



Hoja informativa sobre la influenza (gripe)

La influenza y las enfermedades similares a la influenza - comúnmente denominadas gripe – son virus que afectan al sistema respiratorio y se propagan con facilidad de persona a persona, principalmente cuando una persona infectada tose o estornuda. Los síntomas incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, escurrimiento o congestión nasal, dolor de cabeza, dolores musculares y fatiga.



No demore en vacunarse.

Ponerse una vacuna anual contra la gripe (en inyección o en aerosol nasal) es la mejor manera de protegerse a usted mismo y a su familia.

Todas las personas de 6 meses de edad y mayores deben vacunarse contra la gripe cada año.



Ayude a prevenir la propagación de la gripe.

Además de vacunarse, la población debe hacer lo siguiente para ayudar a reducir la propagación de la enfermedad en la casa, en el trabajo y en la escuela:

Lavar – lávese las manos adecuadamente y con frecuencia

Cubrir – cúbrase la boca al toser y al estornudar

Contener – contenga a los gérmenes dentro de su casa al no salir si está enfermo

Quédese en casa hasta que no haya tenido fiebre durante 24 horas sin el uso de un medicamento para reducir la fiebre.

Información adicional.

Para más información sobre la vigilancia actual de la gripe o para utilizar el buscador de vacunación contra la gripe (*Flu Vaccine Finder*), visite www.cookcountypublichealth.org/flu.