

GRYPE A-H1N1

PERIODO DE INCUBACIÓN
De 1 a 5 días

FUENTE DE INFECCIÓN
*Secreción respiratoria
de personas infectadas*



Refuerza el Sistema de Vigilancia Epidemiológica

MEDIDAS PREVENTIVAS

- ✓ Abrigarse y evitar cambios bruscos de temperaturas
- ✓ Comer frutas y verduras ricas en vitaminas A y C (zanahoria, naranja, guayaba, mandarina, limón, piña, lechosa)
- ✓ Lavarse las manos con agua y jabón por al menos 30 segundos con frecuencia
- ✓ Evitar estar cerca de personas enfermas o infectadas
- ✓ Acudir al médico inmediatamente si presenta algún síntoma

SINTOMAS

- ✓ Fiebre mayor a 38°C
- ✓ Tos frecuente e intensa
- ✓ Dolor de cabeza
- ✓ Falta de apetito
- ✓ Congestión nasal
- ✓ Vómito y diarreas en algunas personas
- ✓ Malestar general

GRUPOS DE RIESGO

- Niños (as) menores de 9 años de edad
- Adultos mayores de 60 años de edad
- Mujeres embarazadas
- Personas con enfermedades crónicas: diabetes, asma, hipertensión, inmunosupresión (**VIH/Sida**)

**Protege tu salud
y la de tu familia!**

