidad para propagarse rápidamente en todo el mundo. Está caracterizada por manifestaciones clínicas leves. Al igual que la gripe estacional, puede causar complicaciones y un agravamiento de patologías crónicas preexistentes.

¿CÓMO SE TRANSMITE?

Al igual que en la gripe estacional, la transmisión de persona a persona se efectúa por vía aérea a través de las gotas de saliva provocadas por estornudos o tos de personas infectadas, por medio del contacto con material infectado (por ejemplo pañuelos usados), tocando superficies contaminadas por las secreciones respiratorias y a través de contactos estrechos con personas enfermas (besos, abrazos, etc.).

Qué debemos hacer para protegernos y proteger a los demás

Se puede disminuir el riesgo de infección adoptando una serie de simples recaudos.



LAVARSE LAS MANOS

Cuidadosamente y varias veces por día, siempre con agua y jabón. Especialmente, después de haber tosido, estornudado, o haberse soplado la nariz.



TOSER O ESTORNUDAR USANDO UN PAÑUELO DE PAPEL

Al momento de toser o estornudar, colocar un pañuelo de papel delante de la nariz y la boca.



TIRAR EL PAÑUELO DE PAPEL

Después del uso, tirar siempre el pañuelo de papel a la basura y lavarse las manos cuidadosamente con agua y jabón.



DISPONER DE UNA PEQUEÑA RESERVA DE MÁSCARILLAS HIGIÉNICAS

Deben usarse en caso de enfermedad o de asistencia a una persona enferma. Las mascarillas higiénicas están a la venta en el comercio.



MANTENER LIMPIAS LAS SUPERFICIES

Pomos, interruptores, teléfonos, teclados, mesas y otras superficies comunes pueden estar contaminados con diferentes tipos de bacterias y virus. Limpiar y desinfectar regularmente estas superficies.



GRYPE A H1N1

La prevención está en tus manos



¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas de la gripe son fiebre repentina, en general superior a 38 grados, y manifestaciones respiratorias (tos, dolor de garganta, resfrío) asociadas a por lo menos uno de los siguientes síntomas: escalofríos, dolores musculares, dolores articulares y, especialmente en los niños, dolor de estómago, diarrea o vómitos.

Las indicaciones a seguir en caso de síntomas

PERMANECER EN CASA

La gripe A H1N1, en la gran mayoría de los casos, se manifiesta con sintomatología leve. Es conveniente permanecer en casa, hacer reposo y limitar los contactos con otras personas para evitar la difusión de la enfermedad. En caso de entrar en contacto, usar la mascarilla higiénica. También el ingreso a las estructuras sanitarias (salas de primeros auxilios, consultorios médicos), si no es indispensable, puede favorecer la difusión de la enfermedad.

CONSULTAR AL MÉDICO O AL PEDIATRA DE CABECERA

Si los síntomas de la gripe subsisten durante varios días, y en especial si la fiebre permanece elevada, o si se presentan síntomas respiratorios más importantes, es conveniente contactar telefónicamente al médico de cabecera. En el caso de los niños más pequeños o de las personas con graves patologías preexistentes a la infección de la gripe, es necesario consultar rápidamente al pediatra o al médico de cabecera. El servicio sanitario regional, durante el pico de gripe (el periodo en el cual la gripe alcanza la mayor difusión), ha previsto reforzar los servicios de guardia médica para permitir a los médicos y a los pediatras de cabecera responder más fácilmente a las consultas de los pacientes.

LA VACUNACIÓN CONTRA LA GRIPE A H1N1

Una medida fundamental para protegerse de la gripe y evitar la difusión del virus es la vacunación. Por lo tanto, este año, a la vacunación contra la gripe estacional, se le suma la vacunación contra la gripe del virus A H1N1. Para informarse sobre los grupos de personas a las cuales se propone la vacunación gratuita (contra la gripe estacional y contra la gripe A H1N1) y sobre las modalidades de suministro de las vacunas, llamar **al número de información gratuito del Servicio sanitario regional 800 033 033** (disponible todos los días hábiles desde las 8:30 hasta las 17:30 hs y el sábado desde las 8:30 hasta las 13:30 hs).