

Páginas

Visite las siguientes páginas electrónicas:

Departamento de Salud de Puerto Rico:
www.salud.gov.pr

Información sobre Pandemia de Influenza:
www.pandemicflu.gov

Lista de Contactos

Departamento de Salud
787-274-7676

Oficina de Epidemiología e Investigación
787-274-6831

Regiones:

Aguadilla	787-891-6255
Arecibo:	787-879-3246
Bayamón:	787-995-0125
Caguas:	787-286-0880
Fajardo:	787-801-5922
Mayagüez:	787-831-0262
Metro:	787-281-6144
Ponce:	787-844-4682



Estado Libre Asociado de Puerto Rico
Departamento de Salud

Oficina de Preparación y Coordinación de Respuesta en Salud Pública
Programa de Planificación de Pandemia de Influenza
PO Box 70184
San Juan, Puerto Rico 00936-8184

Teléfono: 787-773-0600
Facsímil: 787-773-0622

Correo Electrónico:
cpbs@salud.gov.pr

Oficina de Epidemiología e Investigación
PO Box 70184
San Juan, Puerto Rico 00936-8184

Teléfono: 787-274-6831
Facsímil: 787-751-6937

Infórmese sobre

Influenza de Temporada

Influenza de Temporada

La influenza de temporada es una enfermedad respiratoria causada por los virus de la influenza A, B y C.

Puede causar una enfermedad que varía de leve a grave e incluso provoca la muerte en ciertos casos.

Las personas de edad avanzada, los niños pequeños y quienes padecen de ciertos problemas de salud tienen un mayor riesgo de sufrir complicaciones graves debido a la influenza. La influenza generalmente empieza de manera súbita e incluye los siguientes signos y síntomas:

- Fiebre
- Tos
- Dolor de garganta
- Congestión nasal
- Dolor de cabeza
- Malestar corporal
- Cansancio
- Diarrea y vómito
(más frecuente en los niños)

Es necesario que lo vea un médico para determinar si tiene influenza u otra infección que pudo haber sido causada por la misma.

La influenza es una enfermedad que se propaga de persona a persona cuando una persona infectada tose o estornuda. También puede contagiarse al tocar superficies contaminadas con el virus y luego tocarse los ojos, la nariz o la boca. La mejor manera de protegerse y proteger a los demás contra la influenza es vacunándose todos los años.

Los siguientes pasos pueden ayudarle a evitar la propagación de enfermedades respiratorias:

- Cúbrase la nariz y la boca con pañuelos desechables cuando tosa o estornude.
- Trate de no tocarse los ojos, la nariz ni la boca.

- Lávese las manos frecuentemente (entre 15 a 20 segundos) con agua y jabón o algún desinfectante a base de alcohol, especialmente después de toser o estornudar.
- Evite acercarse a personas que estén enfermas.
- Si le da influenza, quédese en casa y no vaya al trabajo, a la escuela ni a reuniones sociales.

Recomendaciones importantes...

Si le da influenza, descanse, tome mucho líquido, y evite fumar y tomar bebidas alcohólicas. Puede tomar algún medicamento como acetaminofén para reducir la fiebre y los dolores musculares. **Nunca** dé aspirina a los niños o jóvenes que tengan síntomas de influenza y en particular, si tiene fiebre.