

Definición:

La gripe o influenza es una enfermedad viral respiratoria muy contagiosa, aparece generalmente en los meses más fríos del año, manifestándose de forma brusca con fiebre alta.

Existen tres tipos de virus de la gripe, de los cuales A y B son los más frecuentes.

Contagio:

La gripe se transmite por contacto con secreciones de personas infectadas (microgotas generadas al toser o estornudar), al tocar con las manos superficies u objetos contaminados con estas secreciones y luego llevárselas a los ojos, nariz o boca.

¿Cuáles son los signos y síntomas de la Gripe?



Signos de ALARMA

ADULTOS

Dificultad para respirar
Vómitos o diarrea persistente
Trastorno de conciencia
Trastorno de la función cardíaca
Agravamiento de una enfermedad crónica.

NIÑOS

Fiebre alta
Dificultad para respirar
Rechazo de la vía oral
Trastorno de conciencia
Irritabilidad
Convulsiones



Prevención para evitar el contagio

Evitar el contacto con personas con gripe y las aglomeraciones en lugares cerrados.

Si esta con síntomas de gripe, consulte al médico y reposo.

Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón. Enseñar a los niños a hacerlo en la escuela y hogar.

No tocarse nariz, boca u ojos sin haberse primero lavado las manos.

Al toser o estornudar, cubrirse la boca y nariz con un pañuelo descartable o con el ángulo interno del codo.

Tirar a la basura los pañuelos descartables inmediatamente después de usarlos.

Ventilar los ambientes y permitir la entrada de sol en casas y otros ambientes cerrados.

Mantener limpios picaportes y objetos de uso común.

No compartir mate, cubiertos ni vasos



Quiénes
deben
vacunarse?

Se recomienda vacunarse anualmente, en especial si estás incluido/a en grupos de riesgo:

- **Bebés entre 6 y 24 meses**
- **Mujeres embarazadas y puérperas** (si no se vacunaron durante el embarazo)
- **Convivientes con prematuro** de menos de 1500 gr. de hasta 6 meses de edad
- **Adultos mayores de 65 años**
- **Trabajadores de la salud**
- **Grupos de riesgo:**

niños y adultos de 2 años a 64 años inclusive, con enfermedades respiratorias y/u otras enfermedades crónicas o graves (enfermedades cardíacas, inmunodeficiencias, insuficiencia hepática, trasplantados, diabéticos, en diálisis, cirrosis, síndromes genéticos, malformaciones congénitas graves, etc.)

ISST

INSTITUTO DE
SALUD Y SEGURIDAD
DE LAS Y LOS TRABAJADORES

COLABORADORES:

TERESA AMATTA

ESPECIALISTA
EN GESTION DE CYMAT
EN EL ÁMBITO PÚBLICO

MAGALÍ AROCENA

LIC. HIGIENE Y
SEGURIDAD DEL TRABAJO

ANTONIA AYALA

ENFERMERA UNIVERSITARIA
ESPECIALISTA EN
ENFERMERÍA LEGAL

SANTIAGO
DE LOS SANTOS

MÉDICO

ALCIRA FERRERES

MÉDICA ESPECIALISTA
EN PREVENCIÓN-EPIDEMIOLOGÍA

ORESTES GALEANO

LIC. HIGIENE Y
SEGURIDAD DEL TRABAJO

OMAR PARENTI

MÉDICO

f Ate Salud de los Trabajadores

@ ISST.ATE

isstate@ate.org.ar

isstate.ate.org.ar



consejos para cuidarnos de la GRIPE

