

INFLUENZA



¿QUÉ ES LA INFLUENZA?

La influenza es una enfermedad contagiosa causada por diferentes virus que afectan al sistema respiratorio del cuerpo. Los virus de la influenza se transmiten a través de las gotitas que salen de la boca al toser, estornudar y al hablar.

SÍNTOMAS

Los síntomas de la influenza son:

- Fiebre
- Dolor de garganta
- Dolor en el cuerpo
- Dolor de cabeza
- Tos seca
- Estornudos
- Secreción o nariz tapada
- Cansancio extremo
- Dolor abdominal

Puedes presentar uno o más de estos síntomas.

COMPLICACIONES

Algunas complicaciones de la influenza son:

- Pulmonía
- Bronquitis
- Deshidratación

Las personas con condiciones crónicas (asma, diabetes, fallo cardíaco) son más propensas a sufrir serias complicaciones.

RECOMENDACIONES PARA ALIVIAR LOS SÍNTOMAS

- Puedes utilizar acetaminofén para la fiebre.
- Haz uso de medicamentos antivirales (combaten el virus), según recomendación médica.
- Descansa y quédate en tú casa.
- Consume líquidos.

VACÚNATE CONTRA LA INFLUENZA



MEDIDAS PREVENTIVAS

- Vacúnate a partir de los 6 meses de edad y luego anualmente. La vacunación es la mejor protección contra la influenza.
- Lávate las manos con agua y jabón.
- Cúbrete al toser o estornudar con una servilleta de papel.
- Desinfecta las superficies.
- Consulta con tú médico antes de administrarte la vacuna.

¡Vacúnate anualmente!

¿CUÁNDO ES EL MEJOR MOMENTO PARA RECIBIR LA VACUNA?

La vacuna contra la influenza puede disminuir en gran medida la posibilidad de enfermarte.

RECUERDA:

- El mejor momento para recibir la vacuna es entre los meses de septiembre y mediados de noviembre.
- Para desarrollar protección contra la infección del virus de la influenza tomará cerca de una o dos semanas.

La mayoría de las personas contraen la influenza o gripe a finales de diciembre hasta principios de marzo.

¿CÓMO SE TRATA LA INFLUENZA?

- Si contraes la influenza, descansa en cama y consume mucho líquido.
- Toma algún analgésico como acetaminofén para aliviar la fiebre y el malestar general.
- En caso que persistan los síntomas, consulta con tú médico.

¿QUIÉN DEBE VACUNARSE?

Toda persona a partir de los 6 meses de edad, especialmente personas en grupos de alto riesgo.

Los siguientes grupos tienen un mayor riesgo de que la influenza se convierta en una enfermedad grave y deben recibir la vacuna todos los años:

- Personas mayores de 65 años.
- Residentes de hogares o centros de actividades diurnas.
- Adultos y niños que tienen enfermedades crónicas, tales como: del corazón, pulmón, diabetes, riñón o formas graves de anemias.
- Profesionales de la salud en contacto con estos grupos de riesgo.
- Personas que cuidan o viven con alguien de los grupos de alto riesgo.



Pregunta a tú médico sobre la vacuna de la influenza.



Triple-S Salud, Inc. cumple con las leyes federales aplicables de derechos civiles y no discrimina por razón de raza, color, origen de nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Triple-S Salud complies with applicable Federal Civil Rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. FEH_4005_17_02_E ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 787-774-6081, libre de costo 1-800-716-6081; (TTY / TDD) 787-792-1370; libre de costo 1-866-215-1999. ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 787-774-6081, Toll Free 1-800-716-6081; (TTY / TDD) 787-792-1370; Toll-Free 1-866-215-1999. FEH_4005_17_04 Concesionario Independiente de BlueCross BlueShield Association. TSS-EDS-0241-2019-A